

# \*gestaltungsprozesse

Die Zeitschrift des  
Fachverbandes für Mal- und  
Gestaltungstherapie



© Julia Alber

## IN VERBINDUNG SEIN

**\*gestaltungsprozesse**  
die Fachzeitschrift des FMGT  
für Mitglieder, Ausbildungs-  
kandidatInnen und Interessierte.  
Mit Fachbeiträgen zu Methodik,  
Wirkung, Wissenschaft und  
Forschung der Mal- und  
Gestaltungstherapie.

### *Archetypische Paardynamiken*

Bettina-Yvonne Krautberger

### *Pride & Joy*

Leno Gasser

### *Das Gefühl der Verbundenheit*

Julia Alber



Erwin Bakowsky  
M.Sc./MA



Mag. Eva Huber



Gundula  
Leinfellner



Mag. Dr. Sabine  
Riesenhuber



Monika  
Braterschofsky



Mag. Ramona  
Ritter-Weilguti



Karin E. Dreier



Mag. Elisa Robl



Ing. Gerlinde  
Hörmansdorfer, MSc



Gitta Jeitl-  
Wohlfahrt



Mag. Maresi  
Mc. Manus



Mag. pharm.  
Judith Judt



Bettina Tüchler-  
Puhr



Leno Gasser



Johanna Heu-  
mader-Schweigl



Lore Laura  
Jiménez-Alonso



Dr. Daria Daniaux



Evelyn Vrečer



DI Veronika  
Meißinger



Mag. Manuela  
Sattlegger



Mag. Maria  
Harpf



Mag. Elisabeth  
Fürntrath



Mag. Ingrid Höfle



Elke Krivec, BSc.



Udo Müller M.Sc.



Julia Alber M.Sc.



Andrea Winkler-  
Prodinger



Univ. Prof. Dr.<sup>in</sup>  
Maria Steinbauer



Christa Veith



Margit Pabst-  
Lesem MA



Dr. Ute Karin  
Höllrigl



Elisabeth Lehner



Brigitte Perkhofner



Dr. Maria Stocker



Sabrina Rödl-  
Waldbauer



Henning  
Weyerstrass



Katharina  
Kolaritsch



Mag. art Elisa-  
beth Krautinger



Eva Kindl



Elisabeth Binter



Nicole Gruber



Wolfgang  
Engelhard



Bettina-Yvonne  
Krautberger



Sylvia Bönnhoff



Andrea Maria Prantl  
MA



Barbara Maria  
Schaffer



Mag. Josef  
Promitzer



Melina Kumer-  
Reichmann



Mag. Brigitte  
Hauptner



Mag. Katja  
Hablich



Ruth Scheel B. Ed.



Michaela  
Allerstorfer



Peter Holzmann



Laura Bachhiesl-  
Hötzingner



Ursula Strobl



Dr. Udo Baer



Nicole Müller



Marina Stiegler



Ruperta Erler



Astis Schrag



Monika Seidl



Eva Maria Koller



Béatrice Thal-Engel



Regina Pillgrab



Kistina Stocker



Vera Marija Grbic



Eva-Maria Rabel



Karin Haumer



Ernst Huber



Jutta Berger



Irene Fries



Mag. Tanja Deutsch



Lisa Pflieger



Mag. Martha  
Esterl



Katrin Pernsteiner



Silvia Thonhauser  
MA MSc



Mag. Monika  
Gruber-Kummer



MMag. Marlene  
Stelzer



Mag. Dr. Helena  
Friedl



Martina Hackl, BA



Sie??

# Inhalt

Seite 3 *Editorial*

Seite 4-5 *Nachruf Arnold Mindell*

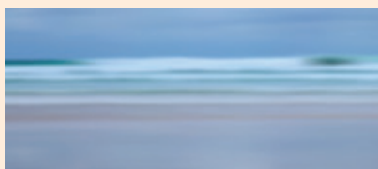
Seite 6-9 *In Verbindung sein*  
Erwin Bakowsky

Seite 10-18 *Archetypische Paardynamiken*  
Bettina-Yvonne Krautberger

Seite 19-23 *Das Gefühl der Verbundenheit: Kama Muta*  
Julia Alber

Seite 24-26 *„Hans im Glück und Rückbesinnung auf das Wesentliche“*  
Evelyn Vrečer

Seite 27-29 *Das Potenzial für Frieden schöpfen!*  
Katharina Kolaritsch



\*gestaltungsprozesse

# Editorial

Sabine Riesenhuber



„Alles ist mit allem verbunden.“  
(Hildegard von Bingen)

Es stellt sich längst nicht mehr die Frage nach der Verbundenheit von allem. Wer das noch fragen muss, der kann genauso gut noch meinen, dass die Erde eine Scheibe sei. Was die Mystiker und Mystikerinnen aller Zeiten seit jeher schon wissen, was alle Religionen und spirituellen Traditionen als eine Grundannahme in sich tragen, was auch die unterschiedlichen philosophischen Schulen in den Diskurs gebracht haben, nämlich jenes Verbundensein von allem mit allem, das ist mittlerweile längst auch schon in der modernen Naturwissenschaft angekommen. Spätestens der Einzug der Quantentheorie in die moderne Naturwissenschaft – ganz abgesehen von den neueren Forschungen beispielsweise in Bereichen wie Psychosomatik, Neurobiologie, Neurochemie, Epigenetik – bringt all jene zum Schweigen, die noch am Konzept der Trennung festhalten wollten. Wir verfügen nun also über dieses Bewusstsein der Verflochtenheit und können uns dadurch vom Konzept des Getrenntseins lösen und in die Gewissheit des Interseins, um es mit der Begrifflichkeit von Tich Nhat Hanh auszudrücken, hineinreifen. Und genau darum geht es. Dennoch verhalten wir Menschen uns weitgehend so, als wären wir getrennt, als gäbe es ein Hier und Dort, ein Ich und Du, ein menschliches und ein anderes Lebewesen, ein Lebendig- und ein Totsein. Wie tröstlich hingegen, dieses Wissen um das Verbundensein über den Tod hinaus. Arnold Mindell, unser großer Lehrer und lieber Freund, wusste um das Verflochtensein Bescheid. Sein ganzes Leben und sein Lebenswerk, die Prozessorientierte Psychologie, bezeugen dies, in Theorie und Praxis. Dankbar sind wir für all das Wertvolle, das er uns hinterlassen hat, traurig sind wir, dass er jetzt in der anderen Wirklichkeit ist, freudig sind wir, weil die Verbundenheit mit ihm besteht. Es bedarf des Reifens, um vom Getrenntsein ins Verbundensein zu gelangen. Es ist ein Weg. C.G. Jung nennt diesen Weg des Reifens Individuationsprozess. Die Mal- und Gestaltungstherapie eignet sich vorzüglich, um genau diesen Weg förderlich zu begleiten. Sie führt in den Dialog zwischen bewusst und unbewusst, zwischen Geist und Materie. Im gegenwärtigen Augenblick, ganz versunken im Tun, überwinden wir die scheinbaren Grenzen zwischen den Polaritäten in ein Drittes, immer und immer wieder neu, stets auf der Suche nach der Berührung mit dem Urgrund. Auch diese Ausgabe der \*gestaltungsprozesse gibt wieder einen vielfältigen Einblick in theoretische und praktische Aspekte der Mal- und Gestaltungstherapie. Diesmal befassen sich die Beiträge mit unterschiedlichen Facetten des In-Verbindung-Seins. Wahrlich eine große Notwendigkeit unserer Zeit, wenn nicht sogar die größte.



Das Titelbild dieser Ausgabe wurde von Julia Alber zur Verfügung gestellt.

## Impressum



**Eigentümer & Copyright:** FMGT/Fachverband für Mal- und Gestaltungstherapie, A-1010 Wien, Werdertorgasse 12/3, Mail: redaktion@gestaltungsprozesse.org • Die Fachzeitschrift des Fachverbandes \*gestaltungsprozesse erscheint im Erato-Verlag. • **Gestaltung:** www.koco.at • **Abonnements:** f-MGT Sekretariat/zHd. Sylvia Bönnhoff, A-1010 Wien, Werdertorgasse 12/3 • **Erscheinungsweise:** 2 mal jährlich • **Preis:** pro Heft EUR 15,- • **Copyright und allgemeine Hinweise:** Coverbild: Julia Alber. Wenn nicht anders angegeben, liegen die Bildrechte bei der Autorin/dem Autor. Mit der Annahme eines Beitrages zur Veröffentlichung erwirbt der Verlag von der Autorin/dem Autor alle Rechte, insbesondere das Recht der weiteren Vervielfältigung zu gewerblichen Zwecken mit Hilfe fotomechanischer oder anderer Verfahren. Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen einzelnen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlages. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen. Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in dieser Zeitschrift berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften. Der Verlag übernimmt keine Gewähr. Einzelne in publizierten Arbeiten geäußerte Meinungen reflektieren die Meinung der AutorInnen und müssen nicht zwangsläufig die Meinung des Verlages widerspiegeln. **Druck:** Medienfabrik/Graz • **Redaktionsteam:** Sabine Riesenhuber, Erwin Bakowsky, Bettina Tüchler-Puhr, Julia Alber, Manuela Sattlegger, Bettina-Yvonne Krautberger, alle Werdertorgasse 12/3, 1010 Wien • **ISSN:** 2313-5255. **Hinweis:** Die Entscheidung, ob und in welcher Form in den Texten die weibliche Form verwendet wird, bleibt unseren Autorinnen und Autoren überlassen und spiegelt die Vielfalt der unterschiedlichen Zugänge im Hinblick auf gegenderte Sprache wider.

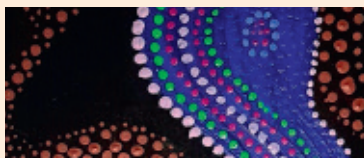
Seite 30-33 *Die Blume des Lebens*  
Bettina Tüchler-Puhr

Seite 34-36 *Filzen am Ende des Lebens*  
Martha Esterl



Seite 37-38 *Pride & Joy*  
Leno Gasser

Seite 39-42 *Long Covid – ein kollektiver Traum!?*  
Sabrina Rödl-Waldbauer



Seite 43-45 *Ein Drahtseilakt?*  
Elisabeth Binter

Seite 46 *Buchempfehlung Call for papers*

Seite 47 *Fortbildungen*



# Archetypische Paardynamiken

Von Bettina-Yvonne Krautberger



*Bettina-Yvonne Krautberger*

*Psychosoziale Beraterin,  
Mal- und Gestaltungstherapeutin,  
Paarberaterin, Trauerbegleiterin,  
Malerin und Bildhauerin,  
Lehrtherapeutin und Lehrsupervisorin  
am MGT-Institut,  
Co-Autorin des Lehrbuches für  
Mal- und Gestaltungstherapie,  
in eigener Praxis in Graz tätig:  
[www.viaregia.at](http://www.viaregia.at)*

*„It started with a kiss...“*

*„Started with a kiss.*

*Never thought it would come to this ...“*

– Der Titel und Refrain des Songs von Hot Chocolate fasst treffend zusammen, was viele Paare im Laufe einer Beziehung erleben. Was einst mit einer intensiven Zuneigung und Liebe begann, mündet oft in eine Beziehungskrise.

Fragen wie „Was ist geschehen?“ und „Wie konnte es so weit kommen?“ dominieren die Gedanken von Menschen, die sich in dieser Lage befinden. Die emotionale Betroffenheit kann dabei genauso stark sein wie das anfängliche Verliebtsein, manchmal sogar intensiver. Die Leere oder der Schmerz, die nach einem Bruch entstehen, führen zu tiefen Fragen nach den Ursachen und dem „Warum“.

Selbst jene Paare, die rational ihre Beziehung analysieren und für ihre Konflikte scheinbar logische Erklärungen finden, spüren oft, dass die oberflächliche Erkenntnis allein den inneren Schmerz und den Leidensdruck nicht mindert. Denn Beziehungen sind weitaus mehr als rationale Konstrukte; sie sind emotional und unbewusst tief in uns verwurzelt. Konflikte und Krisen in Paarbeziehungen gehen daher oft viel tiefer, als es auf den ersten Blick erscheint.

Das Thema Beziehung ist so alt wie die Menschheit selbst. In den größten Fragen des Lebens – von Geburt bis Tod – spielen Beziehungen eine zentrale Rolle. Sie sind eine Quelle größten Glücks, aber auch tiefster Konflikte und Leiden. Das zeigt sich auch in der digitalen Welt: In der Google-Suchmaschine rangieren Begriffe wie „Partnerschaft“ (relationship) und „Paartherapie“ (relationship guide) in derselben Liga wie „Geburt“ (birth), „Tod“ (death), „Geld“ (money), „Kunst“ (art) und „Sex“ (sex), mit Milliarden von Suchergebnissen. Der Drang, Antworten auf Beziehungskrisen zu finden, ist so präsent wie existenzielle Fragen des Lebens. Diese Dimension von Beziehungen spiegelt wider, wie unverzichtbar sie für unser menschliches Dasein sind. Der Mensch ist ständig in Beziehung – mit sich selbst, mit anderen und mit seiner Umwelt. Von Geburt an sind wir eingebettet in ein Netzwerk von Beziehungen, die unser Leben und unsere Identität formen.

Diese Beziehungen sind nicht nur sozialer Natur. Es gibt keine isolierte Existenz. Wir stehen in einem untrennbaren Zusammenhang mit der Welt, nach innen und außen, sowohl in materieller, geistiger als auch in emotionaler Hinsicht. Dieser Blick auf Beziehungen ist keineswegs fatalistisch zu verstehen, sondern vielmehr als Einladung, die Kraft und Komplexität unserer Beziehungen zu erkennen. Beziehungen können uns bereichern und uns tiefe Erfüllung geben, aber sie fordern uns auch heraus, uns selbst und unsere Beziehungsdynamiken immer wieder zu hinterfragen und zu reflektieren.

Die anfängliche Faszination und der „Kuss“, mit dem alles begann, verwandeln sich mit der Zeit in tiefergehende Herausforderungen, die nur durch bewusste Auseinandersetzung bewältigt werden können. Eine Paarbeziehung besteht nicht nur aus Momenten der Harmonie, sondern auch aus der Bereitschaft, an den unvermeidlichen Konflikten zu arbeiten, die aus unseren individuellen und kollektiven Beziehungs-

## Abstract

Der Artikel „Archetypische Paardynamiken – „It started with a kiss“ untersucht die tiefgreifenden psychischen Muster, die Paarbeziehungen prägen, und beleuchtet, wie archetypische Mythen Einblicke in Beziehungsdynamiken geben. Ausgehend von der Jung'schen Theorie der Phantasiebilder wird aufgezeigt, wie Mythen – wie die von Shiva und Shakti, Pygmalion, Zeus und Hera sowie Merlin und Viviane – universelle archetypische Kräfte widerspiegeln, die in jeder Beziehung wirken. Diese Mythen verdeutlichen die Herausforderungen von Autonomie und Abhängigkeit, von Einheit und Trennung sowie die Suche nach Erfüllung und Anerkennung in der Liebe. Der Artikel betont, dass Paarkonflikte oft unbewusste innere Konflikte darstellen, die nur durch bewusste Auseinandersetzung gelöst werden können. Die Auseinandersetzung mit diesen archetypischen Paarmythen kann als Weg dienen, die inneren Dynamiken und Entwicklungsprozesse in Beziehungen zu erkennen und zu transformieren.

### Keywords:

Archetypische Paardynamiken, Paarbeziehung, Beziehungsdynamiken, Unbewusste Paarkonflikte, Phantasiebilder, Autonomie und Abhängigkeit, Shiva und Shakti, Pygmalion-Mythos, Zeus und Hera, Ishtar und Tammuzi, Merlin und Viviane, Mythologie und Psychologie

mustern entstehen. Diese Konflikte sind jedoch keineswegs nur als äußere Konflikte der Paarbeziehung zu verstehen, sie spiegeln meist innerseelische und unbewusste Konflikte wider.

Deshalb genügt es auch nicht, eine Partnerschaft zu beenden, um die Konflikte zu beenden. Denn dieselben unbewussten Konfliktmuster neigen stark dazu, in nachfolgenden Partnerschaften erneut aufzutauchen.

Unbewusste psychische Muster (auch unbewusste Konfliktmuster) sind für uns als Phantasiebilder fassbar. Wollen wir die darin liegende psychische Energie (Libido) wieder befreien, ist es essentiell, diese Phantasiebilder vom Unbewussten an die Oberfläche des Bewusstseins gelangen zu lassen.

Wie ist nun mit diesen Phantasiebildern zu verfahren? An diesem Punkt möchte ich C.G. Jung selbst sprechen lassen: *„Er muß versuchen, seine Stimmung zu sich sprechen zu lassen; seine Laune muß ihm sagen, wie sie aussieht und in was für einer phantastischen Analogie sie sich ausdrücken ließe. (...) Weil er aber seiner Laune Gelegenheit gab, sich selber in einem Bilde auszudrücken, so ist es ihm gelungen, wenigstens einen kleinen Beitrag an Libido, an unbewußter Gestaltungskraft in der Form eines Bildes zu einem Bewußtseinsinhalt zu machen und damit dem Unbewußten zu entziehen. Dieser Versuch ist aber ungenügend, denn das geforderte völlige Erleben der Phantasie besteht nicht nur im Anschauen und Erleiden, sondern in einer aktiven Anteilnahme. Der Patient würde dieser Forderung entsprechen, wenn er sich auch in der Phantasie so verhielte, wie er sich in der Wirklichkeit zweifellos verhalten würde. Er würde niemals untätig zuschauen, wie seine Braut sich ertränkt, sondern würde dazwischen springen und sie an ihrem Vorhaben hindern. Das müßte auch in der Phantasie geschehen. Wenn ihm das gelingt, daß er sich in der Phantasie so verhält, wie er sich in einer ähnlichen wirklichen Situation verhielte, so würde er damit beweisen, daß er die Phantasie ernst nimmt, das heißt, daß er dem Unbewußten einen unbedingten Realitätswert beimißt. Damit hätte er einen Sieg errungen über seinen einseitigen intellektuellen Standpunkt und damit indirekt den irrationalen*

*Standpunkt des Unbewußten für gültig erklärt. Das wäre das völlige Erleben des Unbewußten.“*

(Jung 1990, 101)

Aus dem Gesagten geht nun klar hervor, dass diese Phantasiebilder in der Phantasie bzw. Imagination wie in der Realität erlebt werden sollen. Dieser Empfehlung kommt die Mal- und Gestaltungstherapie besonders entgegen, indem die inneren Bilder bzw. Phantasien gestaltet werden und damit eine erlebte Auseinandersetzung mit den Bildinhalten gefördert wird. So wie unbewusste Muster der Psyche sich dem Bewusstsein als Phantasiebilder zeigen, so stellen sich auch unbewusste psychische Muster der Paarbeziehungen als Phantasiebilder dar. Mit diesen Phantasien hat sich Verena Kast eingehend befasst und ihre Forschung dazu hat sie in Form von Büchern und Vorträgen zusammengefasst. Laut Verena Kast (vgl. Kast 2013) wird die Art und Weise, wie wir über Paarbeziehungen nachdenken, durch verschiedene Einflüsse geprägt:

**Den Alltag:** Wie erleben wir den gemeinsamen Alltag, und welche Rolle spielt er für unsere Beziehung?

**Den Zeitgeist:** Welche Erwartungen setzt die Gesellschaft in Bezug auf Partnerschaften?

**Elternbeziehungen:** Welche Erfahrungen haben wir als Kinder mit den Beziehungen unserer Eltern gemacht, und wie prägen sie unsere Vorstellungen?

**Geschwisterbeziehungen:** Wie haben Geschwisterdynamiken unser Verständnis von Nähe und Abgrenzung beeinflusst?

**Mythen:** Auf einer tieferen Ebene wirken archetypische Muster, die sich in den Mythen als existenzielles Kondensat menschlicher Erfahrungen und Möglichkeiten widerspiegeln.

Der Mythenforscher Joseph Campbell benennt vier Funktionen der Mythologie: Die erste Funktion besteht darin, ein Gefühl heiliger Scheu bzw. des Numinosen vor dem Geheimnis des Seins hervorzurufen. Die zweite Funktion ist es, eine Kosmologie – ein Bild der Welt – zu entwerfen, das dieses Gefühl des Numinosen stützt. Die dritte Funktion der Mythologie ist es, die jeweilige Gesellschaftsordnung zu stützen und dabei den Einzelnen in seine Gruppe einzugliedern. Die

vierte Funktion weicht den Einzelnen in die Wirklichkeiten seiner eigenen Psyche ein und leitet ihn dadurch zu seiner eigenen geistigen Bereicherung und Erfüllung hin. Die vierte Funktion ist neu. Allein in Europa wurde nach Campbell das Prinzip individueller Urteilsfähigkeit und Verantwortung des Ich-Prinzips entwickelt (vgl. Campbell, Mythologie des Westens 1992, 590–593).

*„Das Gralsabenteuer – die innere Suche nach jenen schöpferischen Werten, durch die das <wüste Land> erlöst wird – ist heute für jeden eine unumgängliche Aufgabe geworden; denn es gibt keinen festen Horizont mehr, es gibt kein festes Zentrum mehr, kein Mekka, Rom oder Jerusalem. Unser Kreis ist heute so, wie Nikolaus von Kues es um 1450 verkündet hat: der Umkreis nirgendwo, der Mittelpunkt überall – der Kreis mit dem unendlichen Radius, der zugleich eine Gerade ist.“* (Campbell, Mythologie des Westens 1992, 594)

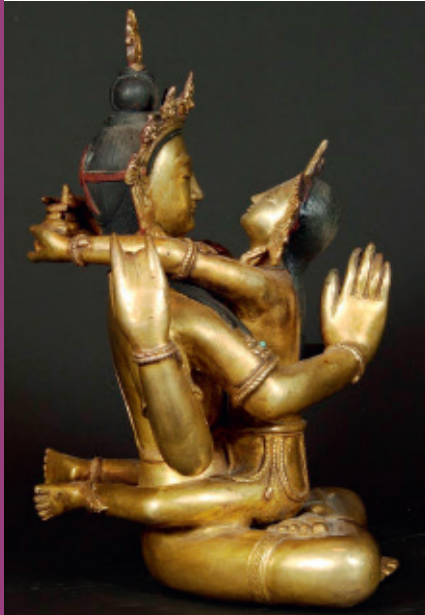
In Paarphantasien sind zwei final ausgerichtete Motivationen besonders hervorzuheben: zum einen die Überwindung des existenziellen Gefühls der Einsamkeit und zum anderen das ideale Bild von uns, wie wir sein könnten bzw. uns entwickeln könnten. In diesem Zusammenhang werden wir auch mit unserer Angst konfrontiert, vom Gegenüber nicht zur Kenntnis genommen, ignoriert oder gar abgelehnt zu werden.

In der Paarbeziehung gibt es keine allgemeingültig „richtige“ oder „falsche“ Beziehung. Vielmehr geht es darum, ein Beziehungsmuster zu finden, das für beide Partner:innen passt und sich stimmig anfühlt. Was für ein Paar in einer bestimmten Phase seines Lebens passend ist, mag in einer anderen Phase nicht mehr funktionieren. Beziehungen durchlaufen verschiedene Zeiten und Entwicklungsphasen, und so verändern sich auch die Vorlieben und Bedürfnisse innerhalb einer Beziehung.

Mythen von Göttern und Göttinnen spiegeln oft grundlegende menschliche Energien und Bedürfnisse wider. Diese existenziellen Themen – Liebe, Tod, Wachstum, Bedrohung, Widerstand und Erneuerung – sind universelle Erfahrungen, die auch in unseren Beziehungen eine Rolle spielen. Mythen erzählen uns von diesen

→

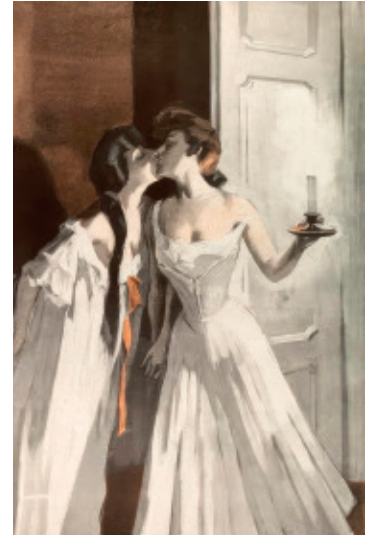
↓ Abb. 1: Shiva – Shakti



↑ Abb. 3: The Waltz, Bronze, Camille Claudel (1892)

← Abb. 2: Vermählt (Wedded), Frederic Leighton (1882)

↓ Abb. 4: Am Curious What You Will Write to Me! Brockhaus is Too Incomplete! Ferdinand von Reznicek (1910)



Erfahrungen, und sie tun dies immer wieder auf neue Weise, sei es in Märchen, Romanen oder in modernen Erzählungen. Sie helfen uns, unser Leben zu ordnen und zu verstehen.

Frühe Mythen zeigen uns Götter und Göttinnen, die sich gegenseitig vernichten und fressen, später kämpfen sie miteinander, und noch später lernen sie einander zu gestalten und zu lieben. Diese Entwicklungstendenzen in den Mythen können uns Zuversicht und Hoffnung darin vermitteln, dass auch unser Leben und unsere Beziehungen besser und harmonischer werden können. Die in den Mythen dargestellten Figuren sind Ausdruck archetypischer Muster – tief verankerter Strukturen, die in uns allen vorhanden sind. Archetypen sind universelle Lebens- und Vorstellungsmuster, die unser Denken, Fühlen und Handeln prägen. Sie sind wie Konstanten des menschlichen Erlebens, die in existenziellen Situationen aktiviert werden. Das Thema Liebe zum Beispiel ist ein archetypisches Muster. Verlieben ist eine universelle Erfahrung, die wir alle machen können, unabhängig von Kultur oder individuellen Bindungserfahrungen (vgl. Kast 2013).

Damit kommen wir zum ersten essentiellen archetypischen Beziehungsmodell und **Mythos von Shiva und Shakti**, der in seinen Grundmustern in vielen Liebesgeschichten zu finden ist. Ihre Beziehung symbolisiert eine tiefe Einheit und Ganzheit – ein „Einander-ganz-Gehören“.

Diese Form von Verschmelzung ist typisch für die anfänglichen Phasen romantischer Liebe, in denen Partner:innen sich als untrennbare Einheit erleben. Im Mythos erschafft Brahma aus seiner eigenen Vision den Liebesgott, der mit seinen Pfeilen die Liebe und Leidenschaft entfacht. Shiva, der Gott der Zerstörung, bleibt zunächst abseits dieses Treibens. Seine Zurückhaltung endet jedoch, als Shakti ihm ihre Liebe offenbart und er sich ganz von seiner meditativen Welt abwendet, um sich auf diese intensive Beziehung einzulassen.

Der Mythos von Shiva und Shakti geht jedoch über eine einfache romantische Liebe hinaus. Er zeigt, dass Liebe nicht nur als äußeres Beziehungsmuster zwischen zwei Menschen existiert, sondern auch als innerpsychische Erfahrung. Shiva und Shakti symbolisieren die Vereinigung gegensätzlicher Prinzipien, wie Zerstörung und Schöpfung, Ruhe und Leidenschaft. Zudem veranschaulicht dieser Mythos, dass jede Beziehung nicht nur Phasen der Einheit, sondern auch der Trennung und Erneuerung durchlaufen muss.

Als Shakti sich vor Wut über ihren Ausschluss vom Opferfest selbst zerstört, erfährt Shiva einen tiefen Verlust. Seine Reaktion auf diesen Verlust zeigt, wie eng Liebe und Trauer miteinander verbunden sind. Shiva trägt Shaktis Leichnam durch die Welt und erlebt eine Flut widersprüchlicher Gefühle – von Wut bis zur tiefsten Sehnsucht. Trennung ist ein notwendiger Bestandteil jeder Beziehung,

da sie Raum für individuelles Wachstum schafft. Phasen der Distanz und Reflexion ermöglichen es den Partner:innen, sich neu zu entdecken und sich als eigenständige Individuen weiterzuentwickeln. Letztendlich wird Shakti wiedergeboren und sie bekommen im zweiten Anlauf auch ein Kind miteinander. Sie bleiben somit nicht nur aufeinander in Einheit bezogen, sondern richten ihre Beziehungsenergie auf ein gemeinsam erschaffenes neues Leben, womit der Kreislauf des Lebens seinen natürlichen Lauf nimmt. Dabei muss es sich nicht zwangsläufig um ein Kind handeln, es kann auch ein gemeinsames Projekt aller Art sein (vgl. Kast 2013).

Der **Mythos von Pygmalion** aus Ovids Metamorphosen schildert hingegen ein Beziehungsmuster, in dem der eine Partner den anderen nach den eigenen Vorstellungen formt. Pygmalion, ein Bildhauer, erschafft eine Statue aus Elfenbein, die so perfekt ist, dass er sich in sie verliebt. Da er die lebenden Frauen als moralisch fehlerhaft empfindet, schafft er sich mit seiner Statue eine ideale Partnerin. Durch seine Zuwendung, Geschenke und Gebete an die Göttin Venus wird die Statue zum Leben erweckt und zur Frau, mit der er schließlich eine Beziehung eingeht und eine Familie gründet. In der Paartherapie symbolisiert der Pygmalion-Mythos ein ungleiches Beziehungsmodell. Hier gibt es keine echte Ich-Du-Beziehung. Pygmalion erschafft eine Frau nach seinen Vorstellungen, und sie wird lediglich zur

↓ Abb.5: Im Wonnemonat, Ferdinand von Reznicek (1910)



↓ Abb.6: Pygmalion und Galatea, Jean-Léon Gérôme



↓ Abb.7: Pygmalion und Galatea, Etienne Maurice Falconet

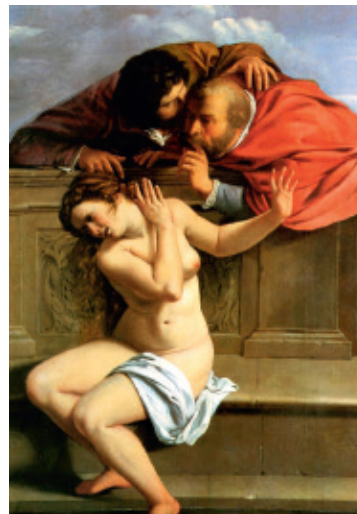


Verkörperung seiner Wünsche und Bedürfnisse. Dies führt zu einem Ungleichgewicht, da die Partnerin nicht als eigenständiges, autonomes Wesen wahrgenommen wird, sondern als Objekt, das geformt und verändert werden soll.

Im Pygmalion-Mythos lassen sich narzisstische Züge erkennen. Pygmalion ist nicht in der Lage, lebendige Frauen zu lieben, weil er sie als moralisch minderwertig betrachtet. Sein Bedürfnis, die perfekte Partnerin zu schaffen, verweist auf eine Sehnsucht nach Kontrolle und Gestaltung. Statt sich auf die Individualität des anderen einzulassen, versucht er, diesen nach seinen Idealvorstellungen zu modellieren. Hierbei handelt es sich um Menschen, die Schwierigkeiten haben, sich auf echte, gleichberechtigte Beziehungen einzulassen. Sie suchen nicht nach einem Gegenüber, sondern nach jemandem, den sie nach ihren Vorstellungen „verbessern“ oder „optimieren“ können.

Dieser Wunsch, den Partner oder die Partnerin zu formen, tritt oft verdeckt auf – durch „wohlmeinende“ Vorschläge, wie sich der/die andere kleiden, verhalten oder entwickeln soll. Dies kann ebenso auf Männer wie auf Frauen zutreffen. Eine weitere zentrale Problematik des Pygmalion-Mythos ist das Fehlen von Autonomie. Der/die geformte Partner:in wird in eine Rolle gedrängt (und lässt sich auch drängen), die nicht seiner/ihrer eigenen Identität entspricht. Diese Personen fühlen sich nicht in der Lage, ihre eigenen Bedürfnisse und

→ Abb. 8: Susanna und die Alten, Artemisia Gentileschi (1610)



Wünsche auszudrücken, und übernehmen unbewusst die Rolle, die ihnen zugeschrieben wird. Sie fragen sich vielleicht: „Was will der/die andere von mir?“ statt ihre eigenen Wünsche und Gefühle zu ergründen. Dies führt zu einem Ungleichgewicht in der Beziehung, da in dieser Form von Verbindung, beide Partner:innen nicht als gleichwertig und eigenständig wahrgenommen werden.

In Beziehungen, die auf dem Ich-Du-Prinzip der Gleichwertigkeit basieren, entsteht ein dynamisches Beziehungsselbst. Dieses entwickelt sich aus der wechselseitigen Interaktion der Partner:innen, die sich als eigenständige und gleichwertige Individuen sehen und anerkennen. Beide können voneinander lernen, sich anein-

ander entwickeln und ihre individuellen Stärken einbringen. Diese Art von Beziehung stärkt nicht nur die Identität der einzelnen Partner:innen, sondern auch die Verbindung zwischen ihnen.

Wieder zurück zum Pygmalion-Mythos, den wir nun auch intrapsychisch betrachten werden. In diesem Fall suchen Menschen nach einer inneren „perfekten“ Version von sich selbst oder nach einem Ideal, das sie erreichen wollen, sollen oder müssen. In der Beratung und Therapie kann es hilfreich sein, diesen inneren Prozess bewusst zu machen: „Wo versuche ich, mich selbst zu formen oder zu kontrollieren, und welche Anteile meiner selbst lasse ich dabei außen vor?“

↑ Abb. 9: The Love Potion, Evelyn De Morgan (1903)



→

↓ Abb. 10: Jupiter und Juno alias Zeus und Hera auf dem Berge Ida, James Barry



Diese Reflexion kann dabei helfen, ein gesünderes Selbstbild zu entwickeln, das auf mehr Authentizität statt auf Perfektion beruht. In der Paarberatung ist es wichtig, solche Dynamiken zu erkennen und den Fokus auf die Entwicklung eines echten Beziehungselbst zu legen, das aus der wechselseitigen Interaktion beider Partner:innen entsteht. Nur durch Anerkennung der Autonomie und Einzigartigkeit des anderen kann eine erfüllende und gleichberechtigte Beziehung wachsen.

Das **Beziehungsmuster von Zeus und Hera** aus der griechischen Mythologie zeichnet sich durch ständige Konflikte und Streitereien aus, die ihre Beziehung prägen. Obwohl sie einander in zahllose Auseinandersetzungen verstricken, bleibt ihre Verbindung untrennbar.

Dieses Streitpaar-Muster beschreibt ein Phänomen, bei dem Streit und Konflikt zugleich Nähe schaffen und Distanz aufrecht erhalten. Paare, die diesem Muster folgen, sind oft über viele Jahre zusammen, obwohl Außenstehende denken könnten, sie sollten sich trennen. Im Zentrum dieses Beziehungsmusters steht der Umgang mit Rache und Ärger. In den Mythos von Zeus und Hera projiziert, bleibt das Paar in einem Kreislauf von gegenseitiger Rache stecken, was ihnen paradoxerweise erlaubt, sich emotional nah zu bleiben, ohne sich wirklich aufeinander einzulassen.

Ärger entsteht, wenn persönliche Grenzen verletzt werden oder wenn wir uns angegriffen fühlen. Er dient

dem Schutz der psychischen und körperlichen Integrität und ist eine wichtige Emotion, um unsere Selbstachtung zu wahren.

Bei Zeus und Hera manifestiert sich der Ärger in einem ewigen Hin und Her von Beleidigungen, Kränkungen und Abwertungen, wobei jeder den/ die andere/n für seine/ihre eigenen Verletzungen verantwortlich macht. Diese fortwährenden Auseinandersetzungen verhindern jedoch eine echte Aussöhnung oder das Verlassen des destruktiven Zyklus. Es entsteht ein Kreislauf, in dem die Partner:innen versuchen, sich durch gegenseitige Herabsetzung oder passiv-aggressives Verhalten zu „rächen“.

In einer solchen Dynamik bleibt der Konflikt ungelöst, und das Paar kann nicht zur Heilung der Verletzungen oder zu einem friedlichen Miteinander gelangen. Interessanterweise sind Streitpaare wie Zeus und Hera oft jene, die am längsten zusammenbleiben. Der Konflikt ermöglicht es, sich emotional zu berühren, ohne dass eine echte Verletzlichkeit zugelassen wird. Der Streit schützt die Partner:innen davor, sich zu nah zu kommen und die eigenen Ängste oder Unsicherheiten in der Beziehung zu offenbaren. Die ständige Distanz und das Konfliktniveau sorgen dafür, dass sie nicht Gefahr laufen, sich selbst in der Beziehung zu verlieren. Die ständigen Auseinandersetzungen zwischen Zeus und Hera spiegeln tie-

fe Verletzungen und mangelnde Anerkennung wider. Hera ist nicht mehr die allmächtige Göttin, die sie einst war, und Zeus wird nicht als der geliebte Sohn-Geliebte anerkannt. Beide fühlen sich in ihrem Wert nicht ausreichend gesehen. Abwertungen – sei es durch abschätzige Blicke oder abfällige Kommentare – sind Ausdruck dieses unerfüllten Bedürfnisses nach Anerkennung und Wertschätzung.

Eine Paarberaterin würde hier ansetzen und fragen: „Was steckt hinter dieser Rache? Welche Verletzungen und Enttäuschungen führen dazu, dass das Paar sich in diesem ewigen Kreislauf von Vergeltung und Abwertung befindet?“

Oft hilft es, den Partner:innen bewusst zu machen, welche Rachephantasien sie hegen und wie diese die Beziehung belasten. Die Anerkennung beider Partner:innen als verletzte Individuen, die versuchen, ihren Selbstwert zu schützen, ist ein wichtiger erster Schritt zur Lösung. Anstatt in einem destruktiven Kreislauf von Rache und Vergeltung zu bleiben, ist der Weg zu einer gesunden, gleichberechtigten Beziehung oft die Anerkennung der eigenen Verletzlichkeit und des Wunsches nach echter Nähe – jenseits von Streit und Abwertung.

Für einige Paare, die sich aus einem Streitmuster befreien wollen, führt der Weg oft über eine Außenbeziehung. Eine Beziehung mit einer jüngeren

↓ Abb. 11: Kampfkunst, cottonbro studio, Pexels



↓ Abb. 12: Paar kehrt sich den Rücken zu, Anastasia Shuraeva, Pexels:



oder älteren Person, die symbolisch für die elterlichen Archetypen steht, kann helfen, das Bedürfnis nach Anerkennung und Sicherheit zu stillen.

Diese Außenbeziehungen bieten oft eine vorübergehende Zuflucht, in der die beteiligten Personen ohne den ständigen Streit gesehen und akzeptiert werden. Wenn diese Phase abgeschlossen ist, kann das ursprüngliche Paar zu einer gleichberechtigteren Beziehung zurückfinden, in der beide Partner:innen auf Augenhöhe miteinander umgehen (vgl. Kast 2013).

Um ein tieferes Verständnis der nächsten beiden Paarmythologien sowie überhaupt aller westlichen Mythologien zu erhalten, müssen wir noch viel weiter in die Vergangenheit blicken. Lassen wir den Mythenforscher Joseph Campbell selbst sprechen: „Denn auf einer Stufe der Vergangenheit, die tiefer liegt als das Pingpongspiel zwischen Persien, Griechenland, Rom, Byzanz, Islam und später Europa, lieferte das Vermächtnis der Bronzezeit viele Grundmotive des abendländischen wie auch des orientalischen mythologischen Gedankenguts. Außerdem lagen die Ursprünge dieses Vermächtnisses weder in Indien, wie viele immer noch meinen, noch in China, sondern im Nahen Osten, der Levante, wo die Spa-



↑ Abb. 13: Inanna und Dumuzi, Reproduktion einer sumerischen Skulptur:

ten der archäologischen Forschung Vorstufen freigelegt haben, die bis auf etwa 7500 v. Chr. zurückgehen. Ungefähr um diese Zeit entstanden in den hohen, geschützten Gebirgstälern Kleasiens, Syriens, des nördlichen Irak und des Iran die Urformen des Ackerbaus und der Viehzucht, und diese bewirkten eine epochale Mutation des ganzen menschlichen Daseins und seiner Entwicklungsmöglichkeiten. Während die ältere Menschheit in ständiger Unsicherheit nur von der Wildbeuterei (Jagen und Sammeln) gelebt hatte, gingen die Menschen jetzt in größerem Umfang zur Bestellung der Erde über. Dörfer, die ihren Nahrungsbedarf anbauten, traten auf den Plan, und ihre ständig anwachsende Zahl dehnte sich in einem breiten Gürtel nach Osten und Westen aus, wo sie um 2500 v. Chr. ungefähr gleichzeitig beide Ozeane erreichte. Unterdessen kam es um 3500 v. Chr. im Ursprungsgebiet, der Kernzone des Nahen Ostens, wo die Entwicklung weitergegangen war, zu einer zweiten epochalen Mutation, als im Zweistromland die grundlegenden Techniken aller höheren Kultur erfunden wurden: Schreiben, Rechnen, Monumentalarchitektur, systematische wissenschaftliche Beobachtung (der Gestirne), Tempelgottesdienst und, alle überragend, die königliche Kunst der Staatslenkung. Die Kenntnis und Anwendung dieser Techniken gelangte etwa 2850 v. Chr. mit den ersten Pharaonen der I. Dynastie nach Ägypten, etwa 2500 v. Chr. nach Kreta und ins Indusdal, etwa 1500 v. Chr. nach China, und etwa 1000–500

↓ Abb. 14: Kybele und Attis auf einem Taurobolic-Altar (4. Jh. n. Chr.), Nationales Archäologisches Museum Athen



v. Chr. wurde sie an Mexiko und Peru weitergegeben. Solange diese Entwicklung und Verbreitung sich auf der Stufe des neolithischen Dorfes bewegte, war die Kernfigur aller Mythologien und Anbetung die freigebig schenkende Göttin Erde als Mutter und Nährerin des Lebens und Empfängerin der Toten zur Wiedergeburt. In der frühesten Zeit ihres Kultes (vielleicht ca. 7500–3500 v. Chr. in der Levante) dachte man sich nach Ansicht vieler Anthropologen eine solche Muttergöttin möglicherweise nur als eine lokale Patronin der Fruchtbarkeit. Jedoch schon in den Tempeln der allerersten Hochkultur (Sumer, ca. 3500–2350 v. Chr.) war die überragende Große Göttin sicherlich viel mehr als das. Wie heute im Orient, war sie bereits ein metaphysisches Symbol: die Erzpersonifizierung der Kraft von Raum, Zeit und Materie, in deren Bezirk alle Wesen entstehen und vergehen: der Stoff ihrer Leiber, die Gestalterin ihrer Leben und Gedanken und die Empfängerin ihrer Toten. Und alles, was Form oder Name hat – einschließlich des als gut oder böse, gnädig oder zornig personifizierten Gottes –, war ihr Kind, in ihrem Schoß. Gegen Ende der Bronzezeit und stärker noch beim Anbruch der Eisenzeit (um 1250 v. Chr. in der Levante) wurden die alte Kosmologie und die überlieferten Mythologien der göttlichen Mutter von den jählings eingedrungenen patriarchalen Kriegerstämmen, deren Traditionen hauptsächlich im Alten und Neuen Testament und in den Mythen Griechenlands auf uns gekommen sind, von Grund auf verwandelt, umgedeutet und in großem Umfang sogar unterdrückt. Diese →

→ Abb. 16: Merlin und Viviane illustriert von Henry Justice Ford



→ Abb. 17: Die Verführung Merlins durch Nimue. Edward Burne-Jones (1874)



↓ Abb. 15: Adi Parashakti – The Devine Mother



*auführerischen Kriegerwellen kamen aus zwei ausgedehnten Ursprungsgebieten: die Semiten aus den syrisch-arabischen Wüsten, wo sie als freischweifende Nomaden Schafe und Ziegen hüteten und später das Kamel zähmten; und die hellenisch-arischen Stammesgruppen aus den weiten Ebenen Europas und Südrußlands, wo sie ihre Rinderherden geweidet und frühzeitig das Pferd gezähmt hatten.“ (Campbell, Mythen des Westens 1992, 17–18)*

Aus diesem Blickwinkel heraus wird vielleicht auch die Dynamik zwischen Zeus und Hera ein wenig verständlicher, ebenso wie die Dynamik zwischen Gott und Göttin anderer griechischer Mythen.

Nun kommen wir zum **babylonisch-assyrischen Mythos von Ishtar und Tammuz**, der Mutter-, Liebes- und Fruchtbarkeitsgöttin und ihres Sohngeliebten.

Ishtar feiert im Frühjahr die heilige Hochzeit mit ihrem Sohngeliebten Tammuz. Wenn die beiden einander lieben, blüht das Leben auf und die Fruchtbarkeit des Landes ist gewährleistet. Im Sommer, wenn die Sonne alles Grün verdorrt hat, wird Tammuz von einer Dämonin getötet und muss in die Unterwelt hinab. Ishtar ist untröstlich und sucht ihn überall, bis sie auch in die Unterwelt zur Todesgöttin

geht. Dabei stirbt sie selbst. Jedoch wird ihr nach entsprechenden Vorkehrungen das Lebenswasser gebracht und sie kehrt zunächst ohne ihren Sohngeliebten zurück, nachdem dieser sie zu wenig vermisst hat. Nach 160 Tagen wird zwischen den beiden erneut die heilige Hochzeit gefeiert und damit die Erneuerung des Lebens garantiert. Der Heros ist hier in die Rhythmen der Muttergöttin eingebunden und von ihr abhängig. Liebe und Tod sind nahe beisammen zu betrachten. Der Tod ist in diesem Weltbild nicht als Vernichtung zu sehen, sondern als Durchgang zu neuem Leben. Die Muttergöttin bleibt in der Liebe und Trauer bezogen. Sie verlässt ihren Sohngeliebten und wird von ihm verlassen und hat dabei an seiner Lust und seinem Schmerz teil.

In diesem Vegetationsmythos erlebt sich die Göttin als dynamisch, grenzüberschreitend und in ihrer Kraft, Identität, ihrem Schöpferischsein, Gestaltenwollen im Einklang mit den natürlichen Rhythmen zwischen Ruhe und Lebensdrang bestärkt. Die Verbindung zwischen älterer Frau und jungem Mann kann der Frau dabei helfen, ihren Aschenputtelkomplex abzulegen.

Nicht rein zufällig werden heute die alten Muttergöttinnen in ihrer Großartigkeit von Frauen wiederentdeckt. Identifiziert sie sich jedoch in ihrer Rolle als Mutter zu ihrem Sohn mit der Muttergöttin unbewusst, dann wird sie den Sohn nicht ziehen lassen wollen und wird sich dann alt und unbelebt fühlen, falls er beschließt, doch sein eigenes Leben zu leben (vgl. Kast 2019, 71–84). Wie schon beim Mythos von Shiva und Shakti ist auch hier die Auseinandersetzung mit Trennung und Verlust vs. belebende Einheit gefragt.

Spannend ist der Vergleich auch insofern, dass Shiva seine Shakti nicht wieder zum Leben erwecken kann, während Ishtar ihren Sohngeliebten wieder aus der Unterwelt holt, um ihm neues Leben einzuhauchen, denn sie ist im Besitz des Lebenswassers.

Als letzten Paarmythos in diesem Artikel wollen wir hier die **Liebe von Merlin und Viviane** schildern. Lassen wir zunächst Verena Kast den mittelalterlichen Epos erzählen: „Merlin und Viviane – in meinen Augen *etwas ganz, ganz Schönes*. Ich werde Ihnen *gleich einmal eine Möglichkeit zu einer Imagination geben, dann begegnen wir den beiden gleich einmal*.

↓ Abb. 18: Viviane mit Merlin im Hexenbaum, Edward Burne-Jones (1905)



Merlin, den stellen Sie sich bitte jetzt einfach einmal vor, und die ganz junge Viviane treffen sich an einer Quelle, die sich zu einem schönen, hellen Weiher ausdehnt. Merlin nimmt die Gestalt eines schönen Junkers an. Er lässt ein Schloss von einem Moment auf den anderen entstehen. Er zeigt, dass er über das Wasser schreiten kann, ohne sich die Füße nass zu machen. Er zeigt ihr, wie er einen Fluss entstehen lassen kann, wo vorher keiner war. Dass er überall Quellen setzen kann. Viviane ist fasziniert und möchte diese Spiele auch lernen. Als Gegengabe bietet sie an, alle Tage ihres Lebens seine Freundin zu sein. Merlin ist hochofrenet darüber und Viviane ist auf der Hut. Merlin zaubert und Viviane sagt: ‚Nein, nein, ich will nicht, dass Sie zaubern, ich will es selber lernen‘, bevor sie sich ihm hingibt. Dann erzählt er ihr, dass er in die Zukunft sehen kann und sie möchte das auch lernen. Die beiden tändeln miteinander. Sie forscht ihn die ganze Zeit nach seinen Künsten aus und er lehrt sie so viel davon, dass man später wusste, dass er ein Zauberer ist. Sie behielt das Gelernte im Gedächtnis und schrieb es auf. Viviane überlegt, was sie denn noch von ihm lernen könnte. Ihr Bedürfnis ist, ihn für immer und ewig zu fesseln und sie sagt: ‚Ich bitte euch, lehrt mich, auf welche Art ich einen Mann, ohne Turm und ohne Mauer und ohne Eisen durch Zauberkräft einschließen kann, sodass er niemals mehr herauskommen kann, außer durch meinen Willen.‘ Merlin hört diese Worte, lässt den Kopf hängen und beginnt aus tiefem

Herzen zu seufzen. Und er sagt: ‚Ich bin durch Ihre Liebe so gefesselt, ich muss Ihren Willen erfüllen.‘ Und Viviane sagt, die große Liebe würde auch sie erfüllen, dass ihr ganzes Denken und Sehnen und Verlangen erfülle. ‚Da ich Euch liebe und Ihr mich liebt, ist es denn nicht Recht, dass Ihr meinen Willen tut und ich den Eurigen?‘ Und nun ist Merlin freudig überzeugt und möchte einen schönen lieblichen Ort schaffen, wo sie sich lieben können. Und sie entgegnet: ‚Nein, nein, nicht Sie sollen den Ort schaffen, ich will diesen Ort schaffen, wo wir zusammen sein können, so oft wie es uns gefällt.‘ Und Merlin gewährt es. Eines Tages, als sie durch den Wald marschieren, finden sie einen schönen Weißdornbusch, über und über mit Blüten bedeckt. Dort setzen sie sich. Merlin legt den Kopf in den Schoß von Viviane. Sie liebkost ihn zärtlich und dann schläft er ein. Als er schläft, erhebt sich Viviane, beginnt einen Kreis um ihn zu ziehen und um den Busch, beginnt ihre Zauberworte zu sprechen, tritt wieder in den Busch. Legt sein Haupt erneut in ihren Schoß und hält ihn, bis er erwacht. Als er erwacht, da war ihm, als sei er im schönsten Turm der Welt und liege auf das schönste Lager gebettet. Zu Viviane sagt er: ‚Edle Frau, Ihr habt mich betrogen, wenn Ihr nun nicht bei mir bleibt. Denn keiner hat die Macht dazu, außer Euch, den Bann dieses Turmes aufzulösen.‘ Sie verspricht ihm, dass sie oft bei ihm sein werde und hält dieses Versprechen auch. Niemals kann er mehr aus diesem Weißdornbusch heraus und Viviane, sie kommt und geht so oft sie will.“ (Kast 2013)

Was wird in Merlin und Viviane durch ihre Art der Verbindung aktiviert? Merlin, der in der Mythologie oft als schweifender Gott dargestellt wird, steht sinnbildlich für einen Mann, der keine feste Bindung eingeht, sondern stattdessen Eroberungen sucht. Sein Rückzug zur Weißdornhecke symbolisiert jedoch eine tiefe Veränderung. In der Mythologie steht die Weißdornhecke für Wandlung, weshalb ihr in der Regel nur mit Vorsicht begegnet wird. Merlin lässt sich bannen (er besitzt ja die Gabe der Voraussicht – er

ist ein Seher) und zieht sich damit aus seinem bisher autonomen, kämpferischen, politischen und rastlosen Leben zurück, um sich stattdessen der Liebe hinzugeben.

Diese totale Hingabe, die Merlin zeigt, ist von großer Bedeutung. Sie geht über das bloße Aufgeben von Freiheit hinaus und beinhaltet die Fähigkeit, Abhängigkeit zuzulassen. In unserer modernen psychologischen Auseinandersetzung mit den Themen Autonomie und Abhängigkeit wird oft betont, wie wichtig es ist, unabhängig zu bleiben. Doch Merlins Geschichte lehrt uns, dass auch Abhängigkeit, wenn sie bewusst angenommen wird, einen tiefen Wert und Geborgenheit haben kann und damit den Menschen auch in einen förderlichen und fruchtbaren größeren Zusammenhang mit seiner Mitwelt bringen kann. Viviane schenkt ihm ein neues Lebensgefühl. Er vertraut ihr nicht nur sein Leben und seine Liebe an, sondern auch seine magischen Künste. Damit wird er auch zum Mentor und übergibt ihr sein Lebenswerk. Durch sie wird sein Lebenswerk weitergegeben und durch ihre Jugend erneuert. Gleichzeitig schenkt der ältere Mensch, hier Merlin, der jüngeren Person, hier Viviane, ein Gefühl von Geborgenheit und Weisheit. Und auch Viviane schenkt ihm Geborgenheit, indem sie immer wieder zu ihm zurückkehrt. Dies ist eine Form von gegenseitiger Bereicherung (vgl. Kast 2013). Der Mythos von Merlin und Viviane ist ebenso den Mythen der großen Göttin zuzuordnen.

So ist Viviane als Nymphe bekannt und das Wort Nymphe bezeichnete im Mittelalter sowohl eine Hexe als auch eine Fee (vgl. Walker 2003, 810). Merlin erlernte seine Zauberkünste von der Großen Göttin Morgan Le Fay, die auch als Herrin vom See bekannt ist. Der Name Viviane (die Lebende) wird ihr ebenso zugeordnet. So heißt es auch, sie holte ihn am Ende seines Lebens in ihre magische Höhle zurück und hüllte ihn bis zu seiner Wiederkunft in unsterblichen Schlaf. In diesem Zusammenhang wurde sie Nimue oder Schicksal genannt. Diesem Aspekt ähnlich, wurde die Mondgöttin Diana, Nemorensis und bei den Griechen Nemesis genannt (vgl. Walker 2003, 728). Durch diese Anreicherung wird bewusst, dass Viviane überhaupt keinen Unterricht in die magischen Künste nötig hatte, →



← Abb. 19: Nimue alias Vivienne, Lady of the Lake: Eine Illustration mit der Überschrift „Die Lady Nymue entführt Launcelot in die Seen“, Howard Pyle (1905)

↓ Abb. 20: Die Zauberin Vivien alias Nimue alias Lady of the Lake, Illustration von Howard Pyle (1903)



denn sie selbst brachte Merlin diese Künste bei. Auf diese Weise wird deutlich, dass Merlin in diesem Mythos im Vergleich zu Ishtar und Tammuzi einen wesentlichen Fortschritt erlangt hat. Der männliche Part war nun nicht länger nur der Geliebte der Großen Göttin und Werkzeug der vegetativen Erneuerung, sondern er verfügte über die Gabe des Sehens und damit über die Gabe der Imagination und Schöpferkraft und war damit autonom von der Göttin geworden.

Doch der männliche Anteil bleibt in dieser Geschichte nicht autonom und von der göttlich weiblichen Seite scheinbar getrennt, sondern er verbindet sich erneut mit ihr, jedoch bewusst und gibt dabei sogar seine Autonomie auf. Das könnte bedeuten, dass er sich seiner Verantwortlichkeit gegenüber der Natur und den natürlichen Rhythmen bewusst wäre und seine Fähigkeiten dementsprechend in den Dienst der Menschlichkeit und des Wohls der Natur stellen würde. Das würde vielleicht zu einer Haltung der Individuen und einer Gesellschaftsform führen, die sich weder an patriarchalen Strukturen noch an matriarchalen Strukturen orientieren, sondern an der Gleichwertigkeit des Lebens und der damit verbundenen Schaffenskraft, die das Leben in seiner Ganzheit fördert.

Diese archetypischen Paare symbolisieren die dynamische Wechselwirkung von polaren Kräften, die in uns allen vorhanden sind. Durch die bewusste Auseinandersetzung mit diesen Mythen können wir Einblicke in die Natur unserer eigenen Beziehungen und die tieferen Schichten der Psyche bzw. Seele gewinnen. „*Der unbezogene Mensch*“, sagt Jung, „hat

keine Ganzheit, denn er erreicht diese nur durch die Seele, die ihrerseits nicht sein kann ohne ihre andere Seite, welche sich stets im <Du> findet.“ (Jung in Campbell, *Schöpferische Mythologie* 1992, 348)

In meinem MGT-Seminar zum Thema Paarberatung mit MGT-Methoden stelle ich eine Palette von sinnvollen und kreativen Übungen zur Begleitung von Paaren in der Praxis vor. Wer Interesse an einer Teilnahme hat, kann sich gerne an das MGT-Büro wenden. ■

#### Literatur:

CAMPBELL, JOSEPH (1992): *Mythologie des Westens – Die Masken Gottes* Band 3. Sphinx Verlag: Basel.

CAMPBELL, JOSEPH (1992): *Schöpferische Mythologie – Die Masken Gottes* Band 4. Sphinx Verlag: Basel.

JUNG, CARL GUSTAV (1990): *Die Beziehungen zwischen dem Ich und dem Unbewußten*. Deutscher Taschenbuch Verlag GmbH & Co. KG: München.

KAST, VERENA (27.–31. OKTOBER 2013): *Unbewusste Muster der Partnerschaft*. IGT Arbeitstagung „Liebe – die transformierende Kraft in Beziehungen und Gesellschaft“ in Lindau, Müllheim-Baden, Deutschland: Auditorium Netzwerk Verlag für audiovisuelle Medien.

KAST, VERENA (2019): *Paare – Wie Beziehungsdynamiken unsere Liebe prägen*. Patmos Verlag: Ostfildern.

WALKER, BARBARA G. (2003): *Das geheime Wissen der Frauen – Ein Lexikon von Babara G. Walker*. Arun-Verlag: Engerda.

#### Abbildungen:

Abb.1 Shiva-Shakti: <https://www.originalbuddhas.com/de/katalog/alte-shiva-shakti-figur-aus-nepal-2867>. Stand 25.09.2024

Abb.2 Vermählt (Wedded), 1882, von Frederic Leighton: <https://www.meisterdrucke.at/kunstdrucke/Frederic-Leighton/804950/Verm%3%A4hlt.html>. Stand 27.09.2024

Abb.3 The Waltz, 1892, Bronze, von Camille Claudel: <https://www.meisterdrucke.at/kunstdrucke/Camille-Claudel/186617/Der-Walzer.html>. Stand 27.09.2024

Abb.4 I Am Curious What You Will Write to Me! Brockhaus is Too Incomplete!, 1910, von Ferdinand von Reznicek: <https://www.meisterdrucke.at/kunstdrucke/Ferdinand-von-Reznicek/694590/Ich-bin-neugierig%2C-was-du-mir-schreiben-wirst%21-Brockhaus-ist-doch-zu-l%3BC3%BCckenhaft%21.html>. Stand 27.09.2024

Abb.5 Im Wonnemonat, 1910, von Ferdinand von Reznicek: <https://www.meisterdrucke.at/kunstdrucke/Ferdinand-von-Reznicek/694627/Im-Wonnemonat.html>. Stand 27.09.2024

Abb.6 Pygmalion und Galatea von Jean-Léon Gérôme: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pygmalion\\_and\\_Galatea\\_\(G%3CA9r%C3%B4me\).back.jpg?uselang=de#Lizenz](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pygmalion_and_Galatea_(G%3CA9r%C3%B4me).back.jpg?uselang=de#Lizenz). Stand 25.09.2024

Abb.7 Pygmalion und Galatea von Etienne Maurice Falconet: <https://www.meisterdrucke.at/kunstdrucke/Etienne-Maurice-Falconet/1081252/Pygmalion-und-Galatea.html>. Stand 27.09.2024

Abb.8 Susanna und die Alten, 1610, von Artemisia Gentileschi: <https://www.meisterdrucke.at/kunstdrucke/Artemisia-Gentileschi/654189/Susanna-und-die-Alten.html>. Stand 27.09.2024

Abb.9 The Love Potion, 1903, von Evelyn De Morgan: <https://www.meisterdrucke.at/kunstdrucke/Evelyn-De-Morgan/258573/Der-Liebestrank%2C-1903.html>. Stand 27.09.2024

Abb.10 Jupiter und Juno alias Zeus und Hera auf dem Berge Ida von James Barry: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:James\\_Barry\\_001.jpg?uselang=de#Lizenz](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:James_Barry_001.jpg?uselang=de#Lizenz). Stand 25.09.2024

Abb.11 Foto Kampfkunst von cottonbro studio bei Pexels: <https://www.pexels.com/de-de/foto/mann-frau-japanisch-schwert-7780086/>. Stand 27.09.2024

Abb.12 Foto Paar kehrt sich den Rücken zu von Anastasia Shuraeva bei Pexels: <https://www.pexels.com/de-de/foto/meer-paar-ozean-ansetzen-7539513/>. Stand 27.09.2024

Abb.13 Inanna und Dumuzi – Reproduktion einer sumerischen Skulptur: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Marriage\\_of\\_Inanna\\_and\\_Dumuzi.png?uselang=de#Lizenz](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Marriage_of_Inanna_and_Dumuzi.png?uselang=de#Lizenz). Stand 25.09.2024

Abb.14 Kybele und Attis auf einem Taurobolic-Altar mit (4. Jh. n. Chr.) im Nationalen Archäologischen Museum von Athen am 2. Januar 2020: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Taurobolic\\_altar\\_with\\_Cybele\\_and\\_Attis\\_%284th\\_cent.\\_A.D.%29\\_at\\_the\\_National\\_Archaeological\\_Museum\\_of\\_Athens\\_on\\_2\\_January\\_2020.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Taurobolic_altar_with_Cybele_and_Attis_%284th_cent._A.D.%29_at_the_National_Archaeological_Museum_of_Athens_on_2_January_2020.jpg). Stand 27.09.2024

Abb.15 Adi Parashakti – The Devine Mother von: <https://www.templepurohit.com/adi-parashakti-the-divine-mother/>. Stand 27.09.2024

Abb.16 Merlin und Viviane illustriert von Henry Justice Ford: <https://www.meisterdrucke.at/kunstdrucke/Henry-Justice-Ford/1440872/Darstellung-von-Merlin-dem-Zauberer-und-Fee-Viviane-%28Merlin-anc-Vivien%29-Illustration-von-Henry-Justice-%28HJ%29-Ford-%281860-1941%29-aus-%22The-book-of-romance%22-1902-Sammlung-privée.html>. Stand 25.09.2024

Abb.17 Die Verführung Merlins durch Nimue. Gemälde aus dem Jahr 1874 von Edward Burne-Jones: [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/2/29/Beguiling\\_of\\_Merlin.jpg](https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/2/29/Beguiling_of_Merlin.jpg). Stand 27.09.2024

Abb.18 Viviane mit Merlin im Hexenbaum, 1905, von Edward Burne-Jones: [https://en.wikipedia.org/wiki/Lady\\_of\\_the\\_Lake#/media/File:Edward\\_Burne-Jones\\_Witches\\_Tree\\_\(Flower\\_Book\).png](https://en.wikipedia.org/wiki/Lady_of_the_Lake#/media/File:Edward_Burne-Jones_Witches_Tree_(Flower_Book).png). Stand 27.09.2024

Abb.19 Nimue alias Vivienne, Lady of the Lake: Eine Illustration mit der Überschrift „Die Lady Nymue entführt Launcelot in die Seen“ 1905 von Howard Pyle: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:The\\_Lady\\_Nymue\\_bearth\\_away\\_Launcelot\\_into\\_the\\_Lakes.png](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:The_Lady_Nymue_bearth_away_Launcelot_into_the_Lakes.png)

Abb.20 Die Zauberin Vivien alias Nimue alias Lady of the Lake, Illustration von Howard Pyle, 1903 edition of *The Story of King Arthur and His Knights*: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Arthur-Pyle\\_The\\_Enchantress\\_Vivien.JPG](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Arthur-Pyle_The_Enchantress_Vivien.JPG)

↓ Abb. 7: Verbunden im Schöpferischen (© freepik.com)



bert et al. 2016). Dieses Gefühl hat das Potenzial, uns daran zu erinnern, dass wir letztlich alle Teil einer großen Menschheitsfamilie sind.

### Schattenseiten

Kama Muta kann uns zweifelsohne positiv beeinflussen und bei Prozessen unterstützend wirksam sein. Als Mal- und Gestaltungstherapeut:innen wissen wir, dass es unerlässlich ist, nicht nur die positiven Aspekte, sondern auch die Schattenseiten zu beleuchten, diese ins Bewusstsein zu holen und wenn möglich zu integrieren.

So kann das Gefühl der Zugehörigkeit beispielsweise auch ausgelöst werden, um problematische Ideologien zu „feiern“. Werbung und Politik versuchen gezielt, Kama Muta auszulösen, um eine emotionale Bindung zum Publikum aufzubauen.

„Das Gefühl, Teil eines größeren Ganzen zu sein, kann dann als bedeutsamer erlebt werden als das Nachdenken und das sich gegebenenfalls Abgrenzen von der entsprechenden Ideologie. Man kann nicht nur von den Emotionen angesteckt sein, sondern in der Folge auch vom ent-

sprechenden ideologischen Denken“ (Kast 2022, S. 105).

Politische Werbung verwendet Emotionen wie Kama Muta, um Wähler:innen zu mobilisieren und Unterstützung zu gewinnen. Dies muss nicht unbedingt negativ sein – mehr Fokus auf positive und gehobene Emotionen kann der Welt durchaus zuträglich sein.

Kürzlich (August 2024) wurde im Standard eine Kolumne mit dem Titel „Besser als Wut: Kama Muta!“ von Ingrid Brodnig publiziert. Sie berichtet davon, wie Kamala Harris im amerikanischen Wahlkampf positive Emotion nutzt. Es geht dabei um das gezielte Hervorrufen von Kama Muta durch Videos, die berühren und ein starkes „Wir-Gefühl“ entstehen lassen. Es geht um den Fokus auf positive Emotionen, um Menschen zu aktivieren, anstatt dies mit Wut und Hass zu tun (vgl. Brodnig, Standard online 2024). Forscher fanden bereits 2019 heraus, dass sowohl Republikaner als auch Demokraten Kama Muta erlebten, wenn sie herzerwärmende politische Anzeigen ihrer eigenen Partei sahen, was sie motivierte, zur Unterstützung der Parteibemühungen beizutragen (vgl. Seibt et al. 2019).

Kama Muta kann das Gefühl der Zugehörigkeit und die Bereitschaft zur Teilnahme an kollektiven Aktionen verstärken, was sowohl Bewegungen zur Förderung von sozialer Gerechtigkeit als auch problematischere Ideologien betreffen kann.

Es ist eine positive affektive Erfahrung, die jedoch nicht zwangsläufig mit sozialer Harmonie oder Gleichheit verbunden ist. Stattdessen kann es jede moralische Überzeugung der Gruppe stärken, mit der es erlebt wird. Von großer Wichtigkeit ist es daher, sich der potenziellen Manipulation durch solche emotionalen Erlebnisse bewusst zu sein und kritisch zu reflektieren, wie sie die Wahrnehmung und das Verhalten beeinflussen.

Das Gemeinschaftsgefühl im Sport erleben, Kama-Muta-Gefühle im Fußballsport beispielsweise, stiftet für viele Menschen Identität, die weit über das Spiel hinausgeht. Die Schattenseite ist zweifelsohne, dass auch hier das Sich-Erleben als Teil eines größeren Ganzen als bedeutsamer erlebt wer-

den kann als das Sich-Abgrenzen von beispielsweise gewalttätigen und destruktiven Gruppen.

### Ekstase und Absturz

Kama Muta als intensives Gefühl kann zu Zuständen der Ekstase führen, worauf ein emotionaler Absturz folgen kann. Intensiv emotional erhebende Zustände werden durch die plötzliche Intensivierung von Gemeinschaftsgefühlen oder durch inspirierende Erlebnisse hervorgerufen (vgl. Schubert et al., 2016). Während der Ekstase fühlen wir uns tief verbunden, inspiriert und motiviert. Nach solchen intensiven emotionalen Höhen kann ein Absturz erfolgen, bei dem die vorherigen Gefühle der Euphorie abflachen und einem Gefühl der Leere oder Niedergeschlagenheit weichen. Dies kann das Ergebnis der physiologischen und psychologischen Erschöpfung nach intensiven emotionalen Erlebnissen sein. Wiederholte Erlebnisse von Kama Muta gefolgt von emotionalen Abstürzen können zu einer langfristigen Desillusionierung führen. Menschen können skeptischer gegenüber Situationen oder Personen werden, die solch intensiven Gefühle hervorgerufen, was letztlich das Vertrauen und die Bereitschaft zur Teilnahme an Gemeinschaften oder Bewegungen verringern kann. Frederickson und Losada (2005) untersuchten die Rolle positiver Emotionen und deren Auswirkungen auf die menschliche Psychologie und fanden heraus, dass die Balance zwischen positiven und negativen Emotionen entscheidend für das Wohlbefinden ist. Ein Übermaß an intensiven positiven Emotionen kann ebenso schädlich sein wie negative Emotionen, wenn keine ausgleichenden Maßnahmen ergriffen werden (vgl. Frederickson & Losada, 2005).

Kama-Muta-Gefühle im schöpferischen Tun, in der Kunst, können beispielsweise in einen Zustand intensiver Euphorie und kreativer Höhepunkte, in die Ekstase führen. Auch die Ekstase im künstlerischen Schaffen kann zu einem psychischen Absturz führen, wenn die Euphorie