



Das Märchen Rapunzel – ein Weg zur Autonomie

Zusammenfassung:

Es geht im Märchen um ein Frei werden, um die Loslösung von der Mutter, einen Weg zu sich selbst zu finden, um Autonomie und ein Aufgeben von Passivität.

Das Märchen Rapunzel legt nahe, um einer Lebenssituation zu entkommen, in der das Mütterliche einengend und destruktiv geworden ist. Es gilt, die aktive Seite in sich zu finden, Mut, Entscheidungsfähigkeit zu entwickeln und auch ein alleine leben können.

Der Weg ist voller Hindernisse, wie für viele Frauen in jeder Zeit.

Am Ende der Geschichte geschieht Heilung und Transformation, die Liebe wird möglich sein.

Das erste Motiv des Märchens, „der Mutter Wunschkind – der Zauberin Eigentum“ (Drewermann, 1992)

In der Transaktionsanalyse gehen wir davon aus, dass es günstig ist, den Hintergrund der Familiengeschichte zu kennen, um einen Menschen in seiner

Wesensart und Persönlichkeit zu verstehen.

So auch im Märchen Rapunzel, indem der „Geburtsmythos von Rapunzel“ entfaltet wird (Drewermann, 1992). Eine Anamnese ist in jeder Psychotherapeutischen Behandlung Voraussetzung. Es ist immer wieder interessant, die Frage zu stellen: Was sagt jemand über sich selber aus, über seine Herkunft? Und so blicken wir nun auf den Beginn der Geschichte.

Sie beginnt mit einem tiefen Bedürfnis nach einem Kind, ausgehend von einer Mutter, die zu ihrer inneren Sättigung dieses Kind braucht, um ihrem Leben Nahrung, d.h. Inhalt und Sinn zu geben. Die Bedeutung der Rapunzeln, die im Garten der Zauberin wachsen, könnten diese Interpretation bestätigen. Sie braucht die Rapunzeln aus dem Garten und so könnte vorweggenommen werden, dass sie die Rapunzeln zum Fressen gernhat und dringend braucht.

Der Garten kann als lebendiger, blühender Raum als Sehnsuchtsraum gesehen werden. Dieser gehört der Zauberin, vor der alle Angst haben, d.h. eine Angst vor dem Leben könnte gemeint sein. Das Paar, insbesondere die Frau, hat Angst vor dem Leben und spaltet den Teil der Seele ab, der dringend gelebt werden sollte. Die Lebendigkeit und sinnstiftende Identität sind nicht entwickelt, eine innere Leere ist vorhanden, die gefüllt werden muss. Es klingt eine depressive Seite an. Die Mutter, die selber nicht handlungsfähig ist, hat nun einen Mann, der für sie einspringt und sie retten wird, er stiehlt die Pflanzen. Eine Dynamik von Retter - Opfer - Täter Spiel wird somit sichtbar.

Die Zauberin kann für die dunkle Seite der Mutter stehen, für denjenigen Seelenanteil der Frau, der diese Lebendigkeit (den blühenden Garten) besitzt, aber nicht hergibt, also nicht leben lässt.

Die destruktive Mutterseite wird hier angesprochen, die die Lücken ihres Lebens mit dem Leben des Kindes zu füllen versucht und nicht aktiv ihren Garten bestellt, um sich selbst einen Lebensraum zu schaffen, einen Sinn zu schöpfen, der sie erfüllt. Der innere Garten, den jede Frau in sich trägt, ist ummauert, unzugänglich, ist abgespalten.

Die Mutter, die sehnsüchtig aus einem Fenster in den Garten blickt, weiß um den Garten, jedoch besitzt sie nicht die Kraft diesen zu betreten, sie weiß um den innerseelischen Bereich, der geweckt werden will. Wenn dies nicht gelingt, so wird ihr Leben kümmerlich und trist bleiben. Sie muss ihre Angst überwinden und diesen Entwicklungsschritt tun, der auch die Entwicklung vom Mädchen zur Frau anzeigt. Wenn eine Frau ihr eigenes Leben nicht lebt und das Gefühl hat, andere bestimmen ihr Leben, so hat sie ihren Garten noch nicht entdeckt und betreten.

Noch kommt sie nicht auf die Idee, sich Strategien zu überlegen, aus ihrem Skript¹ selbst auszusteigen. Die männlichen Qualitäten sind gefragt, der Mann springt

ein, selber aus Angst, dass seine Frau stirbt. Aus Anpassung und aus Liebe versucht er sie zu retten. Jedoch solange die Frau sich nicht selbst aufmacht, diesen Garten zu betreten, der ihr eigener ist, wird es keine Balance geben. In vielen Beziehungen ist dieses Muster sichtbar.

In einem Märchenspiel erzählte eine Teilnehmerin, dass sie sich als Mutter sehr depressiv fühlte, jedoch auch mit einer Macht ausgestattet. Jede/r musste sich nach ihr richten. Sie kenne dies aus ihrer Herkunftsfamilie und kann erkennen, wie es dem Vater und der Tochter ginge.

Die zwei Seiten der Mutter zeigen sich, die innere Aufspaltung in Mutter und Zauberin, in vielen Märchen ist es die Hexe. Die zwei Seiten sind als Gut und Böse gezeichnet, dazwischen gibt es nichts. Ein Merkmal des Märchens an sich ist die flächige, einfache Beschreibung der Figuren. Meist sind die Stiefmütter, Hexen und Zauberinnen, alte Frauen, die nicht belehrbar und uneinsichtig sind und ihr Kind entweder besitzen wollen oder gar töten.

Dieses Kind - Rapunzel - kommt als Retterin ihrer Mutter auf die Welt, um diese Leere der Mutter zu füllen, zuerst bei der Geburt und danach bei der Zauberin als Besitz im Turm. Das Kind wird sich bis zu einem gewissen Grad darin einfügen, weil es auch als Kostbarkeit der Mutter gilt, als Sonnenschein. Es wird die

¹ **Das Skript** entsteht in den ersten Jahren des Lebens. Danach macht das Kind etwas höchst Erstaunliches und Kreatives. Es entwirft – unbewusst – eine Art Lebensplan oder Lebensdrehbuch, indem es unzählige Erfahrungen, die ganzen positiven und negativen Botschaften der Eltern und anderer wichtiger Menschen seine

Überzeugungen, magischen Ideen, aber auch seine Missverständnisse, Täuschungen und schädlichen Schlussfolgerungen zu einem kunstvollen Muster webt, um sich in seiner Welt zu orientieren und die Richtung für seine Zukunft festzulegen.

Erwartungen erfüllen und gleichzeitig darin überfordert sein.

Zuerst jedoch wird das Kind hergeben, ein drastisches Opfer, ein hoher Preis: eine Teilnehmerin eines Märchenspiels war zutiefst erschüttert, als sie den Mann spielte, der sein Kind hergeben musste. Sie verhandelte mit der Zauberin, jedoch ohne Erfolg.

Rapunzel ist ein Kind, dass für seine Mutter da sein muss, die Bedürfnisse der Mutter zu erfüllen hat und deren ganzer Stolz ist. Eine Skriptgeschichte vieler Frauen, die sehr begabt sind und sehr perfekt und leistungsorientiert durch das Leben gehen müssen. Die Normen sind zu erfüllen, so meinen sie und es gibt keinen anderen Weg.

Das Rapunzel wächst ohne Vater oder mit abwesendem Vater auf. Es ist eine Geschichte, die sich oft zeigt im Leben der Menschen. Frauen erleben nicht nur wirkliche physische Abstinenz des Vaters, sondern auch emotionalen Rückzug bzw. Kontaktlosigkeit des Vaters. Umso mehr kann es sein, dass der Tochter die Aufgabe zufällt, für die Mutter zu sorgen, meist im emotionalen Bereich.

Im Turm

Die Zauberin besitzt nun das Kind, welches sie mit 12 Jahren in den Turm sperrt. Die Zeit der Pubertät beginnt. Die Gothel/Zauberin kommt immer wieder in den Turm und sie versorgt das Rapunzel mit Nahrung.

Rapunzel hat die innere Pflicht in der Nähe der Mutter sich aufgehoben und sicher zu fühlen.

Wieder ist hier ein kleines Fenster, die Gothel lässt sich hochziehen. Die goldenen Haare spielen hier eine Bedeutung und stehen für weibliche Kraft und Schönheit. Die Mutter kann ohne ihre Tochter nicht leben, sie ist ihr ganzer Stolz. Rapunzel ist zwangsweise unnahbar im Turm, schön und perfekt, sodass die Mutter sich rühmen kann mit ihrer Tochter, sich selbst aufwerten kann durch die Schönheit der Tochter.

Der Turm bietet aber auch Sicherheit und Schutz. Er ist immer da und begrenzt Raum und Blick. Eine Routine ist vorhanden, die auch Sicherheit geben kann. Wovor fragen wir uns? Vor dem Leben oder die Verantwortung für das Leben zu übernehmen, sich dem Leben stellen, mit all seinen Herausforderungen? Welche Menschen lassen sich so in den Turm sperren, bzw. sperren sich selbst in ihrem Turm ein? Welches Skript steckt da dahinter? Selbstzweifel, Minderwertigkeitsgefühle, Passivität könnten eine Sicht der Dinge sein.

Aber auch eine Zeit des Reifens und sich im Schoß der Mutter nähren lassen, kann diese Zeit im Turm bedeuten.

Der Vorteil für Rapunzel „für die Mutter zu leben“ könnte sein, das Gefühl der Einzigartigkeit zu erhalten. Als Turmbewohnerin ist sie hoch über allen, erhoben sozusagen, etwas Besonderes. Jedoch werden all die eigenen Träume und Wünsche unterbunden, nicht gespürt und nicht gelebt. Ein Mädchen, dass mit der Verantwortung für seine Mutter aufwächst, kann sich ihrer Mutter nicht verweigern. Schuldgefühle würden sie plagen, insbesondere wenn die Mutter

unglücklich ist. Ein Skript, dass sich in Magersucht bei jungen Mädchen zeigen kann.

Wenn ein Vater sehr viel arbeitet und oft nicht ansprechbar ist, sich weder als Vater noch als Ehemann/Partner zur Verfügung stellt und diese Verantwortung nicht lebt, dann wird es für diese Skriptgeschichte der Tochter schwierig sein, sich zu lösen. Das eigene Glück zu leben auf Kosten des Unglücks der Mutter wird nicht möglich sein.

Die fürsorgliche und wohlmeinende Mutter, wie es die Gothel auch ist, mit ihrer Hochachtung für die Tochter, wird zur Last und Behinderung für die Tochter und deren Entwicklung zur Eigenständigkeit. Diese Mutter hegt keine böse Absicht, aber eine Skriptüberzeugung zeigt sich hier: Es ist schwer ein Kind wirklich leben zu lassen in seinem eigenen Sein, wenn man es selber weder gelernt hat, noch selber wagt, seine Lebendigkeit zu leben.

Schuldgefühle, schlechtes Gewissen der Rapunzel entstehen, insbesondere als der Prinz kommt. Das Skript wirkt und es braucht einen Anstoß von außen, um es bewusst werden zu lassen.

Diese Zeit darf jedoch zu Ende gehen. Die nächste Phase im Leben, ein nächster Entwicklungsabschnitt beginnt.

Die Beziehung zum Königssohne im Turm, die Entwicklung der aktiven Seite in sich

Die Annäherung des Königssohns geschieht durch die Musik. Die eigene Musik, der eigene Gesang als ein zu sich

selbst kommen, vermag die Ablösung einleiten. Die Zeit ist reif.

Eine Liebe bzw. eine Sehnsucht nach erwachsener Liebe beginnt sich zu regen, und die Abhängigkeit von der Mutter beginnt sich aufzulösen.

Zuerst aber muss der Animus geweckt und gewagt werden. Er wird von außen kommen; wie in so vielen Ablöseprozessen, heiratet die junge Frau, um sich von der Familie loszulösen. Diese Kraft von außen braucht eine Spiegelung im Innen. Diese Beziehung dauert solange bis eine altersgemäße Autonomie erreicht ist und der Ablöseprozess von der Mutter gelungen ist. Dann beginnt die Suche nach der eigenen Identität, im Märchen muss Rapunzel in die Wüstenei.

Doch noch kann sie sich nicht befreien, erst eine Provokation hilft dabei, indem sie ihr Geheimnis mitteilt. Dann wird sie verstoßen. Denn Frau Gothel ist erschüttert, dass ihr Konzept vom Leben gescheitert ist. Für sie ist alles zu Ende, was sie sich für sich und ihre Tochter gewünscht hat.

Wie oft erleben Frauen, wenn sie sich von ihren Mutterbeziehungen lösen wollen, dass dies mit sehr viel Schmerz verbunden ist, mit Verbitterung seitens der Mutter und Schuldgefühlen seitens der Tochter. In der therapeutischen Praxis erfahre ich das immer wieder, wie tief diese Abhängigkeit besteht und ein eigenes Leben mit eigenen Bedürfnissen aufzubauen, nur mit viel Mut möglich ist und mit Trauerarbeit verbunden ist. Die Angst des totalen Liebesentzugs beherrscht die Beziehung. „Wenn du nicht mein Kind bleibst, dann

will ich dich nicht mehr“, ist die meist verdeckte Botschaft der Mutter.

Subjektstufig wird sich das bei Frauen mit einem Rapunzelskript darin zeigen, dass sie sehr tüchtig und kreativ handeln können, solange sie unter der Anweisung der inneren Mutter leben, sich den Normen unterordnen. Wenn sie jedoch eigene Entscheidungen zu treffen hätten oder wollen, werden sie unsicher und sie fühlen sich „mutterseelenallein“.

Die Macht der Mutter wirkt weiter im Außen wie im innerseelischen Bereich.

Und diese Macht zeigt sich auch in der harten Strafe. Die Haare werden abgeschnitten und Rapunzel wird verstoßen.

Rapunzel ist noch im Bann der Mutter, denn sie wehrt sich nicht, sie lässt geschehen. Die Schuldgefühle plagen sie noch zu tief, als dass sie aktiv handeln würde.

Eine andere Sicht der Dinge lässt aber auch zu, dass durch das Opfern der Haare, sie ihre bisherige Passivität opfern muss und so aus dem Turm steigen und auf die Erde kommen und ankommen kann.

In der Verbannung, **in der Wüstenei**, beginnt ein selbstbestimmtes Leben. Sie meistert ihr Leben in der Fremde allein und auf sich gestellt. Mit enormem Lebenswillen und Kraft muss sie ihre eigene Identität finden, sich mit sich selbst verbinden, wohl auch mit einer positiven Mütterlichkeit auseinandersetzen. Eine Wandlung zu einer neuen Identität braucht ihre Zeit und in diesem Fall ist es ein Durchgehen durch Leid und Not. Ein

„Verarmen“ könnte auch bedeuten, das zu leben, worum es nun wirklich geht. Ihre Kinder, die männliche und die weibliche Seite, beginnen zu wachsen.

Wenn eine Frau ihre Weiblichkeit zu finden sucht, dann wird ihre männliche Seite - der Animus - gefragt sein. Oft fragen Frauen in der therapeutischen Praxis, „Was kann ich tun?“, um vom Leid erlöst zu werden. Es gibt viele Situationen, in denen etwas getan werden muss.

Marie Louise von Franz schreibt, dass es aber auch eine andere Zeit gibt, um das Frausein zu entwickeln. Es geht um eine Zeit, in der es um Rückzug zur Selbstbesinnung geht. Dies ist nicht im westlichen, patriarchalisch - aktiven Denken verwurzelt.

Die Frau „wird in die Natur hinausgejagt, die Wüste kann auch der Wald sein, sie braucht eine Zeit der tiefen Introversion. Dieser Rückzug ist für Frauen immer wieder sehr schmerzlich, da in Beziehung zu leben auch im kollektiven Skript (vorgegeben und vorgezeichnet) beinhaltet sein kann. Die Wüste oder der Wald „wäre der Raum unkonventionellen inneren Lebens im tiefsten Sinn des Wortes (v. Franz, 1977/1985)

So kann es möglich werden, ganz selbst zu werden und sich von skriptbedingten Anteilen zu lösen. Im Alltagsleben hieße das, auszusteigen aus dem Rad der Ansprüche, ständig zur Verfügung zu stehen und die Zeit mit Spaziergängen und Wanderungen zu verbringen, auf jeden Fall Zeit mit sich selbst.

Es ist, als ob ein Teil in der Frau sterben muss, für eine neue Form des Frauseins.

Nach der Zeit in der Wüste wird Rapunzel eine andere, selbstbestimmtere sein.

Wie es das Märchen erzählt, am tiefsten Punkt angelangt, kann es zu einem Moment der Wandlung und Wendung kommen.

Die Sehnsucht von Rapunzel und dem Königssohn ist vorhanden, ganz zu werden. Diese Sehnsucht nach Liebe und Nähe ist auch gleichzeitig die größte Angst davor. Im Turm lernt Rapunzel die Einsamkeit zu leben und hat auch den Gewinn, solange sie niemanden braucht als die Mutter, als liebenswert und einzigartig zu gelten. Ihre Pflicht war es, ein bedürfnisloses, braves Kind zu sein und niemanden zu „brauchen“. Dies gilt es nun in der Wüste aufzugeben. Das Skript - „ich brauche niemanden“, „ich möchte von niemanden abhängig sein“ gilt es nun neu zu entscheiden, hin zur Ganzwerdung, hin zur Beziehungsfähigkeit. Die Trübung zu erkennen, dass autonom sein, nicht gleich zu setzen sei, mit niemanden zu brauchen.

Und doch gibt es auch eine andere Seite der Erzählung, denn Rapunzel ist noch nicht fähig, eine Beziehung einzugehen, eine Liebe zu einem Mann zu leben, wie ihre Mutter auch nicht. Die Gefahr, das Skript der Mutter weiter zu tragen ist vorhanden und keine gelingende Beziehung zu einem Mann zu leben. Oft genug zeigt es sich, dass Eltern in bestem Bemühen ihren Kindern das weitergeben, woran sie selber unglücklich wurden. Die Mutter von Rapunzel litt unter der Unfähigkeit einen Mann zu lieben und ihn als Teil ihres Lebens zu akzeptieren.

Der blinde Königssohn

Auch der Königssohn hat für seine Reifung noch zu tun, in der Besinnung auf sich selbst (er ist geblendet). Dieser Anteil kann subjektstufig gedeutet, ein Teil von Rapunzel sein, der aktiven Seite, die nun eine Zeit der Reifung und Suche nach sich selbst zu sein scheint.

Wenn ein Konflikt nicht auf der Ebene des Verstandes gelöst wird, kann es zu einem Moment der Verzweiflung kommen, der Ohnmacht, des Rückzugs, des Orientierungsverlustes – der Blindheit! Es scheint, es gibt keine Lösung. Doch die Lösung kann nicht gesehen werden, da sie auf einer anderen Ebene liegt und diese wird erst sichtbar, wenn wir diese Ebene erreichen. Dies braucht Zeit, denn Entwicklung braucht Zeit. Der Königssohn irrt im Wald umher. Der Weg ist lange, der Suchende weiß nicht wohin.

Der Wald ist auch ein Ort des Rückzugs, wo der Held/die Heldin auf ungewohnte Wesen oder Tiere treffen kann oder auf widerstreitende Kräfte, mit denen er/sie kämpfen muss oder sie auch überlisten kann. Ängste können auftreten, die oftmals tief in uns liegen und aus der Kindheit geprägt sind. Ein Engpass kann sichtbar werden. Es gilt, erworbene Einstellungen zu überwinden. In vielen Mythen und Märchen müssen die HeldInnen ins Wasser, um so sich „reinzuwaschen“ und zu den eigenen Einstellungen zu finden.

Unterstützt werden kann der Prozess, wenn dieser Zustand der Orientierungslosigkeit ausgehalten wird, um sich so für den Kern der Persönlichkeit

zu öffnen. Inmitten dieses Zustandes kann Stille bzw. Rückzug hilfreich sein. So kann der Zugang zum innersten Selbst gefunden werden und Integration kann stattfinden.

„Tränen der Trauer und Tränen des Glücks“ - Ganzwerdung (Drewermann, 1992)

Mit der Suchwanderung des Königssohns und dem Gesang der Rapunzel finden sich beide. Der Königssohn hört Rapunzel und nun gilt es Autarkie aufzugeben und sich hinzugeben und zu verbinden, sich gestatten einen anderen Menschen zu brauchen, ohne abhängig zu sein.

Mit dem Gesang teilt Rapunzel wohl etwas Wesentliches von sich mit, und indem der Königssohn dies erkennen kann, wird eine Liebe möglich.

Auch der Mann will erlöst werden, seine Anima muss er in sich entwickeln. Er braucht ihre Tränen, ihre Gefühle und Liebe, um beziehungsfähig zu werden und sich wirklich auf sie einzulassen. Nicht mehr im erhöhten Turm, sondern auf der Erde will geliebt und gelebt werden. Die Rückkehr ins verlorene Königreich beginnt, in den Ort der eigenen Seele, wo das Ende der Suche und ein Ort der Heimkehr und Verbindung der Polaritäten entsteht.

Es braucht Zeit durch dieses Leid hindurchzugehen und am Rande der Verzweiflung wird eine Entwicklung eingeleitet, die schließlich das Leben bereichert und vollendet. Der Tiefpunkt des Unglücks kann zum Wendepunkt werden und Transformation einleiten. Eine Beziehung zu sich selbst und im

außen zu einem Partner kann entstehen, in Verbundenheit, Autonomie und mit Intimität. Genau das meint Eric Berne, wenn er Spontaneität, Intimität und Autonomie als übergeordnete Heilungsziele der Transaktionsanalyse postuliert. Das Wesen einer gelungenen Beziehung, einander zu brauchen ohne voneinander abhängig zu sein oder abhängig zu machen wird möglich sein.

„In ihrem Schlaf träumte eine Frau, dass das Leben vor ihr stehe und in jeder Hand eine Gabe halte: in der einen Liebe, in der anderen Freiheit. Und es sagte zu der Frau:“ Wähle!“

Und die Frau wartete lange und sie sagte: „Freiheit.“

Und das Leben sagte: „Du hast gut gewählt. Hättest du gesagt `Liebe`, so hätte ich dir gegeben, was du begehrtest, und ich wäre von dir gegangen und niemals wiedergekommen. So aber wird der Tag kommen, an dem ich zurückkehre, und an diesem Tage werde ich beide Gaben in einer Hand halten.“

Literaturverzeichnis

Drewermann, Eugen, (1992), Rapunzel, Rapunzel. Lass dein Haar herunter, dtv

Von Franz, Marie Louise (2012), Psychologische Märcheninterpretationen, Verlag Stiftung für Jung'sche Psychologie

Von Franz, Marie Louise (1985), Das Weibliche im Märchen, Bonz Verlag

Kast, Verena (1990), Märchen als Therapie, dtv