

'Fra slutningen af 1960erne til midten af 1990erne var der igen en stor åbning til de undertrykte sider af bevidstheden og det ubevidste sideløbende med et samfundsmæssigt gennembrud for den moderne kvinde og kvindelige værdier.
I øjeblikket oplever vi en modbølge af viljestyret, målrettet og afgrænset bevidsthed med det formål at skabe mere orden og kontrol.'

Med udgangspunkt i den kulturbølge vi lige nu gennemlever, beskriver Ole Vedfelt den modige og hårrejsende indre rejse Jung foretog fra 1913 og frem, og som førte til hans berømte Røde Bog.
I denne skildring er Jung både en helt og et mønstereksempel i en elementært spændende og bevægende historie der, også i konflikten med Freud, bliver et ydre drama der har Europas voldsomme historie i de sidste 100 år som kulisser.
Ole Vedfelt er en kender af Jung og en af vore få store drømmespecialister, og denne ekspertise trækker han på i en artikel der beskriver et stort menneskes styrker og svagheder, dets kærlighedsliv og forskning, og også rummer skitser til centrale træk af den europæiske bevidsthedshistorie.

***

Det indre arbejde og dets kollektive betydning – om Jungs Røde Bog
af Ole Vedfelt

Bevidstheden i vestlig kultur

Den kollektive bevidsthed i den vestlige kultur er, med rødder i græsk og jødisk kultur, opstået i en kamp mellem forskellige alment menneskelige oplevelsesformer. Mens naturfolkenes og den østlige bevidsthed udfoldede sig i billeder og metaforer, favoriserede den vestlige kultur den systematiske og rationelle tænkning. I Vesten var der en tiltagende tendens til undertrykkelse af det kvindelige, som blev forbundet både

med naturen, materien og med de fortrængte bevidsthedsområder: krop, følelser, fantasiforestillinger, ændrede bevidsthedstilstande. Over for dette kom det mandlige med en altdominerende Vorherre som bannerfører til at repræsentere bevidstheden, fornuften, intellektet, ånden og lyset.
Modbevægelser som alkymi, mystik og romantik dyrkede alternative opfattelser af bevidstheden, men kirken og senere den dominerende videnskabelige opfattelse prøvede til stadighed at uvirkeliggøre den ikke-rationalistiske del af det menneskelige oplevelsesspektrum. Som et moderne alternativ opstod de dynamiske psykoterapier, som genopdagede kroppen, følelserne og de indre billeder. Østlige oplevelses- og meditations former er blevet inddraget, ligesom også naturfolks tænkemåde har været inspirerende for betydningsfulde subkulturer, for eksempel i forbindelse med shamanisme.
Kampen mellem en rationalistisk intellektualiseret mentalitet og de anderledes bevidsthedsformer er bølget frem og tilbage. Den kollektive bevidsthed har i forskellige tidsepoker åbnet for følelserne, billederne og de indre bevidsthedstilstande, for derefter med mere eller mindre hård hånd at slå ned på dem som kætterske tanker. Denne dialektik har fortsat ind i det 20. og 21. århundrede.
Slutningen af 1800tallet og begyndelsen af 1900tallet var et sydende kreativt kar for kunst, litteratur og filosofi. Der kom en kort opbremsning ved første verdenskrig, mens 20erne igen gav plads for mere kreativ og spirituel løssluppenhed, som den økonomiske krise i 30erne, anden verdenskrig og 50ernes småborgerlige forbrugersamfund satte en stopper for.
Fra slutningen af 1960erne til midten af 1990erne var der igen en stor åbning til de undertrykte sider af bevidstheden og det ubevidste sideløbende med et samfundsmæssigt gennembrud for den moderne kvinde og kvindelige værdier.
I øjeblikket oplever vi en modbølge af viljestyret, målrettet og afgrænset bevidsthed med det formål at skabe mere orden og kontrol. Psykodynamiske metoder og meditation med hovedvægt på den langsigtede personlige udvikling bliver erstattet af korte rationelt målrettede terapiformer, som prøver at korrigere ”forkert” tænkning, og af medicin som ud fra snævre diagnoser prøver at få fremmedartede fornemmelser og ubehagelige symptomer til at gå væk. Ikke desto mindre er der en stigende grad af indre kaos i form af stadig mere udbredt stress, angst, depression og rastløs ADHD- diagnosticeret adfærd. I det ydre er der, skønt vi er rigere end nogensinde før, kaos i form af økonomiske kriser og stigende ulighed. Der er menneskeskabte klimaforandringer, og på et storpolitiske plan er der pustet liv i den kolde krig.
De områder i psyken, som stadig har svært ved at finde en plads i vores kultur, er imidlertid en så integrerende del af menneskesindet at de, uanset hvor meget de holdes nede, lever videre i kulturens understrømme og finder frem til overfladen igen i stadig nye former. De indgår i kulturelle bølgebevægelser, der strækker sig over langt større

tidsspand, end en ahistorisk postmoderne verden plejer at tage i betragtning.
Jungs oplevelser omkring Den røde bog var et individuelt gennembrud til bevidstheden fra kulturens understrøm, men der skulle gå næsten 100 år før den kollektive bevidsthed var parat til at publicere bogen og forsigtigt nærme sig de indsigter om sindet, som den er udtryk for.

En mesterkrise

I den invitation, jeg modtog til at bidrage til nærværende antologi, var der et udtrykt ønske om beskrivelser af balance mellem meditativ indadvendthed og empatisk udadvendthed, mellem indre fordybelse og reelt samfundsengagement.
Den røde bog er for mig et af de bedste og mest alment gyldige eksempler på, hvordan et indre selvarbejde kan have en helende virkning på den enkelte og på samfundet og kulturen som helhed. Den fortæller også at det kræver et seriøst og livslangt arbejde at gennemgå en sådan proces.
Den røde bog er et vidnesbyrd om en intens indre krise og forvandlingsproces, som Jung gennemgik i tidsrummet fra den 12. november 1913 til den 19. april 1914 kort før udbruddet af første verdenskrig.
I dette korte tidsrum foretog Jung en slags indre rejse, der rummer essensen af det, hans fortid havde gjort ham til, og en råskitse til alt, hvad han senere skulle frembringe. I sine erindringer kalder han forløbet af denne proces for ”konfrontationen med det ubevidste”. Jung var 38 år, en alder, hvor mange mænd og kvinder befinder sig i en krise med hensyn til, hvad der er deres særlige kald og bestemmelse i verden. Denne trang findes i og for sig i alle livsaldre, men i slutningen af trediverne har personen haft mulighed for at opbygge en sjælelig styrke og livserfaring, samtidig med, at der er et naturligt pres indefra for at forene personlige talenter med en værdifuld plads i kollektivet. Jeg kalder det en mesterkrise.
At blive mester i den forstand jeg mener, er at få hele sin person involveret i en arbejdsmæssig og social færdighed. Dybere set drejer det sig om en selvrealisation inden for en mere omfattende helhed end egoets begrænsede sfære. Selvrealisationen hænger efter min opfattelse sammen med, at mennesket af natur, og med Aristoteles’ ord, er ”et socialt dyr”, eller, som moderne forskning viser, et altruistisk væsen, i hvilket der er mulighed for at skabe balance mellem selvkærlighed og kærlighed til andre.
Selvrealiseringen betyder ikke, at man skal være ”noget stort”. Tværtimod kan det være nødvendigt at give afkald på mulig status og materielle goder. Det gælder om at finde et kreativt rum, hvor man bringer sit arbejde i overensstemmelse med sine særlige evner og de værdier, man mener er vigtige for verden uden hensyn til egen vinding.
For at en ny orden skal kunne udfolde sig, må den gamle orden underkastes en

forandring. Ved de store skift i livet kan det, for den der står foran forandringen, være en angstvækkende oplevelse, som det moderne samfund dysser ned, når det mangler indsigt og redskaber til at forstå, at der kan ligge et forsøg på et kreativt gennembrud bag en sådan angst.
Ved forandringen bliver der uvægerligt hvirvlet gamle komplekser og sårbarheder op, som kræver en særlig bearbejdning. Det kan for eksempel vise sig som en depression, fordi den psykiske energi drages væk fra jeget for at få overskud til den kreative proces. Vanskeligheden ved at udholde spændingen og usikkerheden i det ny, man selv skal skabe, kan bevirke, at energien i stedet bliver vendt udad i angreb på autoriteter, kolleger og andre, som man mener ikke den rette forståelse. I almindelighed involverer en sådan mesterkrise også en ændring af forholdet til det modsatkønnede i den skabende person selv, som kan være vanskelig at integrere.
Alle disse elementer er til stede i Jungs proces omkring Den røde bog.
Barndom og spiritualitet
For at forstå indholdet og omfanget af den proces, Jung gennemgik, og hvordan den har betydning for mennesker i almindelighed, er det nødvendigt med et indblik i hans livshistorie.
Af hans erindringer fremgår det, at han var et ensomt og på mange måder plaget barn. Forholdet til moderen var problematisk og ambivalent. Hun havde, ifølge Jung, clairvoyante evner og kunne sige mærkelige ofte uhyggelige ting. Nogle gange viste de sig at passe, andre gange var de urigtige. Jung skriver, at han grundlæggende oplevede sin mor som upålidelig, mens han havde mere tillid til faderen.
Moderen kom fra en præsteslægt med højere status. Faderen var en fattig landsbypræst. Forældrenes ægteskab var ulykkeligt og påvirkede den følsomme dreng stærkt. Da han var tre år, blev han adskilt fra moderen, som var indlagt på et hospital i flere måneder. Adskillelsen gav sig blandt andet udslag i, at han fik eksem.
Den lille Carl sov sammen med sin far, mens moderen sov i et rum ved siden af. Han har positive erindringer, hvor faderen gik rundt og vuggede ham, mens han sang studentersange. Moderen derimod husker han især for hendes mange formaninger og dobbelttydige væsen. Om natten var døren halvåben ind til moderen. Undertiden havde han skræmmende visioner, hvor hendes hoved kom flyvende ind i stor fart.
I sine erindringer fortæller Jung om en mareridtsagtig drøm:

I en underjordisk kælderhvælving bag faderens præstegård ser han et frygtindgydende kæmpemæssigt falloslignende guddommeligt væsen af kød og blod. Væsenet sidder på en imponerende trone af guld. Det har et nøgent hoved, og et øje i issen, der stirrer ufravendt opad. Den lille dreng står lammet af skræk ved tanken om at væsenet skal krybe hen imod ham. Så hører han oppefra, sin mors stemme, der råber. Se du bare på

den. Det er menneskeæderen.

Drømmen var en fantasifuld fortætning af følelsesladede oplevelser omkring en aftenbøn moderen havde lært ham, og som han tolkede i retning af at Jesus var en menneskeæder. I hans fantasi blev det kombineret med faderens prædikener om at "Jesus tog mennesker til sig" når de blev begravet under jorden, samt med en række andre dystre og hændelser, som de voksne ikke forklarede betydningen af. Men drømmen rækker langt videre

Ifølge en førende Jungforsker, Marie-Louise von Franz, peger den frem mod Jungs opgør med kristendommen, som han følte fortrængte de "underjordiske" natursider af mennesket, og som spærrede spiritualiteten ind i et alt for snævert og moraliserende religionssyn. Den underjordiske fallos beskriver von Franz ud fra den sammenlignende symbolforskning som udtryk for Jungs "genius", det vil sige den spontane og skabende ånd i ham, som skulle udfolde sig med usædvanlig kraft.

Ensomhed som stimulation og komplikation af særlige evner

Jungs oplevelse forekommer umiddelbart meget usædvanlig for et barn i førskolealderen, og den er da også særdeles kraftfuld. Ikke desto mindre er det ret almindeligt at børn har spirituelle oplevelser typisk omkring fem til syvårs alderen plus minus et par år, som hverken de selv eller deres omgivelser forstår.

Jeg har i mange år iagttaget og systematisk beskrevet spirituelle oplevelser og bevidsthedsforandringer hos mennesker i mine udviklingsgrupper og min individuelle praksis, og fundet nogle karakteristiske træk, som gælder for mennesker i almindelighed og Jung i særdeleshed.

De kognitive og visuelle evner gennemgår på dette alderstrin en udvikling, der hjælper børnene med at skabe en sammenhæng mellem deres egne indre oplevelser og modsigelsesfulde, uforklarede hændelser i de voksnes verden. Disse indre sammenhænge er vanskelige at forstå uden kendskab til den arketypiske verden, Jung senere udforskede i eventyr og myter og i moderne menneskers drømme.

Ensomhed, traumer og omsorgssvigt forekommer hyppigt som en udløsende faktor for spirituelle gennembrudsoplevelser i barndommen. Typisk bliver disse oplevelser holdt hemmelige, glemt eller ikke udviklet, fordi de bliver reduceret og bortforklaret af de voksne. Senere i livet kan de fremkaldes ved fordybelse og vejledning. Derved forbindes jeget med en kreativitet og spiritualitet, som ellers ville gå tabt.

Uanset de positive erindringer om faderen havde også dette forhold sine skyggesider. Jungs beskriver sin far som lunefuld, irritabel og opfarende.

Som syvårig led Jung af kvælningsanfald, som han tilskriver den trykkende atmosfære i hjemmet. En episode, hvor han var ved at falde i en flod, tolker han selv som et ubevidst

selvmordsønske. Hans havde et vanskeligt temperament og led af angst. Han var en stor og stærk dreng, meget vild, og måtte banke kammeraterne for at få lov til at være i fred. I det hele taget hadede han at gå i skole. Han syntes lektierne var for abstrakte og uden dybere mening.
En dag blev han skubbet af en kammerat, så han slog hovedet og besvimede. I forbindelse med dette fik han fri fra skole. Det gav ham en ide til hvordan han kunne slippe for at gå i skole. Han udviklede en evne for besvimelsesanfald, som holdt ham væk fra skolen i lang tid. En dag hørte han i hemmelighed sin far fortælle en ven, at han var alvorligt bekymret for sin søn, som han mente led af en uhelbredelig sygdom, "måske epilepsi".
Det indgød en voldsom skyldfølelse i Jung. Fra da af satte han sig i faderens studerekammer med sine lektier. I samme øjeblik, han så alle de kedelige bøger, besvimede han. Så snart han kom til sig selv, kravlede han op igen på stolen, læst videre, faldt ned, besvimede, kom op igen og læste videre, igen og igen. Til sidst overvandt han problemet. "På den måde lærte jeg hvad en neurose er", skriver han i erindringerne.
Det er et generelt træk hos traumatiserede børn, at de opfinder teknikker til "selvinduceret trance", og at de eksperimenterer med måde at håndtere de indre konflikter på.
Sidst i sine Erindringer skriver Jung: "Forskellen på mig og de fleste andre er, at skillevæggene hos mig er gennemsigtige. Hos andre er de ofte så tætte, at man ikke kan se noget bag dem". Jung har helt sikkert haft særlige evner her, og vi ved i dag at børn med en forestillingsevne, der overskrider normalitetens grænser, har større mulighed for at blive nobelpristagere end andre.
Igen er det vigtigt at se, at evner for bevidst imagination kan være en almen menneskelig egenskab, som mange mennesker har, og som kulturen bør give opmærksomhed og anerkendelse, hvis disse evner ikke skal skabe sociale, relationelle, og ikke sjældent psykiatriske komplikationer. Ensomhed og svigt danner grobund for at udvikle disse evner som overlevelsesstrategi, men de kan også gøre jeget for påvirkeligt af ubevidste emotioner på uhensigtsmæssige tidspunkter.
Isolationen kan også bevirke, at barndommens erfaringsmønstre forvrider senere relationer, indtil de bliver bearbejdet: Jung overførte således efter eget udsagn sine negative oplevelser med moderen til andre kvinder. "Min mor fik mig til at opfatte kvinder som upålidelige, men i det virkelige liv blev jeg faktisk aldrig skuffet", fortæller han: "Til gengæld oplevede jeg min far som meget pålidelig men svag, og oplevede senere venner, som jeg ikke kunne stole på".

Jungs karriere og livssituation

Som ung mand gjorde Jung lynkarriere på datidens mest fremskridtsvenlige psykiatriske

hospital. 27 år gammel skrev han doktordisputats. Med nogle epokegørende studier af associationer viste han, at der kan være en dyb mening i psykotiske menneskers fantasier – en erkendelse som i dag, over 110 år efter, er stærkt marginaliseret.
Associationsstudierne førte ham sammen med Freud, der så en mulighed for gennem Jung at udvide den psykoanalytiske teori fra neurosernes område til også at gælde psykoser.
Det første møde mellem de to mænd fandt sted i 1907. Jung var en ung mand på 32, ambitiøs og fuld af spændende, men ufærdige ideer. Freud var 51 år, med en etableret teori, som han prøvede at finde mere dokumentation for. Mødet var en intellektuel åbenbaring for dem begge og havde nærmest karakter af en åndelig forelskelse. Som det er tilfældet i forelskelser, glæder man sig over oplevelsen af sammensmeltning og overser så vidt muligt alle tegn på uoverensstemmelser.
Freud virkede, i modsætning til Jungs egen far, som en stærk og heroisk faderskikkelse, der troede på sine idéer, og som havde magt og indflydelse til at befordre den yngre kollegas karriere. Freud på sin side så Jung som en søn, der skulle føre de psykoanalytiske idéer videre og kaldte ham sin ”kronprins”.
Fire år efter deres møde var Jung eneredaktør på den psykoanalytiske bevægelses helt centrale tidsskrift ”Imago” og præsident for den psykoanalytiske forening. Midt i deres entusiasme overså de to mænd imidlertid, at Freud forestillede sig, at det var hans idéer, der skulle videreføres, mens Jung så forholdet som opbakning til sine idéer.
Freud var principielt reduktionist og fortaler for en materialistisk naturvidenskabelig indstilling. Hans teoretiske ambition var at reducere indholdet i det ubevidste til fortrængt infantil seksualitet. Jung var mere optaget af tilværelsens spirituelle aspekter, han var holistisk i sin opfattelse, og så det ubevidste som et kreativt potentiale.
Som det desværre ofte sker, når der opstår interessekonflikter i lærde miljøer, begynder de implicerede at bruge deres faglige viden imod hinanden, fremfor som led i den fælles vidensudvikling. I psykologisk og spirituelle sammenhænge kan modsætningerne kompliceres yderligere ved at man bruger sin viden til at diagnosticere den andens manglende udvikling fremfor at ransage sin egen mangel på samme. Freud og Jung analyserede hinandens drømme. De fornemmede begge to udenomsægteskabelige forhold, som den anden ikke ville indrømme. Freud tolkede sig frem til, at Jung havde ubevidste dødsønsker mod ham, og besvimede i Jungs nærvær. Det gav Jung – der jo selv havde overvundet sine psykisk betingede besvimelser – anledning til nogle lidt hoverende tanker om mesteren: ”han kunne ikke engang overvinde sin egen neurose”.
Også forholdet til kvinderne og det kvindelige blev projiceret ud i relationen mellem de to mænd. Jungs hustru Emma varetog moderrollen til fem børn, mens Jung selv fik inspiration fra to andre kvindelige klienter, som han imidlertid også indledte seksuelle forhold til. Den ene af disse, Sabina Spielrein, henvendte sig til Freud og bad om hjælp,

hvorved relationen mellem de to mænd yderligere kompliceredes.
Alle tre kvinder viste sig at være redelige og forstående mennesker, som insisterede på afklaring af de rodede forhold. De bidrog på væsentlig måde til ændring af Jungs kvindesyn og det kvindelige i ham selv. Jævnfør bemærkningen om at moderen fik ham til at opfatte kvinder som upålidelige, men han i det virkelige liv faktisk aldrig blev skuffet.

Sammenbruddet
I 1911 sendte Jung sit gennembrudsværk, ”Forvandlingens symboler,” til Freud. Jungs hovedtanke var, at symboler, som vi kender dem fra myter, eventyr, drømme og religiøse forestillinger, er levende dynamiske faktorer i den enkeltes indre. De udløses indefra i forbindelse med vigtige livsovergange og har en forvandlende og personlighedsudviklende virkning. Dette var i afgørende modsætning til Freud, som mente at symboler overvejende var udtryk for forklædte seksuelle ønsker, der skulle demaskeres.
Inderst inde måtte Freud se sin særligt favoriserede protegés bog som et intellektuelt forræderi. Han skrev en lunken anmeldelse af den. Bogen var sådan set udmærket, skrev han, men der var ikke noget grundlæggende nyt i den. Jung, der havde givet bogen sit hjerteblod, havde forventet en helt anden grad af beundring og støtte og var ikke i stand til at se, hvordan han geniscenesatte sit gamle kompleks med at have tillid til mænd og blive skuffet.
Situationen blev yderligere forgiftet af magtkampe og interessekonflikter i det faglige miljø. Jungs lynkarriere havde skabt jalousi hos medlemmer af Freuds inderkreds i Wien, mens andre kolleger, som havde følt sig uden for wienerkredsen, støttede Jung. Korrespondancen mellem de to mænd blev mere og mere uforsonlig og personlig. Jung beskyldte Freud for at behandle sine efterfølgere som patienter. Freud svarede, at det var påviseligt usandt, men kunne alligevel ikke lade være med at antyde, at Jungs opførsel skyldtes manglende indsigt i hans egen ”sygdom”. Relationen blev mere og mere et sammenrod af personlige komplekser, reelle interessekonflikter og såret forfængelighed, og endte med at de to herrer per brev afsluttede forholdet – bittert og definitivt. Jung frasagde sig samtidig sin magtfulde stilling som redaktør for det psykoanalytiske tidsskrift.
I samme åndedrag tog han et afgørende skridt i forhold til sin indre verden. Jeg ”lod mig falde” skriver han. ”Jeg følte det i bogstaveligste forstand, som om jorden åbnede sig under mig, og jeg forsvandt i et mørkt dyb. Denne ”nedstigning i underverdenen” varede cirka fem måneder.

Det indre gennembrud
Som jeg har set med mange mennesker, er et gennembrud til en ny orden allerede

potentielt til stede før sammenbruddet af den gamle orden. Allerede mens konflikten mellem mester og svend, fader og søn, konge og kronprins spidsede til, havde de forvandlende symboler, som Jung havde skrevet om, været særdeles aktive i hans eget indre.
Jung skrev mange år senere: ”I begyndelsen var efter min mening konfrontationen med det ubevidste et videnskabeligt eksperiment jeg udførte med mig selv… i dag vil jeg nok sige; det var et eksperiment som blev udført med mig”.
Allerede året før bruddet med Freud havde Jung en drøm, som vidnede om den egentlige kreative drivkraft i den proces han skulle gennemgå.
Han drømmer at:

Han sidder i en gylden renæssancestol i en pragtfuld italiensk loggia. Foran ham er et smaragdbord, af udsøgt skønhed. Hans børn er tilstede. En due daler ned og sætter sig yndefuldt på bordet. Jung gør tegn til børnene, at de skal være stille, så de ikke skræmmer duen. Kort efter forvandler duen sig til en lille pige på omtrent 8 år. Hun løber afsted sammen med børnene og de leger i slottets pragtfulde søjlegange. Pigen vender tilbage og lægger kærligt armene om Jungs hals. Så forvandler hun sig igen og bliver til en due der med menneskestemme siger: Kun i nattens første timer kan jeg forvandle mig til et menneske, så længe handuen er optaget af de tolv døde.

Til smaragdbordet associerede Jung en legendarisk smaragdtavle, hvor essensen af alkymistisk visdom var indgraveret på græsk. Hvad de tolv døde angik, tænkte han på de tolv apostle, og på årets tolv måneder i dyrekredsen. Jung havde ellers ikke meget at sige om drømmen, men han forstod ud fra sin terapeutiske erfaring, at den pegede på ”en usædvanlig stimulering af det ubevidste”. I den følgende tid blev han overvældet af drømme og fantasier i en grad, så han frygtede, han var psykisk syg.
Når mennesker starter i en afgørende personlig udviklingsproces, kalder man den drøm, der indleder processen, for en initialdrøm. Den fortæller ofte i en komprimeret form om udviklingsmuligheder, der ligger skjult i personligheden, og som man først forstår retrospektivt, efterhånden som en indre kreativ proces udfolder sig. For Jungs vedkommende synes drømmen både at forudsige processen med Den røde bog og hans livslange interesse for alkymi. Han skulle blive det menneske i vestlig kultur, der åbnede til den dybeste psykologiske forståelse af de gamle guldmageres mystiske tekster. I den voksne drøm satte han sig billedlig talt på den gyldne trone, som i barnedrømmen var besat af den skræmmende menneskeæder.
Efter bruddet med Freud måtte Jung nødtvungent erkende, at han ikke vidste, hvad der foregik i ham, og han besluttede sig for i stedet at ”gøre præcis, hvad der faldt mig ind”. Det første skridt var en impuls til at genoptage sine barndomslege for på den måde at

komme i kontakt med en del af sin personlighed, som han havde mistet forbindelsen til. Først legede han med byggeklodser, siden samlede han sten, og byggede en lille landsby. Legene fascinerede ham. Han følte, at de byggede bro til et skabende liv, som var gået tabt. Han byggede en kirke. Da han skulle lave et alter, fandt han til formålet en rød fallisk formet sten. Det skabte for ham en tilfredsstillende sammenhæng til den underjordiske fallos fra barndommens drøm.
I efteråret 1913 fik han voldsomme visioner af Europa oversvømmet af blod, som han senere tolkede som forudanelser om første verdenskrigs snarlige udbrud. Fantasierne fortsatte i en uophørlig strøm og med en voldsomhed, som gjorde ham bekymret for, om han var ved at blive sindssyg.

Emotionernes mulige forvandlinger
Da Jung den 12. december 1913 lod sig "falde ned" i et mørkt indre dyb, landede han i en intenst oplevet symbolsk fantasiverden "med fødderne i en blød klæbrig masse".

Han fjernede en rød krystal, som dækkede over et hulrum. Under sig så et han et lig af en ung mand med lyst hår flyde forbi i en flod, fulgt af en kæmpestor skarabæ. Endelig steg en rød nyfødt sol op af vandet. Lyset var så blændende, at han ville lukke hulrummet, men nu væltede en tyk stråle af blod ind over ham og gav ham kvalme. Blodet blev ved at strømme i utålelig lang tid. Endelig stilnede blodstrømmen af. Han følte kvalme.

Jung havde skrevet et storværk om forvandlingssymboler. Nu oplevede han dem direkte og med stor voldsomhed i sit eget sind. Den døde mand i floden, skarabæen og den nyfødte sol gav ham associationer til en heltemyte om død og genfødsel. Blodet forbandt han med sin vision året før. Senere i livet så han det som en forudanelse om første verdenskrigs komme.
Det er også andre tolkningsmuligheder. Den røde farve symboliserer ofte stærke emotioner, og bliver for eksempel hyppigt anvendt af klienter i tegne/maleterapi, som udtryk for stærke følelser. Blod refererer til det emotionelle lidenskabelige liv (for eksempel en blodrig person i modsætning til en stivnet, tør karakter).
Krystaller er højt organiserede faste strukturer. Den røde krystal kunne potentielt symbolisere Jungs fasthed, klarhed og evne til at organisere i stramme strukturer. Disse kvaliteter var en stor ressource hos ham, men i visionen viser det sig, at krystallen har lagt låg på et dybere lag i hans personlighed: den strømmende flod og strålen af blod, hvilket symbolsk kunne referere til livsstrømmen og stærke emotioner i ham. At lægge låg på stærke emotioner ligner de situationer hvor han som stor skoledreng brugte viljestyrke til at bekæmpe besvimelserne og læse sine lektier. Det minder endvidere om,

at han kæmpede med at holde sin erotiske lidenskabelighed i ægteskabets rammer, og det svarer til, at han kæmpede med sårede følelser og aggressivitet i sit karriereforløb. Det "utålelige" ved at stå over for blodstrømmen refererer måske til det næsten ubærlige, når han i pressede situationer skulle udholde sine egne emotioner uden at afreagere i den ydre verden. Den røde farve fra visionen går igen i den røde fallos, det røde alter og den røde krystal og blodvisionen. En vigtig person han møder på sine indre rejse, kalder han "Den røde" og sidst men ikke mindst er der omslaget og titlen Den *røde* bog.

Visionens blændende lys er kendt fra meditative og mystiske traditioner. Lyset kan symbolisere en form for oplysning, et glimt af noget, hvis realisation vil kræve en langt mere omfattende proces.

Seks dage efter visionen med blodet drømte Jung, at han havde skudt den tyske sagnhelt Siegfried. Han forstod ikke umiddelbart drømmen, men fortæller, at han hørte en indre stemme sige, at han skulle skyde sig selv, hvis han ikke forstod den. Han havde en ladt revolver liggende i en skuffe, så selvmordet var en reel mulighed. Efter nogle lidelsesfulde timer tolkede han drømmen således, at han skulle ofre sit helteideal, det vil sige ønsket om at gennemtrumfe sin jegvilje.

Temaet, selvmord versus psykologisk genfødsel er lige så aktuelt i dag som for Jung. Jegets symbolske død og personlighedens forvandling i en udviklingsproces bliver ofte forstået bogstaveligt som en tilskyndelse til fysisk selvmord. Det kan føre til acting out for den enkelte og være skræmmende også for behandlere, der kan være tilbøjelige til hurtigst muligt lukke den åbning, hvorfra følelserne og fantasierne strømmer, i mangel af indsigt i, og redskaber til, at kanalisere dem ind i en forvandlingsproces.

Jeg vil foreslå endnu en tolkningsmulighed med udgangspunkt i en påfaldende navnelighed mellem den intellektuelt heroiske Freud og den tyske sagnhelt. Freuds kælenavn som barn var Sigi. Der er ikke langt fra Sigfreud til Sigfried, og sådanne ordspil i drømme giver hyppigt god mening. Den mulige identifikation af Freud med Siegfried styrkes af, at Jung var såret og vred, og at Freud ikke helt ubegrundet flere gange havde udtalt en mistanke om, at Jung havde et ubevidst ønske om at begå "fadermord", på ham. Det var en reel mulighed, både i de teoretiske stridigheder og i kraft af at Jung stadig havde en betydelig magtposition som præsident for den psykoanalytiske forening.

Drømme er fortættet information, og alle de nævnte tolkninger er principielt relevante. Det afgørende i sådanne tilfælde er, hvilken eller hvilke af de symbolske muligheder personen kommer til at føre ud i livet.

Det fulde udbytte af samspillet mellem drømmelivet og afgørende eksistentielle vendepunkter kan kun udfoldes i en aktiv og kreativ proces med bevidsthedens deltagelse og med kompetent vejledning. Om end Jung ikke havde en professionel vejleder, havde

han, som det vil fremgå af det følgende, nogle særlige forudsætninger.

Metoden og det indre hændelsesforløb

Efter sine gennembrudsoplevelser fortsatte Jung en intens indre proces, der varede i fem måneder. Oplevelserne skrev han ned i en sort notesbog. Senere blev det klart for ham, at materialet var ekstremt værdifuldt, og at det krævede yderligere fordybelse. Han overførte de oprindelige tekster til en stor rød læderindbunden bog, som han illustrerede med fascinerende billeder: Den røde bog.

Jungs metode, som han senere kaldte aktiv imagination, består i at man i vågen tilstand går i dialog med sin indre forestillingsverden, ofte i visuelle fantasier.

Den røde bogs overordnede tema er, at Jung genfinder sin tabte sjæl. Den viste sig allerede i smaragdtavledrømmen som den hvide due, der forvandlede sig til en lille pige. Senere blev sjælen i Jungs indre verden personificeret som en voksen kvinde ledsaget af en viis gammel mand.

De enkelte kapitler tager udgangspunkt i dramatiske visuelle fantasier i drømmeagtige omgivelser, befolket med samtidige eller mytologiske skikkelser, som Jung går i dialog med. Scenerierne er eventyragtige, uhyggelige, groteske og ophøjede mellem hinanden. Handlingen er fuld af chokerende og uventede hændelser, som hovedpersonen tager del i og prøver at påvirke.

Teksten starter med et opgør med en sjælløs, materialistisk og intellektualiseret tidsånd og et ønske om at komme i kontakt med en dybere livs- og verdensforståelse: ”Det dybes ånd”. Hermed inddrages også de værdier Jung selv havde fået succes med i sit liv.

Historien fortsætter med ørkenvandring (psykologisk set oplevelse af depression og meningsløshed) Derefter kommer en nedstigning i helvede, et tema som er kendt fra store forgængere som Vergil, Dante og Goethe og for den sags skyld Freuds drømmetydning, da denne havde sit gennembrud i samme alder som Jung. (’Mægter jeg ej himlen at røre, jeg helvede vækker’, var Freuds motto i Drømmetydningen).

Hændelserne veksler med psykologiske tolkninger, filosofiske betragtninger og religiøse overvejelser. Midt i dette kaos er der en rød tråd. Langsomt udvikler oplevelserne sig i retning af en større og større kontakt mellem jeget og hidtil ukendte sider af personligheden, og udvider sig til en dyb forståelse af den enkeltes delagtighed og medansvar for menneskehedens tilstand. Fra at kæmpe med indre konflikter og smerter begynder hovedpersonen at få hjælpere og rådgivere i sit eget indre.

Illustrationerne til bogen peger, som Jes Bertelsen har gjort opmærksom på, på en kontakt til oplevelsesniveauer, kendt fra østlige spirituelle traditionernes beskrivelser af chakrasymboler, som Jung ikke havde bevidst kendskab til på dette tidspunkt af sit liv.

Da Jung efter fem måneder igen dukkede op til overfladen, valgte han – til stor overraskelse for hans modstandere, som ellers havde kørt et komplot i stilling – at

fratræde hvervet som præsident for den psykoanalytiske forening. Og vigtigere: han prøvede at få ryddet op i sine komplicerede relationer til kvinder, og til det kvindelige i ham selv.

Bevidsthed, vejledning og efterbearbejdning

Selvom Jung stod uden en fast ydre vejleder, var han ikke helt uforberedt på sine usædvanlige oplevelser. Han havde et omfattende kendskab til myter, drømme og symboler, og en vis psykologisk forståelse af alkymiens psykologisk-spirituelle aspekter gennem psykologiprofessoren Theodore Flournoy og fra psykoanalytikeren Herbert Silberer.

Desuden havde han i 15 år været på forkant med den viden og erfaring, der fandtes inden for psykiatri, hypnoseteknikker, psykoanalyse, trancetilstande og visualiseringsteknikker. I disse forbindelser havde han været i kontakt med tidens skarpeste og mest erfarne personligheder. Han brugte yogametoder til at berolige sindet, og det støttede ham, at han opretholdt sit arbejde og familieliv under hele processen.

Det var også en støtte for Jung, at han drøftede oplevelserne med sin kone Emma og sin elev og elskerinde Toni Wolf.

Uanset at det var usædvanligt begavede og kloge kvinder, var det dog ikke vejledning fra uhildede professionelle. Det krævede et langvarigt og hårdt efterarbejde at rede de spegede tråde ud i disse relationer.

Dette arbejde har haft betydning for Jungs forståelse af kvinder og hans og andre mænds projektioner på dem. Fordelingen af den erotiske og sjælelige tilknytning på to kvinder trak sandsynligvis tråde tilbage til Jungs ambivalente forhold til sin mor.

Den indre proces udfoldede han mere alment tilgængeligt i de næste 17 år gennem udformningen af Den røde bog.

Efter dette dannede oplevelserne stadig noget af det vigtigste råmateriale for hans psykologisk videnskabelige arbejde. Han inddrog studier af symbolikken i alkymistiske skrifter og sammenlignede det med materiale fra sine klienters drømme og fantasier. I dette uselviske forskningsarbejde opstod en ny dybdepsykologi, hvis muligheder langt fra er udtømt.

Ud af det tilsyneladende kaos i det personlige og kollektive materiale hans indre fordybelse bragte ham i kontakt med, skabte Jung en relativt enkel og helt overordnet model for det modne menneskes personlighedsudvikling og selvrealisation. Han kaldte det individuationsprocessen. Ofte begynder denne proces med en oplevelse af stagnation og måske sammenbrud. Det fører til et opgør med personaen, den maske, man bærer udadtil for at tilpasse sig samfundet for eksempel ved statusjag, overdreven materialisme og angst for at være anderledes end konventionerne tillader. Dette ”fald” åbner for personens ”skygge”, det vil sige dunkle sider i personligheden, destruktive såvel som

kreative. Derefter følger et møde med det modsatkønnede, det vil sige personlighedsaspekter som er forskellig fra et menneskes oplevelse af egen kønsidentitet, og som er en forudsætning for personlighedens fleksibilitet og kreativitet. Jung så mødet med det modsatkønnede i os (kaldet anima for manden og animus for kvinden) som den vigtigste bro til det ubevidste såvel som til forståelsen af det andet køn. Tilsammen kan det indre møde differentieres livet igennem og skabe større og større kontakt med personlighedens helhed og indre visdom.

Den røde bogs aktualitet i vor tid.
Siden publikationen af Den røde bog i 2009 er den blev mødt med stor interesse og anerkendelse. På trods af at det var en meget dyr og pragtudstyret bog blev den revet væk. Den er blevet genoptrykt mange gange, den har givet anledning til nye bøger og konferencer, og billederne er blevet udstillet på store internationalt anerkendte museer. Dette giver alt sammen håb om en interesse for fordybelse i sindet, og det giver en tro på, at kollektivbevidstheden kan komme videre i den store bevægelse frem mod et mindre splittet og mere afbalanceret forhold mellem indre og ydre, individ og samfund, følelse og intellekt, sind og krop, rationalitet og fantasi, kultur og natur.
Jung skrev i et af sine senere arbejder: ”Depressionen er som en kvinde i sort. Vis hende ikke bort, hvis hun melder sin ankomst, men inviter hende til at spise med ved dit bord og lyt til, hvad hun har at fortælle”. Hans oplevelser under arbejdet med Den røde bog rummer vanskeligheder med depression, affektregulering, social tilpasning, angst for psykose, karrierestridigheder, problemer med det andet køn og meget andet personligt stof.
Måden, han løste disse indre konflikter på, er et højaktuelt og kontroversielt bidrag til den postmoderne virkelighed og den postmoderne psykiatridebat, hvor hovedtendensen er at få det ubehagelige til at gå væk i stedet for at gå i dialog med det.
Hvis man kan følge Den Røde Bog’s udvikling fra kaos til kreativitet og forvandling, er budskabet tydeligt: Hvis ikke de kreative potentialer i det ubevidste mødes og forløses, kan de blive destruktive og vendes indad som psykisk lidelse.
Betydningen af det indre arbejde med vore dunkle, ubevidste sider, som Jung kaldte ”skyggen”, rækker imidlertid langt videre end den enkeltes ve og vel. Den manglende bevidsthed om de ubearbejdede emotionelle personlighedslag kan bevirke, at de indre splittelser afreageres i den ydre verden: i parforhold, i venskaber og i familier, som det er velkendt fra moderne terapi, i det nære samfund, som vi kender det fra kampe og intriger i institutioner, på verdensplan i dialog eller konfrontation mellem ”udviklede” og ”underudviklede” lande og endnu større mellem en materialistisk kultur og en udbyttet natur.
Jungs intense selvarbejde peger i høj grad på resurser og problemstillinger, som er

typiske for mennesker, der bliver tiltrukket af det indre univers, og som ad den vej har noget at vigtigt at bidrage til verden med. Det viser veje til at forløse kreative talenter, og tænder samtidig advarselslamper ud for de vildveje, man også kan bevæge sig ind på. Den røde bog rummer desuden begyndelsen til en moderne spiritualitet, som ikke er begrænset af religiøse dogmer, og den har værdifulde korrektiver til vor tids kollektive bevidsthed med hensyn til, hvordan den enkelte kan bidrage til en ligeværdig global samhørighed.



Ole Vedfelt
er jungiansk psykoanalytiker, kropspsykoterapeut, gestaltteraput og meditationslærer. Hans på én gang loyale og helt moderne forvaltning af den jungianske tradition og hans åbenhed mod og kendskab til andre retninger har gjort ham til en af den opdaterede dybdepsykologis vigtigste skikkelser i dagens Danmark. Han er forfatter til blandt andet Drømmenes dimensioner, Bevidsthed og Ubevidst intelligens. Undervisningsleder ved Vedfelt Instituttet, Gadevang.