

Weiblich und Männlich – Trauma und Transformation

Sind wir als Geschlechter gleich oder verschieden. Bedeutet Gleichberechtigung, dass Männer und Frauen gleich sind? Und wenn es Unterschiede gibt, begründen sie eine Überlegenheit eines Geschlechtes über das andere?

Laut Gen 2 schuf Gott zuerst den Mann und dann Eva. In Wirklichkeit war es aber umgekehrt. Die Genetiker Bruce Lahn und David Page von der Universität Chicago konnten durch moderne Gen-Analyse nachweisen, dass das weibliche X-Chromosom älter ist als das männliche Y-Chromosom. Damit bestätigen die biologischen Ahnenforscher, was wir über die Embryonalentwicklung menschlicher Individuen schon lange wissen. Genetisch ist der Mensch grundsätzlich als Frau angelegt.¹

Einem der beiden Geschlechter anzugehören, ist eine Grunderfahrung, vielleicht einer der stärksten, was die eigene Identität angeht.

Das hat eine biologische Komponente: Unser genetisches Geschlecht entsteht aus der Verschmelzung von Ei- u. Samenzelle u. besteht entweder aus der Chromosomenkombination XX (weiblich) oder XY (männlich)

Biologische Konstanten, die in allen Kulturen gleich sind:

Männer haben durchschnittlich mehr Körperkraft und motorisches Geschick
Frauen bekommen Kinder und stillen.

Das psychosoziale Geschlecht wird mit der vorgeburtlichen Gehirnentwicklung schon grundgelegt. Entscheidend für das Endergebnis ist aber die Erziehung. Entsprechende Rollenmuster aus der Umgebung verbindet das Kind mit seiner angeborenen Geschlechtsidentität.

Die Unterschiede auf der rein körperlichen Ebene wird kaum jemand bestreiten.

Untersuchungen haben ergeben, dass die intellektuelle Entwicklung durchschnittlich identisch sind. Aber mit bevorzugten Begabungen. Insgesamt ist die Bilanz aber ausgeglichen.

Es gibt kaum Unterschiede im Intelligenzquotienten, wohl aber im Lernverhalten, denn das ist zusätzlich von Motivation, Stimmung u. Selbsteinschätzung abhängig

Anders sieht es im Gefühlsbereich aus, der viel stärker von hormonellen Schwankungen abhängt als das reine Denken. Die typisch männliche Neigung, bei Konflikten mit körperlichen Aggressionen zu reagieren, wird unmittelbar von den Androgenen beeinflusst. Das bedeutet, es ist nicht nur so, dass Jungen aggressiver und durchsetzungsfähiger sind, weil die Eltern ihnen mehr Freiräume gewähren. Sondern es gilt auch umgekehrt: Sie bekommen mehr Freiräume, weil sie sich weniger den elterlichen Verboten unterwerfen.

Dass Frauen sich in der Tat als Kind im Spiel und später in der Berufswahl und in Moralfragen stärker an zwischenmenschlichen Aspekten orientieren als Männer, konnte von verschiedenen Wissenschaftlern nachgewiesen werden.

¹ EgoNeT.de; Am Anfang war die Frau, Biologisches, Psychisches u. Soziales in den Geschlechterrollen; 1/2000

Ken Wilber: Die Unterschiede zwischen männlich und weiblich sind biologisch und universell (und daher kaum veränderbar), aber maskuline und feminine Rollen in vielerlei Hinsicht kulturspezifisch ist. Letztere werden in dieser Übergangsphase, in der wir stehen, neu definiert, was dazu führt, dass es verschiedene Schauplätze des Geschlechterkrieges gibt.

Ein Teil des Problems liegt darin, dass wir maskuline und feminine Rollen neu definieren können, während dies bei den weibl. und männl. Merkmalen nicht möglich ist. Beim Versuch, die Unterschiede auszugleichen, sind wir gefährlich nahe daran, die Unterschiede auflösen zu wollen.

Auch Geschlechtsunterschiede (ist abgegrenzt zu den sexuellen Unterschieden und bezieht sich auf die Rollen) wiederholen sich in den Kulturen.

Wie sich Geschlechtsunterschiede im Verhalten zeigen, hängt von der Erziehung ab. Dabei ist zu unterscheiden zwischen geschlechtsspezifischen und geschlechtstypischen Unterschiede.

Geschlechtstypisch: Das sind Merkmale, in den sich Frauen und Männer absolut unterscheiden: Geschlechtsmerkmale, dominierende Sexualhormone. (Dominierend, weil jedes Geschlecht auch die Hormone vom anderen Geschlecht hat.)

Geschlechtsspezifisch: **sind die meisten Unterschiede, sie sind nicht absolut, sondern relativ. Betreffen nur die Häufigkeit.**

Männer neigen zu Hyperindividualität, dazu Autonomie, Recht, Gerechtigkeit und Aktivität zu betonen. Frauen dagegen neigen zu einem beziehungsorientierteren Bewusstsein mit einer Betonung des Gemeinschaftlichen, der Fürsorge, der Verantwortung und der Beziehungen. Männer betonen Autonomie und fürchten Beziehungen; Frauen betonen Beziehungen und fürchten Autonomie.

Es geht darum, die Unterschiede als gleichberechtigt zu schätzen, nicht gleichzumachen.

Es gibt hormonelle Unterschiede:

Testosteron (männl.) löst bei Testen aus: "Vögle es oder töte es".

Oxytocin: (Weibl. Hormon) Orientierung auf sehr enge Beziehung und Bindung. Die Emotionen sagen hier: Schaffe und pflege eine fürsorgliche, umfassende, aufmerksame, greifbare Beziehung.

Beide müssen das Gegengeschlechtliche lernen. Das bedeutet zwar, dass es ihren beiden biologischen Voraussetzungen widerspricht. Aber das ist das Prinzip der Evolution. Sie versucht ständig neue Grenzen zu schaffen und dann ebenso hartnäckig, sie wieder zu durchbrechen, zu transzendieren, über sie hinaus zu einer umfassenderen, integrierteren und ganzheitlicheren Seinsweise zugelingen. Waren die traditionellen Geschlechterrollen einst absolut notwendig, angemessen, so haben sie heute in einer immer grösseren Masse überlebt, überholt, unnütz. Deshalb suchen Frauen und Männer heute nach

Möglichkeiten, ihre alten Rollen zu transzendieren, ohne sie einfach auszuradieren.

Paradigmenwechsel: Es gab gewisse Umstände, die das Patriarchat für einen langen Zeitraum der menschlichen Entwicklung zu einem unvermeidlichen Arrangement werden liessen. Erst heute ist dieses nicht mehr notwendig. Wir können jetzt das Gebäude des Patriarchats grundlegend abbauen und das Ungleichgewicht zwischen der männlichen und der weiblichen Wertsphäre in einer wohlmeinenderen Weise zurechtrücken. Dabei wachsen wir über einen Zustand hinaus, der seine Daseinsberechtigung verloren hat.

Wir müssen wahrnehmen, dass Männer und Frauen auf jeder Stufe der menschlichen Evolution die Formen ihrer sozialen Interaktion gemeinsam schufen.

Elisabeth Badinter

Vertritt in „Ich bin Du“, 1987 die Überzeugung, dass die Geschlechtsrollen nicht mehr starr vorgegeben sind, sondern dass die Geschlechter sich heute in vieler Hinsicht entscheiden können. Z. B. eine Frau, ob sie Mutter werden will. Die Ähnlichkeit der Geschlechter ist eine solche Neuerung, dass man von einer Mutation sprechen kann. Bisher waren die Rollen und Aufgaben zwischen Frauen und Männern aufgeteilt. Unsere Kultur hat mit diesem universellen Schema der Komplementarität Schluss gemacht, die die Arbeitsteilung als charakteristisches Merkmal der Menschheit bezeichnet hat. Die technische Entwicklung und die Bildung hat verändert, dass die Frau durch ihre Mutterschaft immer an einen festen Ort gebunden ist und der Mann als Jäger, Nomade und Kundschafter umherstreift. Frauen sind immer mehr imstande sind, Kinder alleine aufzuziehen. In den meisten Humanwissenschaften ist der Naturbegriff fragwürdig geworden.

Jutta Voss:

"Die energetischen Strukturen der Mythen sind deckungsgleiches Abbild der energetischen Strukturen der Materie (Göttinnen und ihre Mythen sind Abbilder der Energieprozesse im weiblichen Körper."

Nicht-Männer und Nicht-Frauen ist das gefährlichste, was die Männergesellschaft herstellen kann.

Keine Mutter, die gesellschaftlich unterdrückt und psychisch entwertet wurde, wird je einen Sohn zu einem Mann werden lassen.

Die Entwicklung vom Matriarchat zum Patriarchat ist sinnvoll gewesen. Keine Frau will wieder die Einrichtung eines Matriarchates, wohl aber die Wiedergewinnung echter, eigenständiger weiblicher Identität, ohne definiert zu werden über den Mann. Vereinigung der Gegensätze von Männlichem und Weiblichem ist auf billige Weise nicht mehr zu haben.

Elisabeth Debold, eine führende Genderforscherin in USA behauptet: Männlichkeit und Weiblichkeit als innere Qualität existiert im traditionellen Bewusstsein nicht

wirklich. Das Weibliche und das Männliche sind psychologische Ideale, die aus der Beschäftigung mit zwei verschiedenen Lebensbereichen hervorgingen. Obwohl wir heute oft von Männlichkeit und Weiblichkeit als archetypische Kräfte oder verschiedene Formen der Liebe sprechen, bin ich der Ansicht, dass unser gemeinsames Verständnis dieser Begriffe historisch konstruiert ist. Die Rolle der Frau in der Kultur bezog sich darauf, Kinder zu gebären, während Männer freier waren, etwas zu erschaffen, zu erobern, zu erbauen und über erweiterte Möglichkeiten verfügten. Aus diesen grundlegenden historischen und kulturellen Unterschieden heraus haben wir sozusagen in kosmischen Maßstab die Gegensätze zwischen dem passiv empfangenden Weiblichen und dem aktiven kreativen Männlichen erschaffen. Sogar Denker wie Ken Wilber setzen das Männliche und das Weibliche mit ursprünglich kosmischen Kräften gleich, die eine grundlegende Polarität zum Ausdruck bringen. Eros = m, Agape = w., es sind die kraftvollen Liebesenergien der Evolution des Kosmos. Eros als die aufsteigende Kraft, Agape als die absteigende Bewegung, die alles verbindet.

Debold: Wenn wir eine neue Kultur kreieren werden, die über das hinausgeht, was wir jetzt sind, muss Eros der evolutionäre Impuls des Neuen etwas werden, mit dem sich Männer und Frauen verbinden, damit wir zusammen als Gleichberechtigte eine neue Kultur kreieren können. Das ist ein spiritueller Impuls, ein Antrieb, das Bewusstsein bewusst zu entwickeln. Agape könnte die Kraft sein, die eine höhere Form der Integration schafft. Wir brauchen eine Vision einer neuen Kultur, statt uns an der Vergangenheit zu orientieren. Diese Vision gehört keinem der Geschlechter.

Das Persönlichkeitskonzept von C.G. Jung:

Der Individuationsprozess ist in seiner Gesamtheit eigentlich ein spontaner, natürlicher und autonomer, jedem Menschen potentiell mitgegebener Ablauf innerhalb der Psyche, wenn er sich dessen auch zumeist unbewusst ist. Er ist sozusagen die Parallele zum körperlichen Wachstums-, Reifungs- und Alterungsprozess. Er verläuft in zwei großen Abschnitten ab, die gegensätzliche Vorzeichen tragen:

Die Initiation in die äussere Wirklichkeit, die Bildung der Hauptfunktionen (denken...), Entwicklung einer Persona, die Herausbildung des Ich, das Ziel ist die Einpassung in die Umwelt. **Die Initiation in die innere Wirklichkeit** bezieht sich auf die zweite Lebenshälfte und hat zum Inhalt die Selbsteinsicht, die Erkenntnis der Sinnhaftigkeit unseres Daseins, unser Eingebundenheit in die grossen Zusammenhänge (kosmische)... Es geht darum, dass wir in diesem Prozess immer mehr wir selbst werden, unaustauschbar und einzigartig, d.h. Person sind.

Der Prozess der Individuation ist ein Weg der Selbstverwirklichung. Auf diesem Weg werden unsere unbewussten Anteile, Schicht um Schicht, alle Gegensatzpaare bewusst gemacht, aufgelockert und integriert. Der Weg führt zu jener Mitte in uns, die die Quelle, der innerste Kern unseres psychischen Seins ist, psychologisch ausgedrückt zum Selbst. Spirituell führt der Weg weiter zur Manapersönlichkeit. zu Gott in uns, zu Christus. Jung beschreibt bestimmte Phasen, die ich kurz darstellen möchte.

1. Die Persona:

Die "Persona" ist selber nichts Wirkliches, sondern nur eine Art psychisches Werkzeug des Ich für sein Umweltverhalten und seine Anpassung an die Umwelt. Wenn sich das Ich völlig mit der Persona (=Maske) identifiziert, sind Konflikte unausweichlich. Dahinter verbirgt sich in der Regel ein schwaches Ich.

Amtsträger sind gefährdet, sich vorwiegend in der Persona-Haltung zu präsentieren
Bezüglich unseres Themas: Zu identifiziert mit der eigenen Geschlechtsrolle – Macho – das Weibchen.

Die Begegnung mit dem Schatten:

Der Schatten ist gleichsam das Spiegelbild des Ego, das andere Ich jedes Menschen. Je weniger der Schatten (indem sich die Summe der Erfahrungen aus unserer und aus der Vergangenheit der Menschheit und des Lebens überhaupt, mit all seinen Begierlichkeiten und Emotionen sammelt), bewusst ist, desto dunkler und dichter ist er. In ihm kommen unsere primitiven und kindlichen Eigenschaften zu Tage, deren wir uns meist schämen und die wir deshalb in die Aussenwelt projizieren. Allerdings können auch positive Figuren diesen Schattenbereich verkörpern und zwar dann, wenn jemand unter seinem Niveau liegt. Z. B. haben das sicher Frauen über Jahrhunderte gemacht, dass bestimmte Eigenschaften, bei denen es um Durchsetzung, öffentlichem Auftreten ectr. auf den Mann projiziert haben. Umgekehrt: wenn Männer ihre weiblichen Anteile total verdrängen

Sehr viele Frauen halten oder hielten Inzest-, Missbrauchserfahrungen im Schattenbereich. Nicht immer waren es explizite sexuelle Handlungen, sondern eher ein versexualisiertes oder missbräuchliches Milieu. Es braucht sehr viel, bis solche Erfahrungen ans Licht kommen, weil diffuse Gefühle der Scham zu dieser Verwundung gehören.

3. Die Integration der gegengeschlechtlichen Archetypen Anima und Animus:

Mit diesem Begriff bezeichnet Jung die unbewussten, über das Individuelle ins Kollektive ausgreifenden Bilder des Weiblichen (beim Mann) und des Männlichen (bei der Frau).

In diesem Persönlichkeitsanteil sammeln sich:

- die Erfahrungen mit der eigenen Mutter bzw. dem eigenen Vater,
- und die faktischen Begegnungen mit dem anderen Geschlecht
- sowie das kollektive Bild des Weiblichen oder Männlichen im Un-bewussten.

Solange dieser Teil (Anima bzw. Animus) vorwiegend im Unbewussten liegt - und gegebenenfalls noch verleugnet wird, - ist er von destruktiver Wirkung. Wo immer aber die Integration von Anima oder Animus geschieht, und dazu benötigt es tiefe gegengeschlechtliche Begegnungen und Beziehungen, erwachsen aus ihr neue schöpferische Kräfte.

Die Begegnung und schrittweise Integration des archetypischen Seelenbildes, wie Jung den gegengeschlechtlichen Anteil der Psyche nennt, gehört zur zweiten Etappe des Individuationsprozesses. Es stellt das Bild vom anderen Geschlecht dar, das wir als Einzelwesen, aber auch als Artwesen in uns tragen. "Der Volksmund sagt: Jeder

Mann trägt seine Eva in sich - und das zunächst ganz unbewusst, was dann auf die Frau, die gewählt wird, projiziert wird. So binden wir uns an den oder die andere, die die Eigenschaften der eigenen Seele darstellt. (ähnlich wie wir unseren Schatten bei den anderen entdecken) Dem inneren Seelenbild begegnen wir in Träumen, Phantasien, Visionen ectr. Solange es unbewusst in uns ist, machen wir die Erfahrung, dass wir zeitweise wie von einem anderen Willen besetzt sind. Z.B. Hochintellektuelle verlieren sich an Dirnen, Frauen geraten an Hochstapler und Abenteurer. Das Seelenbild ist selten eindeutig, sondern fast immer schillernd, d.h. es hat gegensätzliche Ausdrucksformen wie z.B. die Hexe und die Jungfrau. In ihrer reinen Triebhaftigkeit können sie auch tierische Gestalten sein z.B. die Anima als Kuh, der Animus als Adler...

Die erste Trägerin des Seelenbildes ist wohl immer die Mutter, später sind es diejenigen Frauen, die das Gefühl des Mannes erregen, gleich welcher Art das Gefühl ist. Die Ablösung von der Mutter ist einer der heikelsten Probleme der Persönlichkeitswerdung vor allem des Mannes. Darum sind in allen Kulturen Riten für die Zeit der Ablösung entwickelt worden. Dass die Figur des Seelenbildes so tief ins Unbewusste vor allem im Westen verdrängt wurde, hängt mit den Bewertungen in unserer Kultur zusammen. Tugend für den Mann war es, weibliche Züge möglichst zu verdrängen und so werden sie abgespalten. Infolge der vaterrechtlichen Orientierung in unserer abendländischen Kultur liegt auch der Frau die Auffassung näher, dass das Männliche an sich wertvoller sei als das Weibliche. Darum wird auch von daher der Animus betont.

Das Seelenbild steht in einem direkten Bezug zur Beschaffenheit der Persona eines Menschen. Ist die Persona intellektuell, dann ist das Seelenbild sicher sentimental.

Persona und Seelenbild stehen in einer kompensatorischen Beziehung zueinander. Je archaischer, undifferenzierter, gewaltiger das Seelenbild ist, desto fester ist die Persona, die Maske, die den Menschen von seinem Instinktleben abschliesst. Es kostet viel Arbeit, sich von dem einen und vom anderen zu befreien. Solange wir unsere unbewusste Psyche noch nicht differenziert haben also unseren Schatten kennen, solange hat das gesamte Unbewusste des Mannes weibliches und der Frau männliches Vorzeichen, d.h. alles ist von diesen Qualitäten gefärbt.

Bedeutung der Seelenbilder

Wie wir bereits sagten, sind die Seelenbilder in ihren Qualitäten eher ambivalent besetzt.

- Zum einen kann die Anima für den Mann die Kraft sein, die die Schlange einerseits verkörpert - die im Dunkel auf Verführung lauende Triebgefahr,
- auf der anderen Seite kann sie die weise lichte Führerin sein, die hinaufzieht. Die Anima kann im Mann zu seiner inspirierenden Muse werden. Der Animus kann in der Frau schöpferische Keime hervorbringen, die ihrerseits das Weibliche des Mannes zu befruchten vermögen. Auf diese Weise ergänzen sich die zwei Geschlechter in einer glücklichen, naturgegebenen

Wechselwirkung nicht nur auf der Ebene des Körperlichen, um dem leiblichen Kind das Leben zu schenken, sondern auch in jenem geheimnisvollen bilderträchtigen Strom, der die Tiefen ihrer Seelen durchflutet und miteinander verbindet, um einem geistigen Kind zur Geburt zu verhelfen.

Wenn wir erst einmal gewärtig sind, dass wir unsere Partner (auch in Freundschaften) so wählen, dass sie für unseren unbekanntem psychischen Persönlichkeitsteil stehen, dann schiebt man die eigenen Fehler nicht mehr auf den weiblichen bzw. männlichen Partner, d.h. die Projektion wird aufgehoben. Dadurch wird eine Menge psychischer Energie freigesetzt für das eigene Ich. Die Folge ist, dass wir unsere Emotionen und Affekte weitgehend in der eigenen Hand haben, d.h. sie tyrannisieren uns nicht mehr. Das bedeutet grössere innere Unabhängigkeit und Freiheit. Wenn wir soweit sind, verlieben wir uns kaum noch, sind aber zu einer tieferen Liebe fähig im Sinne einer bewussten Hingabe. Letztlich ist damit eine grössere Einsamkeit verbunden, jedoch nicht eine, die uns entfremdet, sondern eine, die nötige Distanz zur Welt schafft. Letztendlich, weil wir dann mehr im eigenen Wesen verankert sind, sind wir fähiger, stärker aus uns heraus zu gehen und uns auf andere Menschen einzulassen. Diese Prozesse sind für die Reifezeit geeignet. Die Vermählung mit dem Gegengeschlecht zielt nämlich in der 1. Lebenshälfte auf die körperliche Vereinigung mit dem leiblichen Kind als Frucht, in der 2. Lebenshälfte geht es um die psychische Vereinigung mit dem Andersgeschlechtlichen sowohl im Raum der eigenen Innenwelt, als auch mit dessen Bild-Träger in der Aussenwelt, um dem geistigen Sein zur Geburt, zur Frucht und Dauer zu verhelfen.

Das biologische schafft ein bestimmtes Energiefeld.

Im Sinne des Ei-Same-Energiefeldes darf der männliche Same keine Anstrengung scheuen, das Ziel der Befruchtung wirklich zu erreichen. Das heisst, den schöpferischen Umgang mit dem weiblichen Potential einzuüben. Dieser befruchtende Same ist das Urbild für den erwachsenen männlichen, individual bewussten Mann, der wirklich auch im Weiblichen aufzugehen bereit ist und seine Machtansprüche politisch wie innerseelisch um eines grösseren schöpferischen Prozesses willen aufgeben kann.

Weibliche Unersättlichkeit äussert sich darin, sowohl versorgt sein zu wollen, wie ein kleines Kind, vom Mann, als auch gleichzeitig unabhängig zu sein, wie eine erwachsene Frau. Das Ziel der Entwicklung ist die freiere, mündigere Frau, die lieben kann, ohne abhängig zu machen und abhängig zu sein. Es ist die Frau, die ihre Angst vor der Einsamkeit und vor Liebesverlust überwunden hat, und darum zur wirklichen Liebe fähig geworden ist.

Das matriachale Wesen der Frau Das Ei-Same-Modell innerpsychisch

Der Heros -Mann in der weiblichen Seele ist eine männliche Qualität des geistigen Animus, der nicht patriarchal ist, sondern Ausdruck eines schöpferischen Impulses und von seelischen Kreativitätsanstössen.

Die weibliche Schöpfungspotenz ist ein ruhendes Potential, das des energetischen Einflusses und Impulses bedarf, um fruchtbringend zu werden. Der Same, Animus,

ist der Geist-Impuls, der das weibliche Potential zur schöpferischen Ausgestaltung in Gang setzt. Es können auch widerstrebende Geist-Impulse sein.

Ein weiteres Bild ist ein zielgerichteter Geist (der Samenkopf, der die Eizelle sucht); er ist durchsetzungsfähig, eroberungswillig, ausdauernd, schöpferisch, grenzüberschreitend, Neues in Gang setzend, er weist eine spielerische Kreativität und Zählebigkeit aus. Sein gesunder Animusgeist ist auf das Konkrete bezogen, damit sich seine kreativen Ideen praktisch vervielfältigen. (Das Matriarchale verliert sich allzuoft in Abstraktionen.)

So wie das Patriarchat sich entwickelt hat, stellt es sich im Bild so dar: der Same geht nicht in das Ei ein, sondern bleibt draussen, davor. Er bleibt als Objekt im Gegenüber und befruchtet nicht. Er spaltet auf zwischen Objektivem und Existentiellm. Der matriarchal männliche Geist geht im grösseren Ganzen auf, und initiiert eine schöpferische Entwicklung. Der matriarchale Geist-Same geht nicht mehr befruchtend in die weiblichen Energien ein, sondern distanziert sich von ihnen.

Verletzungen

Trauma: Erfahrung extremer Hilflosigkeit. Es stellt einen Angriff auf unsere Persönlichkeitsorganisation dar, die es dem Menschen unmöglich macht, das Erlebnis in gewohnter Weise zu verarbeiten. Das psychische Gleichgewicht wird extrem gestört.

Durch ein Trauma, auf das der Organismus mit dem Schock-Mechanismus reagiert, wird die Körper-Seele-Einheit auseinander gerissen (Dissoziation.) Dissoziation bedeutet Abspaltung des im Körper gespeicherten Schmerzes, der Angst, des Erschreckens, der tiefen Erschütterung durch ein Trauma.

Seelenverlust: C.G. Jung. = verbunden mit einer Erschütterung der Selbstverständlichkeit des in der Welt-Seins.

Erschütterung des Urvertrauens. Traumatisch ist auch das Element des Verrates, das Kind ist im Vertrauen getäuscht, in der Abhängigkeit und Verletzlichkeit manipuliert und missbraucht, statt Schutz – Ausbeutung. Es könnte sich in einer Opfer-Haltung manifestieren.

Erschütterung in der Beziehung zu den eigenen Gefühlen – bezüglich der Grenzwahrnehmung, der Verantwortlichkeit, Schuldgefühle, extreme Schamgefühle, Besonders das Gefühl der Ohnmacht, Gefühl von Entmächtigung.

Erschütterung der Beziehung zum eigenen Körper, es ist nicht mehr das Haus, in dem ich zu Hause bin. Er wird abgewertet,

Erschütterung zur eigenen Sexualität – möglicherweise belastet mit negativen Gefühlerinnerungen, oder Sexualität und Zärtlichkeit werden synonym wahrgenommen, Liebe und Sexualität werden verwechselt,

Hohe Störungsanfälligkeit in Beziehungen

Gefühl von Stigmatisierung mit Zwang, zuzudecken, geheim zu halten, selbst schuld zu sein. Daraus resultieren Gefühle von Ausgestossensein,

Inzest: Seelenmord hat mit Unmenschlichkeit zu tun, mit Vernichtung der Würde – hat mit Macht zu tun, Es ist ein Totalangriff auf das Menschsein. Die Identität wird zentral verletzt und zwar gerade die sexuelle Identität.

Man weiss heute, dass sexuell missbrauchte Jungen später oft selbst wieder missbrauchen, während sexuell missbrauchte Mädchen als Frauen Männer wählen, von denen sie wieder missbraucht werden. Sie bleiben Opfer, während Jungen oft zu Tätern werden. .

m Inzest kommt möglicherweise ein Besitzverhältnis zum Ausdruck.

Seelenbilder sind verzerrt, negativ besetzt – Die Energiefelder sind völlig fremdbesetzt...

Der Weg zur Heilung:

Sicherheit, Schutz vor Verletzung,

Vertrauen – in andere Menschen, in eigene Entscheidungen,

Macht, Kontrolle – über eigene Gefühle, Gedanken, Verhalten – dann gegenüber anderen.

Wertschätzung, - neues Selbstwertgefühl

Intimität – echte Bindung, Partnerschaft

Wichtiger als die richtige Erinnerung ist zu lernen, wie man die Körpersensationen identifizieren und einordnen kann, die auf einem unaufgelösten Schockzustand hinweisen.

Aufbau einer heilsamen Beziehung zu einem Therapeuten – heilsame Kraft

4. Die Integration der Mana-Persönlichkeit

Ein nachfolgender Markstein der inneren Entwicklung ist das Erscheinen des Archetypus des Alten Weisen oder der Magna Mater als Personifikation des Geistigen bzw. des Naturhaften. Jung nennt diese Figuren des Unbewussten, die in verschiedensten Erscheinungsformen auftreten können, "Mana-Persönlichkeiten". Die Voraussetzung für die Erreichung dieser "geistigen Gotteskindschaft" ist die wahrhafte Befreiung vom biologischen Vater bzw. der Mutter und das Empfinden von sich selbst als einmalige Individualität.

5. Die Selbstwerdung

Die letzte Station auf dem Wege der Individuation ist die Selbstwerdung, deren Geburt durch eine Folge von Wandlungen und durch die Konzentration auf eine Mitte zustande kommt.

Ken Wilber hat in „Eine kurze Geschichte des Kosmos“ die spirituellen Entwicklungsstufen eines Menschen beschrieben und die vollziehen sich in subtilen Räumen unseres Menschseins: 2 Er spricht davon, dass unser Selbst sich als Zeuge

² Ken Wilber, Eine kurze Geschichte des Kosmos

verhält, Wenn ich z.B. meditiere und meinem Atem nachgehe und mich einsammle: Ich bin dann ein beobachtendes Selbst, das Ich-Ich, das nicht gesehen werden kann. „Das Selbst ist kein bestimmter Gedanke, überhaupt kein Objekt, es ist nicht Körper, nicht Geist, nicht Ich - denn all das kann ich als Objekt sehen. Das Selbst ist nichts, was man sehen könnte, es ist, es ruht in einer grossen Freiheit. Vor Ihnen ziehen die Wolken vorüber, die Gedanken, Empfindungen des Körpers und Sie sind nichts davon. Sie sind eine Öffnung, eine Lichtung, eine Leerheit, eine weite Geräumigkeit, in der alles kommt und geht und sie sind nichts davon. Wenn man im reinen Betrachter, im Zeugen ruht, ist man unsichtbar und kann nicht gesehen werden. Man ist der reine Ursprung dieses Gewährseins und nichts von dem, was in diesem Gewährsein entspringt. Man verharrt als Gewährsein. Der reine Zeuge kommt und geht nicht, er ist, wie er ist, allgegenwärtig, unveränderlich. Er gewahrt den Raum, ist er aber nicht, die Zeit und ist sie nicht. Der wahre Betrachter ist vor Leben und Tod, vor Zeit und Aufruhr, Raum und Bewegung, vor der Manifestation, vor dem Urknall. Es ist niemals geboren und wird niemals sterben.“