

Juli 2015



Tarot en Jung

De Tarot is allereerst een plaatjesboek met symbolische afbeeldingen. Hoe kunnen we de taal van de symbolen leren 'lezen'? Beginners zoeken vaak naar vaste betekenissen van symbolen, maar zo simpel is het niet. Eén beeld zegt meer dan duizend woorden. Symbolen laten zich niet vangen door het verstand. De Zwitserse psycholoog en psychiater Carl Gustav Jung ontdekte dat symbolen kunnen fungeren als poort naar het onbewuste. Ik nodig je uit om eens vanuit zijn visie naar de Tarot te kijken. Hoe kun je de Tarot begrijpen en gebruiken als een middel om jezelf beter te leren kennen?

Dromen

Freud en Jung ontdekten dat psychische problemen vaak wortelen in vergeten herinneringen, verdrongen driften en onbewuste motieven. Ze ontwikkelden methoden om de verborgen gebieden van de psyche aan het licht te brengen, zodat ze verwerkt konden worden en een plek krijgen in het bewuste leven van hun patiënten. Hun belangrijkste methode was de analyse van dromen. Alles wat we dromen kan gezien worden als een symbool, dat verwijst naar iets.



Jung was terughoudend bij de interpretatie van dromen. Hij vroeg de medewerking van zijn patiënten en ontwikkelde zo een reeks bijzonder effectieve manieren om via symbolen toegang te krijgen tot het onbewuste. Hij nodigde zijn patiënten uit om met behulp van verbeelding, vrije associatie en creatieve expressie zelf met de symboliek uit hun dromen aan het werk te gaan. Het viel Jung op dat er daarbij vaak veel psychische energie loskwam in de vorm van emoties en subtiele lichamelijke veranderingen. De symboliek bleek eerder een brug te zijn naar levende psychische energie dan naar een verstandelijk inzicht in de betekenis ervan.

Dat is ook mijn ervaring in het werken met Tarot. Eerst er een spontane herkenning of associatie bij een kaart, die meestal emotioneel geladen is. Door de spontane associatie te volgen kom je vanzelf bij waar het om gaat. Het inzicht volgt dan vaak vanzelf. Zo zie ik ook mijn werk met Tarot: het is niet mijn belangrijkste taak om alles te verklaren, maar om de ander te helpen om via de symbolen contact te maken met zichzelf. Als dat lukt ben ik overbodig geworden en kan de ander verder het spoor volgen dat hij in zichzelf gevonden heeft. Symbolen kunnen je in contact brengen met een deel van jezelf, maar je als daar eenmaal bent, kun je ze loslaten. Het symbool (de tarotkaart) is een middel, niet het doel.

Archetypen

Het werd voor Jung steeds duidelijker dat veel symbolen oeroud zijn en ongeveer dezelfde betekenissen hebben in zo op het oog totaal verschillende tijden en culturen. Hij concludeerde dat er een collectief onbewuste moet bestaan, dat we automatisch meekrijgen door erfelijkheid en opvoeding. Hoe verschillend mensen en culturen ook mogen zijn, we hebben allemaal ongeveer dezelfde basisdriften, behoeften en idealen en we maken vergelijkbare processen van groei en crisisfasen mee. De basispatronen die daarin te ontdekken zijn, noemde hij 'archetypen', letterlijk te vertalen als 'oerbeelden'.



Jung was terecht terughoudend in het benoemen van de archetypen. Hij zag ze eerder als patronen van levensenergie dan als objectieve 'dingen'. Zelf zegt hij het zo: *'de oude symbolen zijn onuitputtelijk. Het zijn geen objecten van het denken, maar categorieën van de verbeelding, die wij op tienduizend verschillende manieren kunnen formuleren. Ze zijn onuitputtelijk omdat ze aan het denken voorafgaan, de basis zijn van elk denken.'*

Jung volgde het spoor van de archetypen en kwam uit bij mythen, sprookjes, literatuur, beeldende kunst, religie, spiritualiteit en vergelijkende antropologie. Hij bestudeerde ook de westerse esoterie, die zo rijk is aan symboliek, en kwam met verrassend nieuwe inzichten in wat gnostici, hermetici, alchemisten en astrologen hebben voortgebracht.

Hij heeft zich voor zover ik weet niet met de Tarot zelf beziggehouden, maar het is duidelijk dat de kaarten van de Tarot begrepen kunnen worden als archetypen: symbolische weergaven van wat er collectief leeft in de mensheid. Daar komt bij dat de volgorde van de kaarten van de Grote Arcana haast naadloos aansluit bij Jung's ideeën over het proces van 'individuatie', dat zoiets betekent als 'zelfverwerkelijking', of 'worden wie je in wezen bent'. De kaarten kunnen dan begrepen worden als weergave van ontwikkelingsprocessen die we doormaken en wat we daarin tegenkomen.

Innerlijke leiding

Van Freud is bekend dat hij in het onbewuste vooral het verborgen driftleven herkende en hij was zodoende geneigd om de dromen van zijn patiënten in die richting te interpreteren. Voor Jung was dat een veel te beperkt gezichtspunt. Hij ontdekte dat er vanuit het onbewuste vaak een wijsheid sprak, die veel verder ging dan het inzicht van het ego, de bewuste persoonlijkheid.

Hij zag het ego als een scheepje op de oceaan van het onbewuste. Die oceaan bevat dus niet alleen datgene wat verdrongen of vergeten is (Freud), niet alleen de collectieve herinnering van de mensheid (archetypen), maar ook datgene wat nog in de kiem zit: degene die we zouden kunnen zijn, de mogelijkheden in onszelf die nog niet zijn verwezenlijkt, de heelheid in onszelf die we nog niet gevonden hebben.



Er is een voortdurende dialoog gaande tussen het bewuste en het onbewuste. Het ego moet zich daarin opstellen met de nodige bescheidenheid. Wat voor het ego een hinderpaal of een regelrechte ramp is, kan voor de zich ontvouwende ziel een uitgelezen kans zijn. Als je vanuit dit uitgangspunt met de Tarot werkt, kan het een verrijkende ervaring zijn. Niet altijd gemakkelijk, want je kunt oog in oog komen te staan met datgene wat je het liefste zou willen vermijden. Maar het kan je ook in contact brengen met onvermoede bronnen van energie, motivatie en zingeving in jezelf.

Illustraties: Gerry Ton