

Analytisk psykologi i dag

Under overskriften: ”Analytisk psykologi i dag” på hjemmesiden C.G. Jung i Danmark kan du læse en serie artikler på dansk om den analytiske psykologis grundbegreber i en nutidig fortolkning. Denne 11. artikel i serien er skrevet af den russiske jungianske analytiker Kamala Melik-Akhazarova og oversat til dansk af seniorkandidat ved C.G. Jung Institutet i København, cand.mag. og oversætter Margrethe Haraldsdatter.

Originalartiklerne ligger på IAAP’s hjemmeside <https://iaap.org/> og er oversat med forfatterens tilladelse.

Anima og Animus



Skulptur af Antonio Canova

Kamala Melik-Akhazarova

Anima og Animus

Begrebet Anima/Animus er et af de mest populære begreber inden for jungiansk psykologi. Oprindeligt blev det skabt af C.G. Jung for at definere den ubevidste modsætning til personlighedens sociale maske (Persona). Det er således en arketype, der forbinder det bevidste ego med det ubevidste, og et arketyrisk billede, der indeholder alle de træk og funktioner, der er til stede i psyken i en mere eller mindre latent form, men som ikke manifesteres i det bevidste liv og ikke er tilgængelig for det bevidste ego.

Med udgangspunkt i ideen om, at Anima/Animus-arketyper er et modstykke til kønsidentiteten, betragtes disse billeder traditionelt som feminine for mænd og maskuline for kvinder (på latin er Anima det feminine køn, mens Animus er det maskuline køn, og begge definerer "sjælen"). Denne idé både vækker og stimulerer de mest glødende diskussioner blandt moderne specialister, mest fordi de konkrete definitioner af, hvad der på Jungs tid blev betragtet som en "maskulin" karakter eller adfærd, eller hvad der blev betragtet som "feminint", næppe falder sammen med det, der iagttages i moderne tid. Men det modsiger dog hverken ideen om, at den ubevidste psyke er et modstykke til den bevidste identitet, eller ideen om den sunde balance mellem forskellige funktioner i psyken, der hjælper individet med at vurdere og fremmer vækst og udvikling af bevidstheden.

Anima er normalt relateret til de følelsesmæssige, empatiske og sensitive aspekter, mens Animus er relateret til den aktive, intellektuelle, udforskende side af personligheden. Her er det vigtigt at forstå, at disse definitioner på ingen måde skal opfattes som bogstavelige beskrivelser af bestemte egenskaber, men at disse billeder fungerer som symboler og er abstraktioner af henholdsvis aktive (Animus) og reflekterende (Anima) principper.

Da Anima og Animus er modsætninger til den kropslige seksuelle identitet, er de lettest at relatere til erotiske møder og partnere, og de inspirerer den kreative og kunstneriske forestillings-evne. I forhold projiceres de let over på de potentielle partnere, vi ubevidst er tiltrukket af. Vanskelighederne opstår derfor i det øjeblik, hvor projektionerne mindskes og falder, og personerne igen ses i virkelighedens lys. Det håbefulde aspekt ved dette øjeblik er, at individet gennem denne kontakt med sin egen ubevidste dybde (ved hjælp af Anima/Animus-arketyper) kommer ud af de projektive illusioner beriget og med et bredere bevidst spektrum af oplevelser. Naturligvis er denne proces meget lettere, hvis oplevelsen af sådanne relationer i højere grad var positiv og udviklende end negativ og defensiv.

I drømme manifesterer Anima/Animus-arketyper sig i skikkelse af fremmede, som er meget tiltrækkende og inviterer os til at rejse til det ukendte. Tilstedeværelsen af disse arketyriske billeder opfattes ved deres pludselige og fængslende effekt og en følelse af at blive velsignet eller vækket – ligesom det skete for Dante, da han så sin Beatrice...

Eksemplerne er også mange i moderne tid:

En midaldrende gift kvinde, en forsker, akademisk orienteret og ambitiøs, rejser til et fremmed land for at deltage i et fagligt seminar. Hun er både ængstelig og spændt; hun tænker på sin præsentation og forestiller sig sin succes. I flyet sidder hun ved siden af en meget beskeden og genert mand, som stort set ikke taler til hende, men i de få sætninger, han siger, beskriver han sin nylige lange cykeltur og beundring for naturen, hvilket vækker en dyb genklang i hende og minder hende om hendes barndoms ture til det nærliggende landskab, billeder af floden og skoven, som hun savner så meget i sit moderne liv. Oprigtigheden og roen i denne kontakt vækker en dyb længsel efter mere autentiske følelsesmæssige relationer og sorgmodighed i hende. Næste dag græder hun, da hun pludselig indser, hvor langt væk hun er kommet fra sig selv, hvor meget hun er afskåret fra noget livfuldt og varmt, fra livets enkle glæder og fra dem, hun elskede, men på en eller anden måde ikke var i stand til at relatere til følelsesmæssigt, fordi hun var overvældet af sine faglige ambitioner. Hun lægger ikke engang mærke til alle de ting, der var så betydningsfulde for hende for bare et par dage siden – forfængeligheden ved den internationale kongres, hun deltager i, ønsket om at demonstrere sin egen genialitet, de livlige debatter ... hun fejler ikke ved sin præsentation, men hun er langt fra så imponerende, som hun plejer at være. Da hun kommer hjem, er hun nedsunken i melankoli, og hendes nærmeste er optaget af hendes deprimerede tilstand ... med tiden finder hun sig dog dybt beskæftiget i havearbejde, og lidt efter lidt skaber denne nye side af hendes liv et nyt netværk af venner og ligesindede. De opdagelser, der opstår gennem hendes nye hverdagsbetragtninger, fører til en ny fornemmelse af, hvad der er af værdi; hendes forhold til sine børn og sin mand bliver følelsesmæssigt mere relevant for hende, og hendes videnskabelige sindelag vender sig mod bevidstheden om økologi og miljøet.

Her genopdager en moderne kvinde, der er intellektuelt og socialt overaktiv – i en tilstand, som vi kan betragte som opslugt af en maskulin social rolle – sin sjæl i en kort, men meningsfuld udveksling med en fremmed, som i dette eksempel er bærer af et billede af hendes Animus. Ved hans hjælp vender hun tilbage til sine indre værdier og til den følsomme, dybe, følelsesbetonede, poetiske og eftertænksomme side af sin individualitet – den side af hende, hvor der stadig er meget at udforske, og hvor hendes evne til at stræbe efter dybtføjte indre principper og værdier ligger.

En mand i fyrrerne, en kompetent faglig person med en solid stilling i en bank, er praktisk, optimistisk og en smule kynisk... han benægter betydningen af følelsesmæssige relationer og sin egen akutte følelse af ensomhed og tror, at overfladiske sociale kontakter er, hvad han virkelig ønsker, og at hans hund er hans eneste sande ven. Han stoler ikke på nogen og har ikke brug for nogen.

I en drøm en nat ser han en forsamling af sine tidligere skolekammerater. Denne fest er ikke kedelig som de fester, han normalt deltager i, men fuld af glade udvekslinger som festerne i deres ungdom for længe siden. Blandt de inviterede ser han en tynd, bleg kvinde, der danser i det bløde aftenlys. Han bliver rørt til tårer og overrasket over sin reaktion på synet af kvinden. I flere dage er han ude af stand til at glemme drømmen eller billedet af den langsomme dans, der drager ham mod et ukendt sted. En uge efter drømmen opdager han, at receptionisten på et hotel ved havet, hvor han plejer at tage hen med sin hund i weekenden, ligner hans drømmefigur. Lidt genert inviterer han hende på en kop kaffe og bryder pludselig ud i en tilståelse om sine mest intime følelser

og for længst glemte minder. De bemærker begge, at verden virkede anderledes fra det øjeblik, og at der opstår et nyt håb...

Her fremkalder drømmen den følelsesbetonede, romantiske side af denne mands sjæl, og skikkelsen af en dansende kvinde – et billede på hans Anima – er så stærkt ladet med følelser, at hans sædvanlige stive forsvar af kynisme, ironi og mistillid bliver splittet ad. Kvinden er så mystisk og samtidig så velkendt (det er ingen overraskelse, da manden, ifølge Jung, ser på et portræt af sit ubevidste aspekt), at det ikke er muligt at glemme hende – han forbliver betaget af dette billede længe efter, at drømmen er forsvundet, og dermed er han i stand til at skabe en kontakt med sin egen sårbare, følsomme, kærlige og livfulde dybde. Broen mellem hans Ego og Selv dukker frem. Den gør det muligt for vores helt at opføre sig spontant i sin daglige rutine og åbner en ny måde for ham at kommunikere indadtil og udadtil på – oprigtigt, afklaret og tillidsfuldt.



Kamala Melik-Akhazarova (Rusland) er jungiansk analytiker med privat praksis i Moskva, medlem af Russian Society of Analytical Psychology (RSAP) og tidligere medlem af RSAP's etiske komité. I de senere år har hun oversat og redigeret bøger til udgivelse fra engelsk til russisk af jungianske forfattere som Murray Stein, Nathan Schwartz-Salant, Margaret Clark og Jan Wiener. Hun har bidraget med et kapitel til bogen *From Tradition to Innovation* (2015) redigeret af J. Wiener og C. Crowther.