

Mythos -

Lebensbild und Orientierung

Der innere Dialog jenseits von Raum und Zeit

Mit dem Wort *Mythos* bezeichnet man eine Angelegenheit, die von mehreren Individuen für wahr gehalten wird, obwohl sie einer rationalen Überprüfung nicht standhält. Ursprünglich wurde auch die Rede bzw. die Sage im alten Griechenland damit beschrieben.

Heutzutage werden häufig alle möglichen krankhaften Phantasien, Glaubenssätze und Irrationalismen, die von mehreren Menschen geglaubt werden, mit diesem Begriff verknüpft. In der Familientherapie wird der Familienmythos ähnlich dem Abwehrmechanismus im Individuum gesehen.

In den unterschiedlichen Richtungen der Psychotherapie wird der Begriff des Mythos meist für Irrationalismen, die von einer größeren Menge geglaubt wird, verwendet, im Gegensatz zu einer „tatsächlichen“, intersubjektiv erleb- und beschreibbaren Realität. Der Mythos weist jedoch vielmehr auf die Wahrnehmung und Schilderung eines Erlebnisraumes und einer Erlebniszeit jenseits einer mess- und wägbaren Realität hin. Diese mythische Realität ist eine geistig-seelische Welt, die den gleichen gesunden oder eben auch kranken Gesetzmäßigkeiten unterworfen sein kann, wie die Alltagsrealität.

Identität und Mythos

Die mythische Wahrheit ist eine Seelenrealität, während die alltägliche Wirklichkeit eine biographische Erscheinung des Lebensmythos, des sozialen Umfeldes und verschiedener elementarer Gegebenheiten ist.

Die Biographie beschreibt den historischen Verlauf des Individuums von Schwangerschaft über Geburt bis hin zum Tod. Im Rahmen seiner Lebensgeschichte versucht der Mensch seine Vorstellungen, seine Grundannahmen und Lebensträume – seinen Lebensmythos – zu entfalten. Diese Versuche haben alle ein paar Merkmale gemeinsam. Sie sollen zunächst die Existenz und das Überleben des Individuums ermöglichen, den Lebensraum sichern und den Umgang mit anderen Lebewesen (Menschen, Tiere) gestalten. Diese drei Aspekte findet man auch schon bei Maslow an der Basis der Motivationspyramide. Der Ausdruck der individuellen Vorstellungen – d.h. das Entfalten der dem Lebewesen ureigenen und unverwechselbaren Absichten – erfolgt in Identität bildenden Handlungen. Auf diese Weise versucht der Mensch seine Persönlichkeit zu formen und stabil zu halten.

Je nachdem ob der Lebensmythos sich aus einem Erlebnis bezogenen Urgrund schöpft oder ob er eine intellektuelle Abwehr von Erlebnissen ist, kann das Identitätserleben stabil gehalten werden.

Persönlichkeitskrisen sind Momente im Leben eines Menschen, wo sich der Lebensmythos im historischen Ereignisrahmen nicht ausreichend verwirklichen lässt.

Urbilder und Mythen

Das mythische Erleben übt auf das Individuum eine große Sogwirkung aus, da es die Seelenwirklichkeit betrifft. Rationale Faktoren, wie Schulbildung, sozialer Rahmen, finanzielle Lage etc., sind für die Entwicklung des Individuums Mensch sekundär. Sie bestimmen Identität und Charakter des Individuums Mensch NICHT in vollem Umfang. Würden sie dies tun, dann könnte man die unterschiedlichen Phänomene des Soziallebens anhand von wirtschaftsstatistischer und demographischer Daten berechnen. Nachdem sich aber immer wieder verblüffende Veränderungen ergeben, müssen demnach andere Größen für die menschliche Entwicklung primär verantwortlich sein.

Einer dieser primären Faktoren ist die den Raum überschreitende und die Zeit aufhebende Seelenwirklichkeit. Das mythische Erleben, die Phantasien und Urbilder, die der Mensch in sich trägt und zum Ausdruck bringen will, sind die zentralen Angelpunkte der Persönlichkeit.

Der Mythos wirkt deshalb so stark, weil er eben über Raum und Zeit erhaben ist. Somit kann sein Erleben durch Erzählung und/oder inneren Dialog aufrecht erhalten werden. Im Mythos agieren nicht historische Persönlichkeiten miteinander. Vielmehr werden die historischen Persönlichkeiten als Ausdruck des mythischen Erlebens gesehen oder als Projektionsfläche dafür benutzt.

Im Mythos agieren Archetypen miteinander. Das goldene Kind, der Prinz oder die Prinzessin stehen im Zentrum der Handlung. Diese Aspekte stehen meist für das Selbst bzw. für das Ich-Bild. Dann gibt es einerseits den Vater, das Männliche, welches für die schöpferischen Impulse im Erlebnisraum verantwortlich ist, und andererseits die Mutter, das Weibliche, welche für die wärmenden, nährenden und umsorgenden Aspekte steht.

Wie mit Konflikten und Widerständen umgegangen wird, dafür sind dann wieder andere Handelnde zuständig. Der Widersacher behindert und steht blockierend im Lebensfluss, die Hexe oder der Schwarzmagier beschwören diese Probleme herauf. Der Held überwindet sie und der/die Weise Alte hilft auf magisch unerklärliche Weise dabei. Zyklen der Wandlung, des Stirb-und-Werde, von Tod und Wiedergeburt werden auf dem Erlebnisweg durchlaufen. Geographische Erlebnisräume – Landschaften, Wohnräume – verwandeln sich im Empfinden in Paläste, Friedhöfe, Burgen, Gefängnisse, karge Gegenden oder üppige Gärten.

Verarbeitung von Erlebnissen

Mythen sollen Erklärungen für Erlebnisse, die auf rationale Weise nicht erklärt werden können, bieten. Die Existenz des Universums, das eigene Dasein, Entwicklungen im individuellen oder sozialen Lebensverlauf, Zusammenhänge und Trennungen/Tod werden dann so formuliert und in einen Rahmen eingebettet, damit das Individuum sie verarbeiten – d.h. in sein Selbstbild integrieren – kann.

Der Mensch versucht über verschiedene Handlungen dieses Selbstbild stabil zu halten. Dies bedeutet, dass er alle diese Handlungen auf sich selbst beziehen muss. Wird dieses Ich-Bild nicht als ein willkürliches Konstrukt, basierend auf elementaren Gegebenheiten, Gewohnheiten und Gefühlem erkannt, dann verselbständigt sich dieses an sich geistige Erleben und bekommt den Anschein einer Objektivität.

Aus dieser Verblendung heraus entwickeln sich dann die krankhaften Züge des Mythos, weil Geistigkeit dann materialisiert und sozialisiert wird. Auf diese Weise entstehen dann die Mythen des Besonderen (auserwähltes Volk, Gottes eigenes Land, reine Rasse etc.), Rettungs- und Befreiungsmythen (Erlöser, Helden, Kreuzzüge und kriegerische Befreiungen von Ländern bzw. Völkern aus eigennützigem materiellen Interessen) und Opfermythen (ewig unterdrückt, verfolgt, zu schwach etc.).

Werden die Grundfakten des menschlichen Daseins – menschliche Existenz, Vergänglichkeit, Auswirkungen aller Handlungen und Mangelhaftigkeit an letztentlichem Glück in allen Erscheinungen – erkannt, dann erfolgt dadurch eine Konfrontation mit der unmittelbaren Wirklichkeit. Die Wahrheit des Lebens, dass egal was man gemacht hat, man nichts mitnimmt, kann so akzeptiert werden. Ist diese Auseinandersetzung für das Selbstbild eines Individuums jedoch zu bedrohlich, dann werden Mythen als Gegenmacht zu dieser tragischen Wahrheit geschaffen. In diesem Fall hat der Mythos dann leugnende Funktion. Die Verdrängung von erlebten bzw. noch zu erlebenden Ereignissen wird dann über die geistig-emotionale Fixierung auf bestimmte Vorstellungen aufrecht gehalten und muss sprachlich immer wieder bestätigt werden. Glaubenssätze werden so lange wiederholt, bis sich deren Funktion – Widerstand, Abwehr, Schutz etc. – erübrigt. Das Ende von Glaubenssätzen findet sich meist dann, wenn das Individuum die Substanzlosigkeit seiner Ängste erkannt hat und bereit ist, sich dem Erleben zu öffnen.

Pfad zum reifen Wesen

Auf dem Weg der Individuation – dem Entwicklungsweg des reifen, selbstbestimmten, selbstbewussten Individuums – durchschreitet ein Mensch verschiedene Stationen der Reifung. An diesen Stellen erfolgt die Beschäftigung mit den bisher nicht bekannten oder ungelebten Aspekten des eigenen Wesens. Um die leidvollen Überlebensmythen, die eine Verdrängung von Erlebnissen und damit das Leben fern gehalten haben, zu transformieren, werden Lebensalternativen entwickelt. Bisher gelebte Oberflächlichkeiten in der Kommunikation und Beziehung der Familienmitglieder können so gewandelt und in Achtung und Respekt vertieft werden.

Das Erforschen der Seelenbiographie bringt die Seelenabsicht zu Tage. Die in den bisherigen Verstrickungen gefangenen Seelenaspekte werden befreit und wandeln sich von Unterordnungen, Unterwerfungen in Bezugnahme und Wechselseitigkeit. Abhängigkeit und Verpflichtung reifen zu Teilnahme und Verbundenheit. Der leidvolle Mythos verändert sich in die Vision des Lebens, welche das gereifte Wesen des Menschen zum Ausdruck bringt.