

Über den Mythos von Tristan und Isolde, Anima und Animus, Alphamentalität und Hypergamie

Um die vielfältigen Verwerfungen in der heutigen Liebe zu hinterfragen, knüpfe ich an den Mythos von *Tristan und Isolde* an und beziehe mich dabei auf das Werk von Robert A. Johnson, der sich als Jungianer mit der Psychologie von Mann und Frau beschäftigt hat. In seinen Schriften untersucht er neben dem Tristan-und-Isolde-Mythos auch die Wirkungen von *Anima* und *Animus* auf die Herausbildung von Männlichkeit und Weiblichkeit. In diesen Argumentationszusammenhang führe ich zwei aktuell diskutierte Konzepte ein, die *Alphamentalität* und die *Hypergamie*, die ich vergleichend in den Kontext des Mythos und insbesondere der Anima-Animus-Archetypen einbringe.

Einleitung: Tristan und Isolde

Tristan und Isolde ist die tragische Liebesgeschichte zwischen dem Ritter Tristan von Cornwall und der Prinzessin Isolde von Irland. Tristan erhält den Auftrag, Isolde für seinen Onkel, König Mark, zu gewinnen. Auf dem Rückweg verlieben sich Tristan und Isolde jedoch durch einen ahnungslos eingenommenen Liebestrank ineinander. Die weitere Geschichte ist geprägt von unerfüllter Liebe, Intrigen und einem tragischen Ende. Der Mythos hat mittelalterliche Wurzeln, doch im Laufe der Zeit entstanden verschiedene Versionen. Das damalige Liebesverständnis betonte oft die Unmöglichkeit, Liebe und gesellschaftliche Pflichten zu vereinen, was in *Tristan und Isolde* deutlich zum Ausdruck kommt.

Der Mythos von *Tristan und Isolde* selbst geht auf eine mittelalterliche Sage zurück, die der Dichter Gottfried von Straßburg im 12. Jahrhundert verarbeitet hat. Damals waren die Vorstellungen von Liebe und Ehe stark von feudalen Strukturen geprägt. Die romantische Liebe im modernen Sinne, die auf individuellen Gefühlen, persönlicher Entscheidung und Selbstverwirklichung beruht, entwickelte sich erst in den folgenden Jahrhunderten. Dennoch kann der Mythos von *Tristan und Isolde* als eine frühe Beschreibung der romantischen Liebe angesehen werden, die durch ständiges Begehren und Unerfülltheit aufrechterhalten wird. Die Liebesgeschichte betont die Intensität der Gefühle, insbesondere die Unmöglichkeit, die Liebe aufgrund gesellschaftlicher Konventionen zu leben.

Die romantische Liebe im heutigen individualistischen Verständnis war zur Zeit der Entstehung und Überlieferung des Mythos noch unbekannt, da sie erst in der Moderne durch die *Individualisierung* des Menschen und die *Subjektivierung* seiner sozial determinierten Antriebe möglich wurde. Im Laufe der Zeit hat sich die romantische Liebe in den institutionellen und arrangierten Beziehungen zu den heutigen individualisierten und emotionalen Formen der Liebesverbindung entwickelt. Gesellschaftliche Faktoren und Entwicklungen haben dazu beigetragen, die Vorstellung von romantischer Liebe zu formen und neu zu definieren.

Als Botschaft für die heutige Zeit kann der Mythos dahingehend interpretiert werden, dass die romantische Liebe oft von Hindernissen und Konflikten geprägt ist. Gleichzeitig ist er eine Ermutigung, die Tiefe und Intensität der Liebe zu erforschen, Hindernisse zu überwinden und für die Liebe zu kämpfen. Dennoch muss der Begriff der romantischen Liebe heute neu formuliert werden, um nicht mit dem *Konsum von Romantik* gleichgesetzt zu werden.

Anima und Animus in der Liebe und die Aufgabe der Integration

In der Psychologie von Carl Gustav Jung repräsentiert die *Anima* das weibliche Prinzip in der männlichen Psyche, während der *Animus* das männliche Prinzip in der weiblichen Psyche darstellt. Nach Jung trägt jeder Mensch, unabhängig von seinem biologischen Geschlecht, sowohl männliche als auch weibliche Anteile in seinem Unbewussten. Die Anima verkörpert dabei die kollektiven und archetypischen Vorstellungen des Weiblichen im Mann.

Wenn also von der weiblichen Seite des Mannes die Rede ist, wird der Begriff "Anima" verwendet. Geht es dagegen um die männliche Seite in der Frau, spricht man vom "Animus". Der Unterschied liegt in der Akzentuierung, ob es um die Integration der weiblichen Seite im Mann (Anima) oder der männlichen Seite in der Frau (Animus) geht.

Nach Johnson stellt die Anima die innere weibliche Dimension in der Psyche des Mannes dar. Diese Figur, die in Träumen und inneren Bildern auftaucht, trägt die kollektiven Erfahrungen von Weiblichkeit, Liebe und Lebenskraft in sich. Die Beschäftigung mit der Anima eröffnet Einblicke in die Tiefenschichten der männlichen Psyche und deren Bezüge zu Liebe und Partnerschaft. Als innere Wirklichkeit beeinflusst die Anima den Umgang des Mannes mit den weiblichen Aspekten in der äußeren Welt und die Art und Tiefe der Verbindung eines Mannes mit einer realen Frau. Die Beziehung zur Anima kann dem Mann helfen, seine emotionale Intelligenz, Empathie und Sensibilität zu kultivieren und seine Gefühle, kreativen Impulse und sensiblen Seiten zu entfalten. So dient die Anima als Brücke zur inneren Welt des Weiblichen im Mann. Ihre Integration ermöglicht es dem Mann, sich ganzheitlich zu erfahren und eine ausgewogene Persönlichkeit zu entwickeln, die die Wechselseitigkeit von Mann und Frau in Liebesverbindungen bestimmt.

Für die Frau spielt der Animus die Rolle des männlichen Archetyps, der die männliche Seite in der Frau symbolisiert. Die bewusste Integration des Animus ermöglicht es ihr, ein tieferes Verständnis für Führung, Entschlossenheit und rationales Denken entwickeln, also männliche Qualitäten wie Durchsetzungsvermögen und Führungsstärke in sich zu akzeptieren und in weiblicher Form zu praktizieren. Dies führt zu einer ausgewogenen Persönlichkeitsentwicklung, in der traditionelle Geschlechterrollen weniger starr und einengend erscheinen. Dieser integrative Prozess ermöglicht es Frauen, ihre eigene individuelle Weiblichkeit zu stärken und gleichzeitig ein breites Spektrum menschlicher Qualitäten zu entwickeln.

Die romantische Liebe ist stark von der Suche nach der idealen Ergänzung geprägt. Im Kontext von Anima und Animus entsteht in der romantischen Liebe ein spannungsreiches Zusammenspiel psychologischer Dynamiken. Die Integration dieser Archetypen in die romantische Liebe kann die Qualität und Intensität von Liebesbeziehungen bereichern. Denn letztlich ist die von Anima und Animus durchdrungene romantische Liebe nicht nur eine Quelle der Leidenschaft, sondern auch ein Weg der Selbsterkenntnis und der Entfaltung der inneren Potentiale der Liebenden.

Männlichkeit als Alphamentalität und weibliche Hypergamie

Alphamentalität steht für eine Männlichkeit, die von Frauen Unterordnung erwartet. Die Vorstellung eines "Alphamannes" mit eindeutig männlichen Verhaltensmerkmalen wie Entschlossenheit, Führung und Dominanz wird häufig mit traditionellen Geschlechterrollen in Verbindung gebracht. In der Psychologie nach Carl Gustav Jung könnte man argumentieren, dass ein solcher Alphamann weniger weibliche Anteile in seine Persönlichkeit integriert hat. Jung betonte die Bedeutung der Integration männlicher und weiblicher Anteile in die individuelle Psyche, um eine ausgewogene Persönlichkeitsentwicklung zu fördern.

Sind zu wenig weibliche Anteile in der Alphamentalität integriert, kann es zu einem Mangel an Sensibilität oder Einfühlungsvermögen kommen. Ist ein Alphamann zu stark auf stereotyp männliche Eigenschaften fokussiert, kann dies zu einer Unterrepräsentation von sensiblen, empathischen und weichen Aspekten führen. Die Integration weiblicher Anteile in die Persönlichkeit bedeutet nicht notwendigerweise, dass ein Mann seine Männlichkeit verleugnet, sondern es geht vielmehr um die Fähigkeit, ein breites Spektrum menschlicher Eigenschaften und Emotionen in sich selbst zu akzeptieren und zu praktizieren.

Ein Alphamann, der mit seiner Männlichkeit im Reinen ist und seine Anima integriert hat, gewinnt auch ein angemessenes menschliches Bild von der äußeren Frau. Ein solcher ausgewogener Ansatz bedeutet, dass ein Alphamann unter Beibehaltung seiner männlichen Qualitäten auch Raum für Sensibilität und Empathie sowie für die Anerkennung der weiblichen Anteile in sich selbst schafft. Dies ist

letztlich eine persönliche Entwicklungsaufgabe, die auch von individuellen Werten und Vorlieben, Überzeugungen und Lebenserfahrungen geprägt ist.

Das Bild des Alphamannes, der sich durch Dominanz und Führung auszeichnet, scheint mit Johnsons Konzept vereinbar zu sein. Ein Alphamann, der sich ausschließlich auf stereotyp männliche Eigenschaften konzentriert und keinen Bezug zur Anima hat, könnte Potenziale zur Entwicklung sensibler und empathischer Seiten in sich ungenutzt lassen. Vielmehr geht es um die Entwicklungsaufgabe, die eigene Männlichkeit auszudrücken und gleichzeitig Raum für die Integration weiblicher Anteile zu schaffen. Ein solcher Ansatz führt zu einer ganzheitlichen Persönlichkeit, die nicht nur in der Außenwelt Führungsstärke zeigt, sondern auch in der Innenwelt eine ausgewogene Balance findet.

Die traditionelle Rolle des Mannes, die sich im Zeitalter des Feminismus aufgelöst hat, beinhaltete eine Führungs- und Schutzfunktion gegenüber der Frau, die sich im Gegenzug dem Mann in subalterner Haltung unterordnete. Unterstützt durch feministische Sichtweisen haben sich die Geschlechterrollen heute angeglichen, teilweise aufgelöst und sind in neuen Rollenbündeln aufgegangen, die Dominanz und Führung nicht mehr als spezifisch männliche, sondern als menschliche Eigenschaft definieren.

Im Hinblick auf das Konzept der Alphamentalität, das mit männlicher Dominanz, Durchsetzungsvermögen und Selbstbewusstsein assoziiert wird, ist von besonderem Interesse, wie sich Alphamentalität in Liebesverbindungen äußert und welche Auswirkungen sie auf die Interaktion zwischen den Geschlechtern hat. Ebenso stellt sich die Frage, wie erfolgreich Männer ohne Alphamentalität in Beziehungen sind. Zweifellos haben die zeitgenössischen Diskussionen um Gleichberechtigung und veränderte Geschlechterrollen die Wahrnehmung von Männlichkeit in Liebesverbindungen beeinflusst.

Wenn man davon ausgeht, dass Männer, die als Alphamänner wahrgenommen und von Frauen begehrt werden, sexuell erfolgreicher sind als Männer, die ihr Rollenverständnis in Richtung Partnerschaft verändert haben, könnte dies bedeuten, dass der Feminismus paradoxerweise gerade jene Männer benachteiligt hat, die nicht in einem patriarchalen Rollenverständnis gefangen sind. Eine Frage ist, wie Männer ihre individuelle Autonomie und Durchsetzungsfähigkeit in der Verneinung von Alphamentalität bewahren können, ohne die eigenen Bedürfnisse und Wünsche und die der Partnerin zu vernachlässigen. Das gesellschaftliche Leitbild des sexuell erfolgreichen Mannes scheint Männer jedoch daran zu hindern, ihre verletzbaren Seiten zu zeigen.

Als Gegenposition zum Feminismus hat sich in den letzten Jahren die Alphamentalität entwickelt, die in einem spezifisch biologischen Kontext traditionelle männliche und weibliche Eigenschaften ohne patriarchalen Herrschaftsanspruch wieder zur Geltung bringen will.

Die weibliche Psyche im Kontext von Selbstwert und Erfahrungsvielfalt

Im Zusammenhang mit der Alphamentalität wird häufig von der *Hypergamie* gesprochen, die ebenfalls ein umstrittenes Thema darstellt. Die Auseinandersetzung mit der weiblichen Hypergamie wirft erneut die Frage nach der Wirksamkeit des verbreiteten Feminismus auf. Hypergamie bezieht sich auf die Tendenz von Frauen, bei der Partnerwahl sozial aufzusteigen. Ein zentraler Fokus liegt auf den sozialen Erwartungen und kulturellen Einflüssen, die das Verhalten von Frauen in Liebesverbindungen prägen und ihre Hypergamie formen und bestätigen, sowie auf der Frage, welche sozialen Normen und Werte die hypergamen Entscheidungen von Frauen im Zusammenhang mit Fortpflanzung, Bildung, sozialem Status und Einkommen beeinflussen.

Die weibliche Psyche im Kontext von Selbstwertgefühl und Erfahrungsvielfalt ist vielschichtig. Sie zeigt nicht nur eine Tendenz zur Hypergamie, sondern auch zur Darstellung ihres Marktwertes in sexueller und ästhetischer Hinsicht. Dieser Marktwert steht in einem komplexen Verhältnis zu Selbstwert und Erfahrungsvielfalt. In einer Gesellschaft, in der der *sexuelle Marktwert* (SMW) und der *Bodycount* als Maßstab für Attraktivität und Selbstwert gelten und Menschen nach ihren äußeren Merkmalen und sexuellen Erfahrungen beurteilt werden, können Frauen unter Druck geraten, einen hohen SMW zu erreichen. Dies kann zu einer Verschmelzung von Selbstwert und gesellschaftlichen Normen

führen, wobei der Erfolg auf dem Personalmarkt als Maßstab für den persönlichen Wert angesehen wird.

Im SMW kann ein hoher Bodycount enthalten sein, der die Vielfalt der sexuellen Erfahrungen einer Frau quantitativ oder im Sinne ihrer sexuellen Kompetenz repräsentiert. In jedem Fall haben ein hoher SMW und ein hoher Bodycount Einfluss auf die Identitätsbildung, die Fragen der Intimität, des Selbstvertrauens und der Selbstakzeptanz einschließt. Durch die hohe Bedeutung des SMW für das Selbstbild und die soziale Anerkennung können Frauen in eine Situation geraten, in der ihre Selbstwirksamkeit stark von sozialen Bewertungen abhängt. Werden gesellschaftliche Normen und Konventionen des Sexualverhaltens und die Phänomene Hypergamie und SMW in einem Raum der Selbstreflexion und individuellen Entwicklung reflektiert, kann die Identität durch bewusste Entscheidungen in einen transformativen Prozess eintreten.

Ergänzende Aspekte

Traditionelle Geschlechterrollen und moderne Vorstellungen von Männlichkeit und Weiblichkeit beeinflussen die Dynamik von Liebesverbindungen. Die Zusammenhänge zwischen Männlichkeit, Alphasmentalität, Hypergamie und Liebe sind sehr komplex und stellen ein Geflecht biologischer, historischer, sozialer und kultureller Bedingungen dar, die gesellschaftsspezifische Vorstellungen von Männlichkeit und Weiblichkeit in der Dynamik von Liebesverbindungen bestimmen.

In postmodernen Gesellschaften werden traditionelle Geschlechterrollen zunehmend aufgebrochen. Männer sehen sich einer Vielfalt von gesellschaftlich akzeptierten Rollenbildern gegenüber. Dadurch ist die Anima einem breiten Spektrum von Ausdrucksformen ausgesetzt, die es Männern einerseits ermöglichen, ihre emotionale und intuitive Seite auf vielfältige Weise auszuleben, andererseits aber auch den Zugang zu ihrer Anima erschweren, da diese durch das postmoderne Rollenverständnis und Weiblichkeitsbild geschwächt ist. Das Bemühen um eine tiefe und authentische Verbindung zur Anima scheint in postmodernen Zeiten wichtiger, aber auch schwieriger geworden zu sein.

Trotz dieser Veränderungen bleibt es für Männer eine Herausforderung, ihre sozialen Erfahrungen mit Frauen mit dem inneren Bild ihrer Anima in Einklang zu bringen, um in einer Welt, die im Alltag oft von Schnelligkeit, Leistungsdruck und oberflächlichen Beziehungen geprägt ist, lieben zu können.

In einer Gesellschaft, in der Emotionen oft instrumentalisiert werden, um bestimmte Verhaltensweisen zu fördern, können Männer dazu neigen, ihre emotionale Seite zu unterdrücken oder zu verändern, um den gesellschaftlichen Erwartungen zu entsprechen. Dies kann den authentischen Zugang zur Anima erschweren.

Eine besondere Schwierigkeit für die Selbstfindung stellt die gouvernementale Subjektivierung dar, die eine Form der Lenkung und Steuerung individueller Subjekte durch gesellschaftliche Institutionen darstellt. Sie kann den Zugang zu einer vielfältigen und individuellen Auseinandersetzung mit der Anima erschweren, indem sie z.B. konventionelle normative Erwartungen an Geschlechterrollen und -bilder verstärkt und Männer dazu anhält, ein bestimmtes, z.B. starres oder konturloses, diffuses Männlichkeitsideal zu verinnerlichen.

Gouvernementale Einflüsse fördern Oberflächlichkeiten, betonen Äußerlichkeiten und verstellen damit den Blick auf die strukturellen Hintergründe der Subjektivierung. Dies führt häufig zu einem Druck zur Selbstoptimierung, der soziale und ökonomische Entstehungsfaktoren psychosozialer Lebenslagen und Erlebniswelten systematisch ausblendet. Die Betonung der Selbstoptimierung in gouvernementalen Diskursen kann auch dazu führen, dass Männer sich auf äußere Merkmale und Erfolge konzentrieren, anstatt sich auf eine tiefere, selbstreflexive Auseinandersetzung mit ihrer Anima einzulassen. Wenn Männer ihre Anima verbergen, indem sie ihre Männlichkeit über konventionelle äußere Merkmale und gouvernementalen Druck definieren, versuchen sie, einem Bild oberflächlicher Stärke zu folgen, anstatt sich auf die tiefere, innere Erfahrung zu konzentrieren.

Ein Lebensstil, der von Reizüberflutung, sexuellen Empfindungen und Medienbildern geprägt ist, kann unterschiedliche Auswirkungen auf die Anima des Mannes haben. Ein übermäßiges Verlangen nach sexuellen Erlebnissen und medialen Reizen kann dazu führen, dass die Anima des Mannes von

den authentischen inneren Qualitäten des Weiblichen entfremdet wird. Die innere Dimension, für die die Anima steht, kann durch äußere Einflüsse überlagert oder verzerrt werden. So kann die Anima auf eine rein sexuelle Ebene projiziert werden, was die Fähigkeit zu tiefen Bindungen beeinträchtigen kann. Eine bewusste und reflektierte Lebensführung bietet hingegen die Möglichkeit, diese Einflüsse zu erkennen und aktiv an einer tiefen und authentischen Beziehung zur eigenen Anima zu arbeiten.

Im Idealfall sollte ein Mensch bis zum Ende des dritten Lebensjahrzehnts so weit gefestigt sein, dass er weiß, was er in einer Beziehung sucht, und in der Lage ist, überlegte Entscheidungen bezüglich der Partnerwahl zu treffen. Diese Lebensphase bietet die Chance, eine stabile Basis für romantische Beziehungen zu schaffen und gleichzeitig die Flexibilität für weiteres Wachstum zu bewahren. In Einzelfällen kann die Persönlichkeitsreife auch später eintreten und zu stabilen romantischen Beziehungen führen.

In Bezug auf die Postmoderne und ihr Grundmodell der Liquid Love (Zygmunt Bauman) mit ihrer Flexibilität und Unsicherheit der Beziehungen in der heutigen Zeit scheint der Mythos Anklang zu finden. Die Suche nach Identität, die Akzeptanz von Ambivalenzen in Beziehungen und die Herausforderungen der Liebe in einer sich ständig verändernden Welt sind Aspekte, die den Mythos auch in der Postmoderne relevant machen. Darüber hinaus bietet der Mythos Raum für individuelle Interpretationen, was ihn in einer Zeit individualisierter Lebensstile und persönlicher Freiheiten besonders attraktiv macht.

Insgesamt hat sich die romantische Liebe im Laufe der Zeit von institutionellen und arrangierten Beziehungen hin zu individualisierten und emotionaleren Formen der Partnerschaft entwickelt. Faktoren wie der gesellschaftliche Wandel durch die industrielle Produktionsweise, die Urbanisierung, literarische Strömungen und soziale Bewegungen sowie in jüngerer Zeit der Wandel zur Dienstleistungs- und Konsumgesellschaft und schließlich die Digitalisierung haben dazu beigetragen, die Vorstellung von romantischer Liebe in ihren kommodifizierten und authentischen Formen zu gestalten und neu zu definieren.

Fazit

Anima als psychologischer Begriff steht für das weibliche Prinzip im männlichen Unbewussten. Dieses trägt dazu bei, bestimmte Vorstellungen von Weiblichkeit zu prägen und zu verbreiten. Wenn die von Medien und Konsumkultur geprägten Vorstellungen stark auf äußeren Merkmalen und Konformitätserwartungen basieren, kann dies den Eindruck verstärken, dass die Anima mit dem äußeren Erscheinungsbild und damit dem sexuellen Marktwert einer Frau verbunden ist. Tatsächlich sollte die Anima als ein eigenständiges, inneres Wesen betrachtet werden, das nicht ausschließlich oder hauptsächlich durch äußere soziale Kriterien definiert wird.

Die Bewusstwerdung und die Integration von Anima und Animus kann zu einer reichen Liebeserfahrung beitragen. Die Anima als Spiegel der Weiblichkeit und als Vermittlerin zwischen dem bewussten und dem unbewussten Selbst kann dazu anregen, eine tiefe Verbindung zur eigenen Identität herzustellen und die Rolle der Anima in Liebesbeziehungen zu reflektieren.

Die Männlichkeit des Mannes wird nicht nur durch seine Erfahrungen in den Institutionen des Erwachsenwerdens und die dort vermittelte Rolle des Mannseins bestimmt, sondern auch entscheidend durch seine Anima, die sein Verhältnis zu seinem Frauenbild und zu realen Frauen bestimmt und gleichzeitig seine Männlichkeit definiert.

Der Mythos von *Tristan und Isolde* kann die Vorstellung von Verwandlung und persönlicher Entwicklung durch Liebe, Begehren und Liebesleid anregen. In einer Welt des Wandels und der Unsicherheit bleibt die Botschaft von Wachstum und Entwicklung durch Liebe inspirierend.

Copyright © 2024: Burkhard Bierhoff, 44225 Dortmund.

<https://burkhard-bierhoff.jimdofree.com/app/download/12123568021/69.pdf?t=1705762934>