Synchroniciteit
Ontstaan en betekenis

Over het begrip synchroniciteit bestaat soms wat verwarring. Dat Carl Jung er als eerste mee op de proppen kwam, is breed bekend. Maar hoe het ontstond en wat hij ermee bedoelde, kan niemand anders dan Karen Hamaker-Zondag beter uitleggen. Zij houdt zich al meer dan veertig jaar met het verschijnsel synchroniciteit bezig en schreef voor de laatste uitgave van Jungs boek *Synchroniciteit* een uitgebreide inleiding. Volgens haar heeft het woord in het algemeen spraakgebruik een andere betekenis gekregen dan Jung er oorspronkelijk aan toekende.

DOOR: **KAREN HAMAKER-ZONDAG**

I Tjing, Einstein en de perenboom

Een eeuw geleden, in de zomer van 1920, zat Carl Jung vaak urenlang op de grond onder de honderdjarige perenboom met de *I Tjing* om 'het raadsel van dit boek te lijf te gaan'. Hij wilde weten of de antwoorden zinvol waren, en zo ja, hoe dat dan kon. 'Steeds weer stuitte ik op verbazingwekkende coïncidenties, die me op het denkbeeld van een a-causaal parallellisme brachten (een synchroniciteit, zoals ik dat later noemde).'
Jung had al vanaf het begin van zijn loopbaan als psychiater de nodige ervaringen met patiënten gehad die hem aan het denken hadden gezet: hij merkte telkens weer dat bijvoorbeeld een droom van een patiënt parallel liep met

een gebeurtenis in de buitenwereld – een gebeurtenis die sterk met de droominhoud overeenkwam. Die parallelle gebeurtenissen intrigeerden hem, en hij sprak daarover met Einstein, die meermalen bij Jung thuis te gast was in de periode dat Einstein in Bern, en vervolgens in Zürich werkte. Dat was van 1909 tot 1912. Uit een brief uit 1953 aan Carl Seelig, de eerste biograaf van Einstein, blijkt hoe belangrijk deze voor Jungs denken is geweest; Jung schrijft:

'Het was namelijk de eenvoud en de rechtlijnigheid van zijn geniale denkwijze die een geweldige indruk op me maakte en blijvend op mijn eigen denkwerk inwerkte. Het is Einstein die me de eerste aanzet gaf om te denken aan een mogelijke relativiteit van zowel ruimte als tijd, en hun psychische bepaaldheid. Meer dan 30 jaar later hebben zich uit deze aanmoediging mijn relatie met prof. W. Pauli en mijn these van de psychische synchroniciteit ontwikkeld.'

Vanaf 1913 hield Jung zich intensief bezig met het onderzoeken van processen in het collectief onbewuste. De resultaten, zo schrijft hij, 'gingen niet alleen veel verder dan alles wat in de "academische" psychologie bekend was, maar zij overschreden ook de grenzen van de medische, zuiver personalistische psychologie.' De fenomenen die hij waarnam waren omvangrijk, maar er was in de wetenschap destijds geen methode om ze te benaderen en geen categorie om ze te plaatsen.

'Waar het bij **synchroniciteit** om gaat, is dat tijd en ruimte **relatief** zijn.'

CARL JUNG

De vriendschap met Richard Wilhelm

Een paar jaar na zijn eerste experimenten met de I Tjing (Jung had de Legge vertaling) verscheen de I Tjing vertaling van Richard Wilhelm. Jung was bevriend geraakt met Wilhelm, en was enthousiast over de betekenissamenhangen die Wilhelm aangaf. Ze strookten precies met de inzichten die Jung inmiddels zowel onder de perenboom als met cliënten had opgedaan. Wilhelm leerde Jung veel over de Chinese manier van kijken en denken, en dat is van enorm belang geweest voor de verdere ontwikkeling van het begrip synchroniciteit. Dat lijkt ook uit de toespraak die Jung hield bij de plechtigheid op de begrafenis van Richard Wilhelm op 10 mei 1930:

'De wetenschap van de I Tjing berust namelijk niet op het beginsel der causaliteit, maar op een principe dat tot nu toe niet benoemd is – daar het bij ons niet voorkomt – en dat ik bij wijze van proefneming als synchronistisch principe heb aangeduid. Mijn bemoeiingen met de psychologie van onbewuste gebeurtenissen heeft mij reeds vele jaren geleden genoopt uit te zien naar een andere wijze van verklaring, daar het causaliteitsprincipe mij onvoldoende scheen, om bepaalde merkwaardige verschijnselen in de onbewuste psychologie te verklaren. Ik kwam namelijk allereerst tot de conclusie dat er psychologische, parallel verlopende verschijnselen voorkomen waartussen men onmogelijk een causaal verband kan leggen, maar die tot elkaar in een andere samenhang van gebeuren moeten staan. Deze samenhang scheen mij in wezen in het feit van de relatieve gelijktijdigheid gegeven, vandaar de uitdrukking "synchronistisch". Het lijkt namelijk of de tijd volstrekt geen abstract begrip, maar veeleer een concreet continuüm is, dat kwaliteiten of principiële voorwaarden bevat die zich kunnen manifesteren in relatieve gelijktijdigheid op verschillende plaatsen, zonder dat dit parallellisme causaal te verklaren valt, zoals bijvoorbeeld in gevallen van gelijktijdig verschijnen van identieke gedachten, symbolen of psychische toestanden.'

Angst niet begrepen te worden

Kijken we naar Jungs seminars en lezingen in de daaropvolgende jaren, dan vinden we daar regelmatig verwijzingen naar synchroniciteit. Hij hint ook vaak naar dit begrip, en voeg je alles wat hij zei samen, dan zie je dat hij inmiddels een rijpe visie heeft op het verschijnsel van de oorzaakloze, zinvolle samenhangen. Maar in een wereld die alles baseert op causaliteit, zo beseft Jung, zullen zijn inzichten niet begrepen worden. In zijn brieven en persoonlijke contacten spreekt Jung echter wel wat openlijker en vrijmoediger over dit principe, vooral vanaf 1945.
Het is 1949 wanneer Jung onverbloemd met het principe van synchroniciteit naar buiten treedt, in zijn voorwoord bij een herdruk van Wilhelms vertaling van de I Tjing. In 1951 geeft hij er een lezing over op de Eranos Conferentie in Ascona, en zijn boek *Synchroniciteit* (uitgeverij Lemniscaat) komt uiteindelijk in 1952 uit. In dat boek gebruikt hij de astrologie als basis van een experiment waarmee hij synchroniciteit probeert toe te lichten. Hij kon niet anders, want een onderwerp dat statistisch-wetenschappelijk begrepen kon worden is nu precies iets waarmee je het a-causale niet kunt aantonen. Statistiek en synchroniciteit zijn onverenigbaar, aldus Jung. Maar Jungs begrijpelijke keuze voor een oud mantisch (voor-

spellend) systeem werd door de wetenschap destijds niet begrepen en werd tot zijn grote teleurstelling afgewezen. Hij heeft het daar moeilijk mee gehad.
Juist om geen controversen op te roepen heeft hij in zijn boek niet het achterste van zijn tong laten zien. Maar vanaf het verschijnen van zijn boek is hij in zijn brieven heel open, en filosofeert ook vérder. Dat was wat hij in kleine kring al langer deed, onder anderen met Marie-Louise von Franz, met wie hij ook een diepe interesse in de symboliek en psychologie van de alchemie deelde. Vlak voor zijn dood gaf hij haar al zijn materiaal over de relatie tussen psyche en materie, over de rol van getallen en nog veel meer. Von Franz heeft dat later in een aantal boeken verwerkt (*Psyche und Materie; Zahl und Zeit; On Divination and Synchronicity*).

Verklaring?

Jung heeft synchroniciteit een verklaringsprincipe genoemd. Ik denk dat hij het beter anders had kunnen noemen, omdat elke westerling bij het woord 'verklaring' eigenlijk automatisch denkt aan causaliteit, dus aan de wet van oorzaak en gevolg, nog steeds onze standaardmanier van het verklaren van verschijnselen. In zijn Tavistock Lectures (1935) breekt Jung al een lans voor een andere manier van denken. Hij schrijft: 'Een vroegere president van de British Anthropological Society vroeg me eens: "Begrijpt u nu waarom zo'n uiterst intelligent volk als de Chinezen geen wetenschap heeft?"
Ik antwoordde: "Ze hebben een wetenschap, maar die begrijpt u niet. Hun wetenschap is niet op het causaliteitsbeginsel gebaseerd. Het causaliteitsbeginsel is niet het enige beginsel; het is slechts relatief".'
Jung begreep dat je op twee manieren naar gebeurtenissen kunt kijken:

- vanuit de vraag hoe deze gebeurtenissen elk tot stand zijn gekomen, waarbij we de werkelijkheid van dat moment opdelen in afzonderlijke gebeurtenissen en die elk apart traceren en ontleden, om zo tot een causale keten te komen, of
- vanuit de vraag wat het betekent dat deze gebeurtenissen zich gezamenlijk aan ons voordoen. Daarbij kijken we niet naar elk los onderdeel afzonderlijk, met buitensluiting van de andere gebeurtenissen, maar zijn we juist gericht op het geheel.

'De Chinese geest,' zo zegt Jung in de Tavistock Lectures, 'experimenteert met dit sámen-zijn, en met het sámenkomen op het juiste moment, en hij bezit een experimentele methode die in het Westen niet bekend is, maar die in de oosterse filosofie een grote rol speelt.' Hij verwijst daarmee indirect naar de I Tjing.

Relaties tussen gebeurtenissen

Zit causaliteit besloten ín een gebeurtenis? David Hume filosofeerde al twee eeuwen geleden dat causaliteit niet iets is wat we kunnen waarnemen, maar iets wat we slechts kunnen toeschrijven aan gebeurtenissen. Met andere woorden: causaliteit beschrijft een bepaalde relatie tussen gebeurtenissen. Dat is een relatie die het verloop van de tijd nodig heeft: er is een gebeurtenis eerder, en daaruit volgt een gebeurtenis later. Een andere relatie tussen gebeurtenissen is die waarbij je niet uitgaat van het verloop van de tijd, maar juist van één tijdsspanne. Daarbij zien we alles wat samenvalt in een bepaalde tijdeenheid als manifestaties van een en dezelfde *tijdkwaliteit*. De verschillende gebeurtenissen spiegelen elkaar dan, zonder elkaar te veroorzaken, omdat ze allemaal gegrond zijn in de achterliggende tijdkwaliteit.
Met andere woorden: causaliteit beschrijft een bepaalde relatie tussen gebeurtenissen. Maar de relatie tussen verschijnselen kan ook van een andere aard zijn, dus: niet-causaal. Synchroniciteit nu beschrijft zo'n andersoortige relatie. We hebben het met causaliteit en synchroniciteit dus over twee verschillende categorieën van verschijnselen, waarbij de relatie tussen de verschijnselen in die categorieën op een andere wijze wordt beschreven.
Voor Jung bleef causaliteit overigens onveranderd een belangrijk principe; voordat hij onderzocht of iets synchronistisch was, keek hij altijd eerst of er niet een gewone causale samenhang was. Ook toeval bleef voor hem gewoon bestaan. Een synchronistisch verschijnsel was in zijn ogen eerder uitzondering dan regel, en wel een bijzondere uitzondering omdat bij een synchronistisch verschijnsel de psyche van de mens centraal staat, en dat betekent onherroepelijk dat synchronistische verschijnselen altijd een subjectieve kant hebben.
Naast het feit dat a-causale gebeurtenissen niet in een laboratorium-experiment kunnen worden herhaald en onderzocht, geldt dat al helemaal voor de rol van de psyche daarin. Die rol is cruciaal om het verschijnsel te begrijpen.

'Synchroniciteit is **niet** alledaags, het is niet **voorspelbaar**.'

FOTO: WILCO VAN DIJEN

De twee componenten van synchroniciteit

Een synchronistische gebeurtenis heeft twee aspecten:

- objectief: simpelweg de gebeurtenissen zelf. Een gebeurtenis kun je beschrijven, je kunt er het tijdstip van noemen, et cetera. Voor Jung waren psychische processen als dromen ook gebeurtenissen: ze vinden immers plaats in een bepaalde tijdsspanne en je kunt ze beschrijven.
- subjectief: de onmiddellijke beleving van zinvolheid van het samenvallen van een innerlijke en uiterlijke gebeurtenis. Je voelt een emotie, waardoor er zonder na te denken heel direct een innerlijke zekerheid is dat die gebeurtenis betekenisvol is; het voelt bijna als een signaal 'van hogerhand'.

Bij het subjectieve aspect draait alles om die onmiddellijke emotie. Er is dus geen ruimte voor nadenken erover, integendeel. Het is een flits. Als u die niet ervaart, is het geen synchroniciteit. Een uitspraak die u vaak hoort zoals 'dat is té toevallig om toeval te kunnen zijn' hoeft dus nog geen synchronistische ervaring te zijn. Sterker nog, Jung maande tot grote voorzichtigheid in het toeschrijven van synchroniciteit aan bepaalde gebeurtenissen, en hij schrijft dat er altijd het gevaar bestaat dat we ergens een zin in leggen waar die niet aanwezig is. Synchroniciteit is niet alledaags, het is niet voorspelbaar, en alleen uzelf kunt vanuit die onmiddellijke ervaring de zinvolheid van het moment vatten. Niemand anders kan dat voor je verklaren; uzelf hebt geen verklaring nodig. Het betekent ook dat als tienduizend mensen getuige zijn van eenzelfde gebeurtenis, het misschien maar voor één mens een synchronistische ervaring kan zijn. Of van niemand.

Relatieve gelijktijdigheid

De subjectieve en de objectieve gebeurtenis hoeven niet op hetzelfde moment plaats te vinden. Er kunnen evengoed zelfs enkele dagen tussen zitten. Als u een droom hebt, en een paar dagen later bent u opeens in een situatie die én sterk met de droominhoud overeenkomt én die onmiddellijke ervaring van zinvolheid geeft, dan hebt u een synchronistische ervaring, ook al is het dágen

na uw droom. Dat is de reden dat Jung niet het woord synchroon gebruikt, dat veel meer slaat op een samenvallen in de tijd, maar de voorkeur geeft aan het woord synchronistisch. Hij benadrukt dat het dus niet gaat om een exacte gelijktijdigheid, maar om een relatief gelijktijdig samenvallen. Er is als het ware een tijdveld waarin het kan plaatsvinden. Het kan een veld zijn van een uur, maar evengoed een van een paar weken! Waar het bij

‘Er moet een latente **zinvolheid** van het bestaan zijn, een sluimerende **zin van het leven**.’

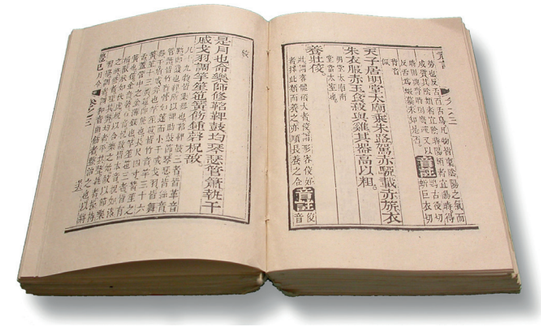
synchroniciteit om gaat, is dat tijd en ruimte relatief zijn. Wat bepaalt nu de periode waarin het kan plaatsvinden? Dat is de periode waarin het bijbehorende complex in de psyche dat, in dit voorbeeld, de droom produceerde, nog actief is.

Complexen, emoties en archetypen

Die intense ervaring waarin u een zin ervaart gaat gepaard met emotie, en een emotie verraadt altijd dat er veel beweging is in het onbewuste. Alleen als een complex geactiveerd is, hebt u emoties. Naast dromen en fantasiebeelden zijn emoties de gangbare manifestaties van een complex. Overigens moet ik erbij zeggen dat voor Jung een complex een noodzakelijk onderdeel van een gezonde psyche is. Het heeft geen negatieve betekenis. Negatief wordt het complex pas als het te groot wordt. Een synchronistische ervaring vloeit altijd voort uit een geactiveerd complex.
Complexen hebben een bepaalde opbouw. Ze hebben een archetypische kern met een aantal lagen daaromheen. Archetypen liggen in de diepste lagen van ons onbewuste en bevatten de oerervaringen van de mensheid rond specifiek menselijke thema’s. Zo zijn alle ervaringen van de mensheid rond het thema voeden, zorgen en verzorgd worden samengebald in het moederarchetype. Deze oerthema’s delen we met alle mensen op de wereld. Ze spelen ook een individuele rol, omdat ze in ons persoonlijk onbewuste de kern van een complex zijn. Heel eenvoudig gezegd: als u bepaalde zaken verdringt, zullen die zich in uw onbewuste hechten aan dat complex, waarvan het kern-archetype overeenkomt met het thema van uw verdringing. Het archetype biedt als het ware een voorgesorteerde kapstok ervoor.
Als een complex in uw persoonlijk onbewuste in beweging is gekomen, maakt het je bevattelijker voor bijbehorende beelden en gebeurtenissen in de buitenwereld: u ziet ze sneller, ze vallen u meer op, en u slaat er eerder op aan. Dat mechanisme hangt samen met het zogeheten projectiemechanisme, waar ik ooit een boek over schreef. Een emotie van een complex geeft u echter lang niet altijd een gevoel van zinvolheid, daar is veel meer voor nodig.
Een actief complex betekent ook dat zijn kern, het archetype dat als kapstok dient, in beweging is. Jung spreekt dan van een ‘geconstelleerd’ archetype, en hij gebruikt dat woord om niet de indruk te wekken dat het archetype de oorzaak zou zijn van de beweging van het complex, want dan vervalt u weer in een causaal denken.
De sleutel tot een echt begrip van synchroniciteit ligt bij de archetypen: ze sluimeren in de diepste lagen van het collectief onbewuste, en als complexkern zijn ze met die diepste lagen verbonden. Als je daar goed over nadenkt is dat een bijzondere gedachte, want het betekent dat onze eigen complexen zowel persoonlijk zijn als verbonden zijn met de diepste bewegingen in het collectief onbewuste. Het idee dat de beide lagen van het onbewuste verbonden zijn, geeft aan wat Jung onder zinvolheid verstaat een nieuw perspectief.

Zinvolheid van het bestaan

Zijn ervaringen met die plotselinge doorbraken van een direct weten dat een ervaring zinvol is, zowel bij hemzelf als bij zijn cliënten, maakte de filosoof in hem wakker: ‘Wat heeft zo’n indringende ervaring van zinvolheid nu voor zin als het leven zelf zonder zin zou zijn?’, vroeg Jung zich af. Je hebt er immers niets aan wanneer het hele bestaan zinloos zou zijn. Dan dient een op zich zinvolle ervaring nergens toe. Voor Jung was er maar één conclusie mogelijk: er moet een latente zinvolheid van het bestaan zijn, een sluimerende zin van het leven, die er hoe dan ook is, ook al heeft ons bewustzijn daar geen zicht op. Onze persoonlijke synchronistische ervaringen zijn, in dat licht bezien, doorbraken van die latente zinvolheid van het bestaan in ons persoonlijke leven.



Unus Mundus: alles is één

Zijn diepe duik in de alchemie en zijn zoektocht in de psychologie brachten Jung tot het inzicht dat op het allerdiepste niveau in de psyche er geen onderscheid meer is tussen psyche en materie. In onze diepste zijns-laag is de relatieve veelheid aan archetypen opgegaan in een Eenheid. Alles dat wij als afgescheiden zien in de wereld, behoort tot één en dezelfde wereld die niet waarneembaar is. Er ligt dus ook één en dezelfde ordening ten grondslag aan zowel de menselijke psyche als aan de materie, iets wat de alchemisten al vermoedden. Die eenheid van het bestaan noemde Jung de Unus Mundus, een laag die tijd- en ruimteloos is. Het is de laag waarin niet alleen alle archetypen versmolten zijn, en waarin materie en psyche niet meer te onderscheiden zijn, het is vooral ook de laag waarin hij de latente zinvolheid van het bestaan plaatste.

Tijdloze tijd en cyclische tijd

Marie-Louise von Franz beschrijft in haar boek ‘On divination and synchronicity’ de oude Chinese opvattingen over tijd. Voor hen had Tijd twee aspecten: de tijdloze tijd en de cyclische tijd, respectievelijk de Ho-tou en de Lo Shou. Met ons bewustzijn leven wij in de Lo Shou, de cyclische tijd. Maar daaronder of daarachter ligt de eeuwige tijd, de ordening van de eeuwigheid. ‘De Lo Shou stelt de tijdswereld waarin wij leven voor en daaronder ligt altijd het eeuwige ritme van de Ho-tou’, zo schrijft ze.
Richard Wilhelm beschrijft dat de Lo Shou, dus de cyclische tijd, transparant is en dat de Ho-tou, de Tijdloze tijd, daar af en toe doorheen schemert. Jungiaans kan de Tijdloze tijd gezien worden als het tijd- en ruimteloze collectief onbewuste, waarin zich de archetypen bevinden, en de Lo Shou als het persoonlijke deel van de psyche.
Wanneer zich nu een synchronistisch voorval voordoet in de tijd (Lo Shou), dan schemert daar iets van de diepere zin en de a-causale ordening van Ho-tou doorheen, net alsof iets groters door ons heen wil werken. Vaak doen echte synchronistische ervaringen zich voor wanneer we uit een stagnerend psychologisch proces vlot getrokken moeten worden, maar net zo vaak ook wanneer we innerlijk rijp zijn een volgende stap op het pad van individuatie te zetten.

Zijn we niet in de wieg gelegd om met ons leven iets bij te dragen aan de grotere ontwikkeling van de kosmos? Zouden synchronistische ervaringen ons misschien die glimp van zinvolheid geven om trouw aan ons pad te worden of te blijven? Je kunt iets hiervan al proeven in de ‘Vision Seminars’, die Jung in 1932 gaf. Synchronistische gebeurtenissen zijn uitzonderlijk, onvoorspelbaar en bijzonder. In een synchronistische gebeurtenis resoneren we even mee met een veel diepere kracht, een veel dieper weten en een veel diepere bron. Even zijn kosmos en alledaagse werkelijkheid in ons en door ons verbonden, in een unieke combinatie van innerlijke en uiterlijke gebeurtenis, opdat we trouw blijven aan onszelf en het pad van zelfverwerkelijking blijven bewandelen. ●