

Ausgabe Juni 2012

## **KGS Traumkolumne von Klausbernd Vollmar - Was uns gut tut**

Wenn wir wüssten, was uns gut tut und dies sogar noch befolgen würden, bräuchten wir keine Träume. Freud sah den Traum als eine Wunscherfüllung an und langläufig meint man ja, es täte einem gut, wenn man sich seine Wünsche erfüllt. Aber wie verhielt es sich denn mit König Midas, einer Person aus einem sagenhaften kollektiven Traum der Antike, dem von den Göttern gewährt wurde, dass alles, was er berühre zu Gold würde – was ihm offensichtlich ganz und gar nicht gut tat. Wie Midas wünschen sich viele Menschen, häufig verführt durch die Medien, das Falsche, etwas, das ihren Untergang bedeuten würde, wenn sie nicht so gute Verbindungen nach oben wie Midas besitzen, dessen zum Fluch gewordene Wunscherfüllung von den Götter gnädig zurückgezogen wurde.

*Eine Frau träumt, dass sie in einer weißen Märchenvilla am azurblauen Meer lebt. Es ist ihr Haus. Sie sitzt mit Drink auf der Terrasse am Pool, als sich plötzlich rumpelnd Risse bilden, die erschreckend sich vergrößern, Putz rieselt und dann bricht alles zusammen.*

Der Traum vom Leben a la Hollywood-Film ist ausgeträumt, er war nicht passend für diese Träumerin, er tat ihr nicht gut. Traumdeutung ist im Grunde gar nicht so schwer, hätte diese Frau zum Beispiel geträumt, dass sie im Pool geschwommen wäre oder Freunde vorbeigekommen wären, also mit glücklichem Ausgang, dann wäre das Leben wie im Film genau das Richtige für sie. Es täte ihr sogar gut, denn sonst würde Traum zumindest zweideutige Anmerkungen machen.

Viele Träume sagen es uns ganz deutlich, was uns gut tut, wir müssen nur auf ihren Ausgang achten. Der Traum von der wie das Haus Usher (E.A. Poe) zusammenbrechenden Märchenvilla zeigt der Träumerin also ihre Illusion auf und zugleich die Gefahr ihres eigenen Untergangs, falls sie ihrer Illusion weiter nachläuft. Wie fast immer im Traum, verweist das Haus auf die Träumende und ihren Zustand.

Ausgabe Mai 2012

## **KGS Traumkolumne von *Klausbernd Vollmar* - Sinn finden**

Jeder Traum ist eine Geschichte, die der Träumende sich nächtens erzählt.

Warum, frage ich mich, ist dieses Geschichtenerzählen denn so beliebt, dass es schon von der Evolution in uns angelegt wurde?

Geschichten schaffen einen Sinn, sie geben uns eine Orientierung. Nicht nur im nächtlichen Traum, sondern auch in all den längeren oder kürzeren, den bewussten oder unbewussten Tagträumen formen wir das Erlebte zu einer Geschichte um und ordnen es damit. Meist ordnen wir kompensatorisch nach dem Schema "erlebte ich eine Niederlage, werde ich in meiner Geschichte zum Held".

Der Traum ist freilich oftmals eine scheinbar weniger geordnete Geschichte als die Geschichten der Literatur. Er wirkt derart chaotisch, wenn Altes seinen Sinn verloren hat und es an der Zeit ist, sich neu zu orientieren. Wenn Sie also das nächste Mal einen richtig wirren Traum träumen, versuchen Sie doch einmal aus dem Chaotischen eine unterhaltsame Geschichte zu schreiben. Sie werden bemerken, wenn es Ihnen gelingt, dem geträumten Wirrwarr eine Form zu geben, werden Sie eine Neuorientierung zumindest erahnen oder vielleicht auch eine neue Sicht auf das bekommen, was Ihnen als der Sinn Ihres Lebens erscheint. Ich muss Sie allerdings davor warnen, einen allgemeingültigen Sinn in Ihren Träumen zu suchen. Im Gegensatz zu Jung glaube ich nicht, dass es einen Sinn des Lebens gibt, außer sich zu erhalten.

Was Sie aber in Ihren Träumen finden können, ist Ihr privater Sinn, der Sinn eben, den Sie Ihrem Leben geben jenseits von Theologie und Philosophie. Schauen Sie einmal, was Ihre Traumpersonen motiviert und was sie erreichen. Fragen Sie sich, ob diese Motivation für Sie ebenfalls in Frage käme. Und nun kommt der Trick: Vergessen Sie nicht sich zu fragen, ob denn auch das Gegenteil stimmen könnte, dass nämlich diese Motivation nicht mehr sinnvoll für Sie ist.

Ausgabe April 2012

## **KGS Traumkolumne von *Klausbernd Vollmar* - Hingabe & Begehren**

In den meisten Träumen, die mir zugesandt wurden, kommen Menschen vor, die in irgendeiner Beziehung zueinander stehen. Das mag daran liegen, dass ich meistens von Frauen Träume geschickt bekam, denn Frauen träumen häufiger von Beziehungen als Männer. Daraus wurde geschlossen, dass im weiblichen Leben die Beziehung eine wesentlichere Rolle spiele als im männlichen, was den konventionellen Rollenerwartungen entspricht. Nicht ganz so konventionell ist jedoch die Traumsituation, dass die Träumerin mit Gesichtslosen oder Unbekannten schläft, was sie genießt. Jenseits jeden Anstands, den das Über-Ich als Moralwächter fordert, geht es in diesem Traum um reine Lust und nicht um einen konkreten Partner oder um eine feste Beziehung. Auf der Hitliste von Frauen, denen man das gar nicht zutrauen würde, steht diese Traumart ganz oben. Das heißt, dass trotz aller Moral, die auf eine feste Bindung und Treue pocht, es nach wie vor eine uralte Unterströmung gibt, die anarchisch auf der Seite der reinen Lust steht. Mögen feste Bindungen mit dem Treueanspruch gesellschaftlich sinnvoll sein, so ist doch unsere Psyche viel archaischer, sie will sofortige Lustbefriedigung - egal wie.

Diese Balance zwischen den gesellschaftlichen Ansprüchen und der Befriedigung seiner archaischen Bedürfnisse zu finden ist eine der wichtigen Unternehmungen unseres Lebens. Schon Goethe sah die Grundlage des Lebens in der Polarität, Jung hätte es als Schattenintegration bezeichnet, wobei wenige wissen, dass es auch einen positiven Schatten gibt. Der archaische Befriedigungswille ist solch ein positiver Schatten, wenn er sich zumindest in Fantasie und Traum ausleben darf. Mit anderen Worten, der Traum vom unpersönlichen Sex ist das Ventil für unmoralische Bedürfnisse. Das ist freilich eine sehr mechanistische Metapher, die Freud jedoch auch benutzte bei der Beschreibung, dass der Traum sowohl die Diagnose stellt als er auch das Heilmittel ist.

Ausgabe März 2012

### **KGS Traumkolumne von *Klausbernd Vollmar* - Begierden & Dämonen**

Der Traum ist die Bühne der Dämonen. Sie wurden bereits im Griechenland des Altertums als warnende Stimmen des Schicksals und als inspirierende Kraft angesehen. Diese Stimmen hören wir im Traum. Sie warnen vor Wiederholungen, die uns zum Schicksal werden können.

Ein Mann träumte wiederkehrend, dass er den Zug verpasst, da er zum Bahnhof eilend verführerische Frauen trifft.

Der Dämon als Traumregisseur sagt unmissverständlich: "Durch die Begierde kommst du nicht an dein Ziel. Machst du so weiter, wird dir deine Begierde zum traurigen Schicksal." Unsere Wiederholungen werden uns zum Schicksal, wenn wir sie nicht erkennen und aufzugeben versuchen. Der Dämon möchte uns inspirieren, den Wiederholungszwang aufzulösen. Er spricht jedoch stets doppelzünftig: Als Meister der Sprache des Begehrens warnt er zugleich vor ihm. Da er verstanden werden möchte, wiederholt er seine Botschaft immer wieder. Es kommt zum wiederkehrenden Traum, der vom Träumer verstanden werden will. Wird das Problem wiederkehrender Verhaltensweisen bewusst oder gelöst, wird dieser Traum verschwinden, der Dämon schweigt oder wendet sich anderen Problemen zu. Er kann aber auch auf ein neues Feld ausweichen. Der Dämon als Sprachrohr der Begierde lässt sich nicht so leicht den Mund verbieten. Statt sich von Frauen von seinen Zielen ablenken zu lassen, mag ihn der Dämon nun mit sexuellen Fantasien ablenken, ihn zu pornografischen Klassikern greifen lassen, was er als Beschäftigung mit Bildungsgut rationalisiert. Hindert dies ihn nicht, seine Ziele zu erreichen, dann ist glücklich verschoben worden. Der Dämon hat seinen Platz für den Ausdruck des Begehrens bekommen. Wir wissen als aufgeklärte Menschen, dass der Dämon der Begierde seinen Platz braucht. Also geht es bei diesem und ähnlichen Träumen darum, dem Dämon die Bühne zu geben, auf der sich ohne uns zu behindern ausdrücken kann. So sahen es auch die griechischen Philosophen, der Dämon wird vom Plagegeist zum Inspirator. Das ist praktisch angewandte Sublimation, die der Motor für jede Kultur ist.

Ausgabe Februar 2012

### **KGS Traumkolumne von *Klausbernd Vollmar* - Trau dich!**

Eigentlich sind die Träume voll peinlich, bei denen man wie der Leinwandheld als Herr oder Frau Supermann alle Schwierigkeiten spielend meistert. Man kommt sich im Traum wie Nietzsches Übermensch vor, der an kein Gesetz außer sein eigenes gebunden ist. So träumte eine Berlinerin: "Wie Spider Woman kletterte ich an einer Fassade hoch, um ganz oben zum Büro meines Chefs zu kommen, um eine Gehaltserhöhung zu fordern." Der Clou ist: Diese

Träumerin leidet unter Höhen-angst.

Ohne viel zu deuten sagt der Traum: "Du kannst es! Du hast deine Angst vor Höhe und Autorität nicht mehr nötig!" Träume gleichen nicht nur Horrorfilmen, sie können einen auch positiv bestärken und motivieren, sich mehr zu trauen. Zum Chef durchs Fenster einzusteigen, das ist doch ein grandios selbstbewusster Auftritt.

Aufmunternde Träume treten in Situationen auf, in denen der Träumer sich seines Problems bewusst geworden ist. Der Traum nutzt die Chance, um ihm "Dampf unterm Hintern" zu machen, dass er etwas tut. Und unser psychisches System ist gnädig, indem es zugleich einen Transfereffekt erzeugt, d.h. wenn wir im Traum Ängste überwunden haben, gelingt uns das auch im Alltag leichter. Wir lernen im Traum.

Die Symbolik ist sparsam, nur "Fassade" und "Chef". Die Träumerin wird Fassaden aller Art überwinden, auch jene, die von Autoritäten am Arbeitsplatz gezeigt werden und die sie einschüchtern. Um zu erkennen, dass dies auf ihre Vaterbeziehung zurückzuführen ist, braucht man nicht Freud studiert zu haben. Dieser Traum stärkt also das Selbstvertrauen unserer Träumerin, er zeigt ihren Ehrgeiz hoch hinaus zu wollen und vor allem, dass ihr das in der Vorstellung bereits gelingt. Die Vorstellung dessen, was man erreichen will, steht am Anfang jeder Veränderung und das Traum-Ich hat ein klares Ziel: Gehaltserhöhung. Damit zeigt die Träumerin, dass sie sich selbst mehr wert ist. Wer so träumt, der wird bald selbstbewusst und erfolgreich durchs Leben schreiten.

Ausgabe Januar 2012

### **KGS Traumkolumne von *Klausbernd Vollmar* - Weltuntergang**

Heute möchte ich den allseits beliebten Traum vom Weltuntergang betrachten. Er tritt sowohl als individueller Traum, den fast jeder schon gehabt hat, als auch als kollektiver Traum auf.

Kollektiv konzentriert er sich zur Zeit auf den 21.12.2012, ein Datum von dem Nostradamus in Trance geträumt haben soll, dass die Erde sich durch kosmische Katastrophen reinigen wird. Andere führen den Maya-Kalender an, der zum gleichen Datum endet. Im Sinne Jungs ist dieser Traum vom Weltuntergang ein archetypischer Traum, der zu allen Zeiten und in allen Kulturen eine Rolle spielte.

Solch archetypischen Träume werden (wie alle Träume) von Ängsten genährt,

was man deutlich an der Apokalypse des Johannes mit ihrer surrealen horrorhaften Geschichte sieht. Welche große Kraft apokalyptische Träume nährt, zeigt ferner, dass wenn die Welt auch nicht unterging, man dennoch diesen Traum weiterträumt und sich auf ein neues Datum konzentriert, wie es spätestens seit dem Mittelalter ständig vorkommt. Dass der Mensch entgegen seiner Erfahrung nichts lernt, weist auf eine Neurose hin, einen irrationalen Wiederholungszwang. Diese Neurose wird von der Angst vor dem eigenen Tod genährt. Im aggressiven Widerstand wird der unvermeidliche persönliche Untergang aufs Kollektive projiziert nach der tröstlichen Devise, wenn ich untergehe, dann sollen doch auch bitte alle anderen mit mir untergehen. Aniela Jaffé, die Sekretärin Jungs, nannte diesen Vorgang Exterritorialisierung, d. h. (meist Angst-) Gefühle werden auf die Außenwelt projiziert, in diesem Fall auf eine kosmische Katastrophe.

So träumt der depressiv Veranlagte, der Ehrgeizige sieht das anders. Im Leben wie in seinen Träumen spielt die Leistung eine wesentliche Rolle. Deswegen gibt es in seinem Traum vom Weltuntergang die Rettung der Auswählten, zu denen er sich rationalisierend selbstverständlich zählt. Welch Glück für die Zwanghaften, die gerettet werden, da sie alles richtig gemacht haben. Hier freut sich doch das disziplinierende Über-Ich.

Ausgabe Dezember 2011

### **KGS Traumkolumne von *Klausbernd Vollmar* - Heilige Familie**

Mein alter Psychiatrie-Professor, ein Agnostiker, erzählte, wie zu seiner Jugend Patienten noch von Heiligen träumten und sich als Jesus oder Maria empfanden, heute allerdings, setzte er milde lächelnd hinzu, ist das Heilige aus der Mode gekommen. Der Psychotiker träumt und empfindet sich als Medienstar. So habe auch ich noch nie von einem Traum gehört, in dem die heilige Familie vorkommt. Klar, von Maria, Joseph, Krippe mit Esel und anderem Zubehör werden wohl nur noch christliche Fundamentalisten träumen, aber von Vater, Mutter, Kind dagegen träumt so mancher. Die heilige Familie wurde zur idealen Familie säkularisiert, die wahrscheinlich ebenso eine Fiktion wie die heilige Familie ist. Aus solchen Bildern in Mythos, Kunst und Traum spricht Sehnsucht nach der heilen Familie – und heil und heilig sind unübersehbar mit einander verwandt.

Da sieht sich ein kinderloser Familienvater am Krankenhausbett seiner Frau stehen, die gerade einen Sohn geboren hat. Dass dieses Traumbild vom Wunsch nach der idealen Familie geprägt ist, ist unübersehbar. Verstärkt wird diese Deutung durch den Hintergrund des Träumers, der sich nämlich gerade von seiner Frau getrennt hat. Hier bekommt er ein Sehnsuchtsbild präsentiert, bei dem mit der Geburt ein Neuanfang angesprochen wird. Zugleich drückt das Traumbild die Weisheit aus, dass eine gute Beziehung über die Zweierheit der beiden Partner hinausgehen muss, man braucht ein Drittes, etwas Gemeinsames, dem man sich widmet. Das sagte bereits Hegel in seiner Geschichtsphilosophie, bei der Fortschritt aus der Spannung von These (Vater) und Antithese (Mutter) erklärt wird, die die Synthese (Kind) hervorbringt. Vater, Mutter, Kind sind wie die meisten Dreierheiten im Traum als Fortschritt zu sehen, zumindest verweisen sie auf Zeitabläufe oder, wie Jung es sagen würde, auf Schritte auf dem Initiationsweg. Der Traum fragt also den Träumer: "Wie stellst du dir deine Zukunft vor?"

Ausgabe November 2011

### **KGS Traumkolumne von Klausbernd Vollmar – Leben & Tod**

Mich verblüfft es immer wieder, wie häufig der Tod in unseren Träumen angesprochen wird. Da sterben Freunde, Bekannte, Eltern und Kinder und bisweilen auch man selbst. Im Traum herrscht das große Sterben. Betrachten wir Sterben symbolisch, macht das einen Sinn, denn Sterben heißt Loslassen. Der Tod ist das Ende der persönlichen Identität. Ist diese Identität eine falsche, sollte sie losgelassen werden, was sich im drastischen Bild des Traumtods zeigt.

*So träumte eine ältere Frau, dass ihre Mutter gestorben ist.*

Im Grunde ist die Deutung kinderleicht: Das Mütterliche, was die Identität dieser Frau ausmacht, muss aufgegeben werden, damit sie sich weiterentwickeln kann. Den Naiven stirbt das Kind, da sie erwachsen werden müssen, statt jenem Gerede von der Pflege des inneren Kinds zu folgen. Stirbt einer in Ihrem Traum, ist es höchste Zeit, eine Eigenschaft aufzugeben, denn der Traum kommuniziert nach dem Prinzip "je drastischer etwas dargestellt wird, desto dringender muss man sich ihm zuwenden". Und wie so häufig im Leben finden wir hier das Paradox, dass das Sterben nötig ist, um dem Leben Raum zu geben – dieses von den Esoterikern bis zum Klischee degradierte "Stirb und Werde" aus Goethes Gedicht "Selige Sehnsucht".

Aber Träume sind nicht so simpel. Wenn einer im Traum stirbt, kann dies ebenso bedeuten, dass dessen Eigenschaft im Träumer Gefahr läuft, abzusterben. Bei einer Frau, deren Mutter stirbt, könnte der Traum darauf verweisen, dass ihre mütterliche Seite Gefahr läuft abzusterben. Produktiv ist es, sich grundsätzlich bei jeder Deutung zu fragen, ob nicht auch deren Gegenteil zutrifft. Manchmal trifft beides zu, öfters nur das Eine oder Andere. Was gemeint ist, weiß im jedem Fall der Träumer selbst.

Dass wir mehr Träume vom Sterben erinnern als von der Geburt, liegt einfach daran, dass uns Sterben innerlich mehr bewegt. Ängste besitzen die Eigenschaft, dass wir mit ihnen zusammenhängende Situationen besser behalten.

Okt 2011

Ausgabe August/Sept. 2011

### **KGS Traumkolumne von *Klausbernd Vollmar* - Traum vom Schweigen**

Schweigen - eine Tugend, die im Medienzeitalter mehr und mehr verkommt, da wenig Zuhörens Wertes kommuniziert wird. Aber trainiert nicht jeder Traum unser Zuhören? Oder andersherum: Weil uns das Zuhören schwer fällt, vergessen wir so schnell unsere Träume. In diesem Traum eines jungen Mannes wird das Zuhören direkt angesprochen:

Ich sehe mich gefesselt in einem Stuhl sitzen und der Mund wurde mir mit Klebeband fest verschlossen. Meine Frau redet auf mich ein.

Wer kennt nicht Fesseln und Mundverkleben aus den Krimis, das klassische Bild des Opfers. Und ein Opfer ist ausgeliefert. Der Träumer ist seiner Frau ausgeliefert, was das verbreitete Problem der Hingabe anspricht. Er muss zuhören. Das ist eine Hingabe an die Gedankenwelt des anderen.

Zeitgenössische Psychologen behaupten, der Kern von Beziehungsproblemen liegt im fehlenden Zuhören, d.h. in der Unfähigkeit, den anderen wirklich verstehen zu wollen. In diesem Traum wird das Zuhören erzwungen, was in den nächtlichen Bildern immer dann der Fall ist, wenn der Träumer unbedingt auf andere hören sollte. Unser innerer Regisseur inszeniert nach der Methode "bist du nicht willig, so brauch ich Gewalt". Solche Traumbilder sind typisch in Situationen von bedrückenden Beziehungskonflikten. Sie führen am Beispiel des Zuhörens an, dass Hingabe gefordert ist, die in diesem Traum auch durch die Fesselung angesprochen wird. Auf der Subjektstufe heißt das, dass der Träumer auf seine weibliche Seite hören soll, der nach C.G. Jung das Zuhören zugeordnet ist. Dass der Träumer jedoch noch weit davon entfernt ist Zuhören zu können, zeigt sich daran, dass er den Inhalt dessen, was seine Frau sagt, nicht erinnert. Er weiß, dass sie redet, aber nicht, was sie redet, und so gibt es keine Verbindung zwischen ihnen. Seine Frau ist auf die Rolle des "Talking Head" reduziert und wie von der gleichnamigen Band besungen, beherrscht Entfremdung die Szene. Genau das analysiert der Traum als kostenloser und zugleich genialer Therapeut.

Ausgabe August/Sept. 2011

### **KGS Traumkolumne von *Klausbernd Vollmar* - Traum vom Inneren Heiler**



Ein verblüffend kurzer Traum einer Berliner: Ich fühle mich krank. Da kommt ein mir unbekannter Arzt, schaut mich an und ich bin gesund.

Wenn Heilung immer so leicht wäre, würden sich Patienten und Krankenkassen freuen. Aber vielleicht ist sie wirklich oft so einfach, wenn man sich auf seinen inneren Heiler besinnt. Dieser Heiler wird durch den unbekanntem Arzt symbolisiert. Er ist unbekannt, da der Träumerin die Vorstellung des inneren Heilers ungewohnt ist. Im Gegensatz zur üblichen ärztlichen Praxis findet keine Untersuchung statt. Die kann sich der innere Heiler sparen, er weiß ja, was das Problem ist. Eine Behandlung findet auch nicht statt, was darauf deutet, dass der Kontakt mit dem inneren Heiler bereits die Kur ist.

Solche Träume treten vorzugsweise bei Menschen auf, die sich in die Hände der modernen Medizin begeben und die Verantwortung für ihre Gesundheit an die Ärzte delegieren. "Du bist selbst für deine Gesundheit verantwortlich!", sagt dieser Traum, "Wende dich an den Heiler in dir." Freilich nutzt dieser Traum eine pädagogische Übertreibung, wer seinen inneren Heiler entdeckt, gesundet selten auf der Stelle. Aber ohne diese Entdeckung wird er nur langsam (womöglich mit vielen Nebenwirkungen) oder gar nicht gesund werden.

Sigmund Freud hätte in diesem Traum eine sexuelle Komponente entdeckt: Der Mann schaut die Frau an, er erkennt sie (wie es in Bibel für Beischlaf heißt) und schon ist sie gesund. Sexualität heilt, diese Auffassung prägte schon das Mittelalter. C.G. Jung hätte hier von seinem Lieblingsthema der Verbindung der männlichen mit der weiblichen Seite gesprochen, die für ihn stets der erste Schritt zur Gesundung darstellt. Beide gar nicht so verschiedene Auffassungen eint, dass die Kranke selbst etwas tun muss, um zu gesunden. Und am Anfang dieser Tat steht der Kontakt mit dem inneren Heiler, eine Auffassung, der auch die meisten klassischen Mediziner heute zustimmen würden.

Ausgabe Juli 2011

### **KGS Traumkolumne von *Klausbernd Vollmar* - Ein Traum vom wüsten Land**

Träume sind vom Zeitgeist abhängig. Nächtliche Bilder bedrängen uns, die an T.S. Eliots Gedicht "Wüstes Land" erinnern, Horrorszenarien einer toten Landschaft und Situationen, die sich an Don deLillos Klassiker "Weißes Rauschen" anlehnen, der den Ausbruch eines Chemieunfalls anschaulich beschreibt. Die Angst vor der ökologischen Katastrophe hat sich speziell seit dem Unglück von Fukushima tief in unser Unbewusstes eingenistet und treibt auf der Ebene der Traumsymbole graue Blüten. Diese Träume sind oft von einem unnatürlichen grünlich diffusen Licht geprägt, wie es im modernen Film seit "Matrix" üblich ist. Die Landschaft ist meist verbrannt, von toten Bäumen geprägt, menschenleer. So träumte eine junge Berliner, die schnell verstand,

dass das wüste äußere Land auch eine Widerspiegelung ihres inneren Zustands darstellt.

Äußere und innere Ökologie hängen – nicht nur im Traum – miteinander zusammen. Was wüst und leer erlebt wird, das schreit nach Belebung. Die innere Ökologie beginnt mit dem Aufbau sinnvoller sozialer Kontakte (worauf schon T.S. Eliot 1922 verwies). Die alten Griechen, die der Bildungsbürger stets bei Fragen des Humanismus bemüht, sahen das soziale Engagement als zur Natur des Menschen gehörig. Die unsozialen Menschen nannten sie "Idiotes". Kurzum, Träumer, die von zerstörter Natur träumen, sollten stets auch ihren Blick darauf richten, wie es mit ihrer inneren Ökologie bestellt ist, d.h. wie offen sie gegenüber ihren Mitmenschen sind, in welchem Maße sie sich sozial engagieren. Unsere innere Landschaft verodet ohne sozialen Austausch, Vereinzlung und Egozentrik sind genauso Umweltgifte wie DDT und Schwermetalle. Und hier schließt sich der Kreis: Es zeigt sich, dass Menschen, die ein natürliches Sozialleben pflegen, auch umweltbewusster sind. Jeder Traum von einer ökologischen Katastrophe verweist auf eine Änderung im inneren und äußeren Lebensstil. – Da sage noch einer, seine Träume zu betrachten sei unpolitische Nabelschau.

Ausgabe Juni 2011

### **KGS Traumkolumne von *Klausbernd Vollmar* - Ein Traum von Schokolade**

Ich, ein Essensmuffel, habe mich nie zuvor eine Woche lang derart häufig über Essen unterhalten als während eines Fastenkurses. Als Diplompsychologe sollte ich die Träume der Fastenden betrachten und siehe da, wie zu erwarten war, drehte sich alles um das Essen. Worauf wir verzichten, das thematisieren unsere Träume.

So träumte eine Frau während dieses Kurses, dass sie in einem Knusperhaus aus Schokolade wohnt, dessen gesamte Inneneinrichtung auch aus Schokolade bestand.

Typisch ist an diesem Traum, dass das, auf das wir verzichten, wir uns im Traum in Hülle und Fülle schenken. So verhält es sich ebenfalls mit der Vorstellung vom Schlaraffenland, die gerade zu den Zeiten beliebt war, als die Menschen Hunger litten. In solchen Träumen bildet sich unsere Gier ab. Stellt man sich jedoch vor, dass man von seinem Suchtmittel umgeben ist, wird es schnell ekelhaft. Malen Sie sich aus, Sie würden von Schokolade umgeben leben. Schnell würden Sie all die Schokolade nicht mehr sehen wollen.

Dieser Traum zeigt, dass die Träumerin von Gedanken an Schokolade gefangen

ist, ihre Welt besteht aus Schokolade. Aber das dies zu viel des Guten ist, erkennt selbst der ungeübte Traumdeuter. Insofern unterstützt dieser Traum die Einsicht, sich weniger mit Schokolade zu umgeben und weniger an sie zu denken. Was in unerwarteten Mengen vom Traum ins Bild gesetzt wird, ist oft etwas Suchthafes, um das wir zu sehr unsere Welt – wie dieses Knusperhaus – aufgebaut haben. Aber was symbolisiert Schokolade? Sie steht oft für Verführung und Genuss. Nach Debra Waterhouse ("Why Women Need Chocolate" 1995) ziehen 50 Prozent der Frauen den Schokoladengenuss dem sexuellen Genuss vor. Das steht im krassen Widerspruch zu der Betrachtung der Schokolade als Aphrodisiakum. Casanova sah wie viele Frauen die Schokolade als "Elixier der Liebe" an. Marquis de Sade soll auf seinen Orgien Schokolade gereicht haben und noch heute ist es üblich, seinen Liebsten Schokolade zu schenken

Ausgabe Mai 2011

### **KGS Traumkolumne von Klausbernd Vollmar - Ein Traum voller Freude**

"Träumen wir häufiger Negatives als Positives?", fragte mich eine Klientin. Wenn man viele Träume hört und seine eigenen Träume betrachtet, scheint das der Fall zu sein. Es mag allerdings auch daran liegen, dass negative Träume wegen ihrer größeren emotionalen Aufladung besser behalten werden (vgl. die letzte Traumkolumne). Dennoch glaube ich, dass wir mehr Negatives als Positives träumen, da Träume von inneren Spannungen hervorgerufen werden, die Freud unter dem Aspekt der Wunscherfüllung sah. Der Traum drückt die Spannung aus, so dass der Träumer etwas unternimmt, diese abzubauen, damit er sein Leben besser genießen kann.

In dieser Kolumne möchte ich eine seltene Art von Traum vorstellen, nämlich einen Traum, der dem Träumer einfach nur Lebensfreude vermitteln möchte.

Ein Mann träumte: Ich laufe ausgelassen an einem Sandstrand entlang, die Sonne scheint, ich fühle mich frei und leicht.

Traumdeuter und Therapeuten sind ein gar garstiges Völkchen, sie würden dazu neigen, in diesem Traum eine Flucht vor einer disharmonischen Situation zu sehen. Das ist jedoch nicht der Fall, wie der Träumer mir glaubhaft bestätigte. Dieser Traum ist nicht mehr und nicht weniger als ein Ausdruck innerer Harmonie. Krankheitsbesessen neigen wir dazu, überall etwas zu Heilendes zu

wittern, es scheint geradezu, dass sich manch einer nur wohlfühlt, wenn er oder sie heilt. Aber vermessen wir uns mit dieser postmodernen Sucht nicht unbeschwerte Lebensfreude? Dieser Traum bedarf keiner Trübung durch Interpretation, er ist dazu da, sich an ihm zu erfreuen. Er ist ein Ausdruck purer Lebensfreude. Die Aufgabe lautet, wenn man so will, solche Freude zuzulassen, ohne daran zu kritteln und zu deuten. Um die ungebrochene Lebensfreude zu retten, bedarf es einen Raum, in dem jede Metakommunikation Tabu ist. Allerdings liegt die Weisheit darin zu entscheiden, wo ist eine Deutung hilfreich und wo nicht. Diese Entscheidung ist weitgehend davon abhängig, zu wie viel Lebensfreude der Deutende fähig ist

Ausgabe April 2011

### **KGS Traumkolumne von Klausbernd Vollmar - Geburt und Tod**

*Der Tod gehört zu den verwirrendsten Traumerlebnissen. Bei jedem Vortrag, den ich halte, kommt mit Sicherheit die Frage, ob der Traum vom eigenen Tod oder dem Tod anderer vorausdeutend zu sehen ist. Keine Angst, ist er nicht.*

Eine Frau träumt, dass ihr Baby stirbt. Verständlicherweise versetzt sie das in Panik. Dabei übersieht sie, dass Träume zu uns symbolisch sprechen. Sie bilden nicht die Wirklichkeit ab, sondern interpretieren die innere Befindlichkeit der Träumerin mit ihren Bildern. Wenn im Traum etwas stirbt, wird man grundsätzlich darauf hingewiesen, dass eine Eigenschaft in einem abstirbt. Diese Eigenschaft muss entweder aufgegeben werden, um einer produktiveren Eigenschaft Platz zu machen oder man läuft Gefahr eine Eigenschaft zu verlieren, was zu einer Verarmung der Persönlichkeit führt. Bei diesem Traum stirbt das Baby, das symbolisch als babyhafte Haltung der Träumerin zu sehen ist. Und schon liegt die Deutung auf der Hand: Das Babyhafte im Verhalten dieser Frau muss sterben, um einer erwachsenen Haltung Platz zu machen. Hätte die Träumerin geträumt, ihr Kind würde sterben, könnte dies analog heißen, dass sie ihre kindliche Haltung aufgeben muss. Es könnte aber auch bedeuten, dass sie ihre unbeschwerte Kindlichkeit verliert. Mit Worten populärer Ratgeberpsychologie hieße dies: "Achte darauf, dass dein inneres Kind nicht stirbt." Was nun in diesem Fall gemeint ist, weiß die Träumerin stets selbst problemlos zu entscheiden.

Wir erinnern häufiger Träume vom Tod, als von der Geburt. Das mag daran liegen, dass uns Träume zu einer Korrektur unseres Verhaltens inspirieren möchten. Träume vom Tod sind weitaus mehr bewegend. Je bewegend ein Traum ist, desto eher wird er erinnert. Diese Erinnerung ist die Voraussetzung dafür, bewusst etwas zu ändern. Es muss wohl nicht angemerkt werden, dass Geburtsträume höchst selten nur auf eine Schwangerschaft verweisen. Sie inspirieren dazu, etwas Neues in seinem Leben zu schaffen.

Ausgabe März 2011

### **KGS Traumkolumne von *Klausbernd Vollmar* - Ein harmonisch sensibler Traum**

Halte dich an Klischees und du wirst nicht enttäuscht. Peinlich berührt erkenne ich nach der Sichtung vieler Träume, dass der Traum von der Harmonie ein typischer Frauentraum ist. Frauen neigen dazu, von Harmonie zu träumen, Männer von Spannung.

So träumt ein weiblicher Teenager, dass er sich in einem Garten befindet, in dem Vögel singen und ein Teich zum Verweilen einlädt.

Der Garten wird seit dem europäischen Mittelalter wie auch in Japan als Abbild des Paradieses angesehen. Er ist der Ort, an dem die Welt in Ordnung ist und zwar in göttlicher Ordnung. Romantischen Vorstellungen entsprechend gehören zu dieser Naturharmonie die Vögel als unbeschwerte Luftwesen und der Teich mit dem Wasser des Gefühls. Zugleich ist der Garten der archetypische Ort der Verführung und damit Ausdruck der Sehnsucht nach harmonischer Verbindung vom Männlichen und Weiblichen. Diese Sehnsucht, die speziell in jeder Frau schlummert, erzeugt den Traum der jungen Träumerin.

Wenden wir uns den Accessoires des Gartens, den Vögeln und dem Teich zu, wird auch auf dieser Ebene eine Verbindung ausgedrückt. Der den Geist symbolisierende Vogel fliegt zum Teich, um dort zu trinken. Geist und Gefühl verbinden sich, wie es die großen Landschaftsarchitekten wie Capability Brown und William Kent im 18. Jh. sahen und deswegen das Taubenhaus und der Teich in jeden klassischen Garten gehört. Der Garten ist also der Ort der harmonischen Verbindung aller Gegensätze. Somit verweist der Traum keineswegs nur auf

sexuelle Sehnsüchte, sondern auch auf eine innere Harmonie. Wer so träumt, hat zwar diese Harmonie noch nicht erreicht, aber er steht vor der Möglichkeit, sie zu erreichen. Harmonie ist allerdings ein idealtypischer Zustand, den man über mehr oder weniger kurze Zeiten erreichen kann, um ihn jedoch wieder zu verlassen. Die Vertreibung aus dem Paradies ist unumgänglich, aber keine Sorge, man kann das verlorene Paradies wiedergewinnen. Die Träumerin scheint auf dem Weg dazu zu sein.

Lesetipp: Die Verbindung "idealtypischer Garten und Erotik" ist Thema von Goethes "Wahlverwandtschaften"

Ausgabe Februar 2011

### **KGS Traumkolumne: Der Magier im Traum** *Von Klausbernd Vollmar*



Ein Mann träumte: Ich werde von einer Gruppe Skinheads angegriffen. Zu meiner eigenen Verwunderung halte ich ihnen einen Knüppel entgegen, worauf sie fliehen.

Dies ist das klassische Bild des Magiers, der seinen Zauberstab erhebt, womit er die Situation beherrscht. Sigmund Freud hätte über dieses Bild geschmunzelt, das so perfekt in seine Theorie passt. Männliche Allmachtsphantasie hätte er dem Träumer attestiert. Mit dem Phallussymbol Knüppel solch eine Situation zu beherrschen, das träumt nur einer, der sich seiner Potenz unsicher ist.

Jung hätte das nicht so viel anders gesehen, geschwätzig wie er war, hätte er nach vielen geschichtlichen Exkursen hier den Versuch der Beherrschung des Schattens (Skinheads) durch Sexualität (Knüppel) gesehen. Aber sehen wir von der sexuellen Bedeutung ab, bleibt bei diesem Bild die Allmachtsphantasie, die jede magische Vorstellung prägt. Dabei fällt auf, dass Magiere und deren weibliches Pendant die Hexen stets Außenseiter waren, die sich eine Macht fantasierten, die sie objektiv nicht besaßen. So verhält es sich auch im Traum, von magischen oder hexischen Fähigkeiten träumt man kompensatorisch. Gerade in Zeiten der Schwäche ist man dafür anfällig, sich als allmächtig zu sehen. Glaubt man diesem Bild, identifiziert man sich mit Magieren oder Hexen, verfällt man dem, was Jung "Inflation" nannte. Man entfernt sich von der Realität, wird von Bildern des Unbewussten überflutet und gefährdet so die psychische Gesundheit. Der angemessene Umgang mit solchen Träumen und Fantasien liegt darin, mit distanzierterem Lächeln seine Fantasie als solche zu erkennen und froh darüber zu sein, dass sein Unbewusstes einen Ausgleich in Zeiten der Schwäche schafft. Kurzum, mit Vorstellungen von magischen Kräften kann man fein spielen, sie aber ernst zu nehmen führt in den Untergang wie die Geschichte von Rasputin lehrte. Der Erfolg von Harry Potter und "Der Herr der Ringe" prägt solche Traumbilder, die durch eine Zeit geprägt sind, in der sich der Einzelne machtloser fühlt.

**KGS Traumkolumne: von *Klausbernd Vollmar*  
Traum vom goldenen Ring**



Vom Gold wurde seit ewigen Zeiten geträumt, meist als Ausdruck kollektiver Gier. Die Kirche versuchte seit dem Mittelalter mit Gold die Gläubigen zu blenden. Im 16. Jh. träumten vom Gold des Ostens all die Engländer und Holländer, die über die Nordostpassage nach Indien segeln wollten. Gleichzeitig träumten ihn die spanischen Conquistadores, die in Südamerika das Goldland sahen. Das Volk träumte

bescheidener vom Goldesel.

Eine heutige Berlinererin träumte: Ich kann einen goldenen Ring nicht mehr von meinem Finger ziehen. Um an den Ring zu kommen, muss ich mir den Finger abschneiden.

Das begehrte Gold bringt im Traum, der Mythologie, in Literatur und Comic stets Unglück. König Midas wäre durch seine Gabe, alles zu Gold werden zu lassen, was er berührte, sicher gestorben, wenn die Götter diese nicht zurückgenommen hätten. In Tolkiens "Herr der Ringe" bringt der Besitz des goldenen Rings genauso Unglück wie der Besitz des goldenen Helms in Walt Disneys Micky-Maus-Geschichte "Donald Duck und der goldene Helm" (1951). Der negative Traum vom Gold verweist stets auf unsere Gier, die uns unglücklich macht und schadet. Wenn die Träumerin ihren Finger abschneiden muss, um an das begehrte Gold zu gelangen, schränkt sie ihre Handlungsmöglichkeit ein, sie wird unvollständig.

Die negative Sicht des Goldes wurde seit dem 19. Jahrhundert als versteckte Kapitalismuskritik angesehen, die man auch bei Tolkien vermutete, was dieser jedoch vehement ablehnte. Im Gegensatz dazu tritt ebenso die positive Sicht des Goldes auf, wie wir sie vom alten Ägypten und den Inkas her kennen. In dieser Weise träumte ein älterer Berliner, dass er eine mit vielen goldenen Fäden verzierte Kappe trage, ein Traum, der sogleich an Rembrandts "Der Mann mit dem Goldhelm" erinnert. Statt um die verblendende Gier geht es hierbei um die Geistesklarheit, die so rein wie das Gold gedacht wird. Aus diesem Grund wurde in der christlichen Malerei seit der Renaissance der Heiligenschein oft golden gestaltet.



Ausgabe Dezember 2010

**Abenteuer Traumarbeit von Klausbernd Vollmar**



### ***Haben Sie geträumt?***

Sie haben es bestimmt, vielleicht können Sie sich nicht daran erinnern. Kein Problem: Eine zuverlässige Traumerinnerung ist schnell zu erlernen. Wenn Sie den Radiowecker abschaffen und sich von einem Intervallton wecken lassen, ist schon viel gewonnen und wenn Sie nicht gleich hastig aus dem Bett springen. Eine Minute darüber nachzusinnen, was in der Nacht war, genügt, sich seines nächtlichen Films zu erinnern.

Warum soll man seine Träume erinnern? Das macht uns intelligenter, da uns im Traum das begegnet, was wir im Alltagsleben nicht sehen wollen. Der Traumregisseur reichert unsere automatisierte Tagessicht durch neue Aspekte an. Wir sehen neu, mehr und klarer.

### **Was ist der Stoff, aus dem die Träume sind?**

25% unseres Schlafs verbringen wir im Traum, der unsere Wahrnehmung zu ändern sucht, um uns kreativer werden zu lassen. Träume sind Bewusstseinszustände, die aus relativ ungeordneten Erlebnissen und Vorstellungen bestehen. Sie wirken vom Tagesbewusstsein her betrachtet chaotisch, aber die Physik lehrt uns, dass hinter dem Chaos eine Ordnung steht. Wobei die Ordnung einer psychologischen entspricht. Der Traum spricht unbeschreiblich weiblich. Er nutzt die Sprache des

weiblichen Archetyps, der bildhaft viele Elemente zu verbinden sucht. Er schafft eine Synthese und damit ein Mehr an Sinn. Da wir jedoch im Alltagsleben die Sprache des männlichen Archetyps gewohnt sind, mutet uns die Information des Traums fremd an. Aber die symbolische Sprache der Träume ist wie eine Fremdsprache zu lernen - jedoch schneller.

### ***Angst machen gilt nicht***

Lassen Sie sich von Ihren Träumen erschrecken? Da träumt man vom Tod und meint, selbst bald sterben zu müssen. Da träumt man etwas voraus und meint, verrückt zu werden.

Diese Ängste kommen daher, dass wir verlernt haben, auf die Stimme des Nachtbewusstseins zu hören. Wer vom Tod träumt, wird selten damit auf seinen physischen Tod vorbereitet, sondern eine Verhaltensweise muss in ihm absterben, um für Neues Platz zu machen. Wer etwas vorweg träumt, der hat sich im Traum auf ein anderes Universum eingeschwungen, in dem die Zeit rückwärts läuft, wie es der Quantenphysiker J. Wheeler annimmt. Im Schlaf verändern sich unsere Gehirnrhythmen und damit stellen wir wie beim Radio den Empfang eines neuen Senders ein, zum Beispiel das Programm aus der Welt der rückwärtslaufenden Zeit.

Die Konfrontation mit der Traumwelt macht um so mehr Angst, um so fester man in der männlichen geprägten logischen Welt verankert ist. Das ist eine Einseitigkeit, die uns erstarren lässt. Diese Angst aufzulösen und einen produktiven Umgang mit der Sprache der Nacht zu fördern, ist eine der Aufgaben der Beschäftigung mit dem Träumen. Ich vermittele spielerisch in Kursen, die Sprache der Träume in der Weise zu verstehen, dass der Träumer Mut bekommt, seine Möglichkeiten zu leben.

### ***Die vom Krankhaften besessene Sicht auf den Traum***

In der Traumforschung geht es wie im Altersheim zu: Man spricht nur von dem Einen - der Krankheit. Alle tiefenpsychologischen Schulen gehen wie schon der griechische Heilkult des Asklepios davon aus, dass der Mensch träumt, um die Ursache einer Krankheit aufzulösen. Da die Traumdeutung vom Anfang an von Ärzten ausgeübt wurde, war der Blick auf das Heilen gewandt.

Wir sind alle fröhliche Neurotiker. Ein wenig Krankheit ist Individualität. So wichtig ich das Heilen finde, ist es mir jedoch mit der Perspektive auf die Krankheit unwohl. Ich halte es für produktiver, auf das Positive zu schauen und

sich der kreativen Seite des Traums zuzuwenden. Statt als Verfilmung eines Traumas sehe ich den Traum als Quelle höchster Kreativität. Sobald wir in die Sphäre des Traums einsteigen, werden wir Künstler und gestalten unsere Welt selbst.

Das Atemberaubende der Traumwelten liegt darin, dass wir uns träumend an ein Kreativitätspotenzial anschließen und Ideen und neue Sichtweisen geboten bekommen. Wer sich regelmäßig mit seinen Träumen beschäftigt, der wird beweglicher und sicherer, da er sich auf seine innere Stimme verlässt, die aus einem viel größeren Überblick zeigen kann, was gut und was schlecht ist.

Ausgabe November 2010

**KGS-Traumkolumne: von *Klausbernd Vollmar*  
"Ein Monster-Traum"**

Eine fünfunddreißigjährige Frau wird immer wieder im Traum von einer kränklich und miesepetrig aussehenden Figur festgehalten, die sie "das große träge Monster" nennt.

Es ist wohlbekannt: Alles das, was uns im Traum erscheint, ist als ein Anteil von uns selbst zu betrachten. Genauso bekannt ist es, dass wiederkehrende Träume dem Träumer eine besonders wichtige Information vermitteln wollen. Sie wollen sich verständlich machen, deswegen kehren sie, meistens mit geringen Abweichungen, immer wieder.

So liegt es auf der Hand: Die träge Seite dieser Träumerin behindert sie, sich wohl und gesund zu fühlen. Und was ein Monster ist, das möchte in etwas Hilfreiches und Schönes verwandelt werden. Das geschieht häufig dadurch, dass man sich mit dem Gegenteil dessen beschäftigt, was solch ein Monster darstellt. Damit ist die Freude an der Bewegung als Gegenteil zur Trägheit angesprochen.

Konkret vermitteln diese Träume der Träumerin, dass es höchste Zeit ist, sich von ihrer schlechten Laune und einem Dahinkränkeln zu verabschieden und dies geschieht, wenn sie ihren Körper durch Körperübungen und ganz allgemein durch mehr Beweglichkeit fordert. Ihr Weg zum Glück ist die Überwindung der Trägheit. Diese muss nicht nur einseitig körperlich aufgefasst werden, sondern umfasst auch eine intellektuelle Beweglichkeit, denn körperliche und intellektuelle Beweglichkeit fördern sich im Ideal gegenseitig. Erscheint das

Monster der Träumerin eher ätherisch, ist wahrscheinlich hauptsächlich die geistig-intellektuelle Beweglichkeit angesprochen, erscheint das Monster eher massiv und massig, ist primär die körperliche Seite der Beweglichkeit gemeint.

Auffallend ist an diesem Traum, dass Kinder sehr häufig von Monstern träumen. Wenn ein Erwachsener von Monstern träumt, drückt sich darin häufig eine Sehnsucht nach Regression aus. Träge wie ein Baby sich umsorgen zu lassen, das scheint ein Wunsch der Träumerin zu sein, der jedoch keineswegs zur ihrem Wohlbefinden beiträgt.

Ausgabe Oktober 2010

**KGS-Traumkolumne von Klausbernd Vollmar:  
Heilserwartungen**

*Ein junger Mann träumt: Ich drohe in einem Sumpf zu versinken. Tiefer und tiefer werde ich von der feuchten Erde eingesogen. Als ich bis zu meinen Schultern im Schlamm stecke, kommt eine Hand aus einer Nebelwolke. Ich höre "errettet".*

Na wie wär es denn, sich wie Münchhausen am eigenen Schopf aus dem Sumpf zu ziehen? Der Träumer zählt jedoch auf die Errettung durch eine höhere Macht, die Anklänge an das Ende von Goethes "Faust" aufweist. Die Besprechung dieses Traums ergab, dass wirklich der Träumer sein Heil vom "ewig Weiblichen" (Goethe) erwartet, das ihm die hilfreiche Hand reicht. Wie viele hofft er, der Partner können ihn davor retten zu versumpfen. Heilserwartungen an etwas außerhalb von einem Stehenden wie der Partner oder eine höhere Macht sind von einer unbewältigten Ablösung von den Eltern geprägt. In diesem Traum vertraut der Träumer letztendlich auf die helfende Hand seiner Mutter. Käme die Rettung durch eine Gottfigur, wäre es der Vater. Das kindliche Vertrauen in die allmächtigen Eltern ist zwar für Kinder hilfreich, Erwachsene behindert es jedoch, selbstständig zu werden und sich selbst aus dem Sumpf zu ziehen. Wer so träumt, fühlt sich schwach und hilflos. Seine Aufgabe wäre es, nicht im außen nach einer Stärke zu suchen, die nicht die eigene ist, sondern im eigenen Inneren fündig zu werden.

Wenn in der heutigen Welt sich eine Tendenz zum Fundamentalismus hin abzeichnet, ist diese Entwicklung von dem Gefühl der Hilflosigkeit und Schwäche geprägt. Ohne die starke Hand von außen versinkt man in seinem

Sumpf, den Freud als Hinweis auf die Angst vor dem weiblich gedachten Chaos gedeutet hätte. Wir wissen es alle: Wir müssen selbstständig werden, um zu unserem Glück zu kommen. Weil es so bequem ist, fantasieren wir eine Hilfe herbei, ohne zu bemerken, dass wir damit wie die Kinder werden, die jedes göttliches Wesen liebt, da eigenständiges Handeln und Denken seine Macht zerstört.

Ausgabe September 2010

**KGS Traumkolumne von Klausbernd Vollmar**  
**"Wilde Träume"**

Klausbernd Vollmar ist Diplom-Psychologe und Autor zahlreicher psychologischer Bücher zum Thema Traum und Traumsymbolik, er lebt in England und leitet regelmäßig Traumgruppen in Berlin.



Intuition und innere Stimme: Das sind die prädestinierten Felder des Traums, denn jeder Traum ist ein Fenster in unser Inneres. In meiner fünften Kolumne besprach ich den Traum von der verdrängten Angst vor der Unendlichkeit. Aber nicht nur auf verdrängte Ängste macht unsere innere Stimme im Traum aufmerksam, sondern genauso häufig auf verdrängte Wünsche. Freud nahm gar an, dass in jedem Traum unsere innere Stimme uns auf einen Wunsch aufmerksam macht. So wurden mir häufig Träume zugesandt, in denen Frauen mit gesichtslosen Partnern wild verkehrten. Ja, die innere Stimme ist ganz und gar nicht so moralisch wie wir. Sie sagt, "was Sache ist": "Du willst wilden Sex, der Partner ist dir völlig egal."

Viele haben ein schiefes Konzept der inneren Stimme als etwas "Heiliges". Bei der Traumbetrachtung wird deutlich: Die innere Stimme ist sexy, tabulos, ironisch und witzig, dazu oftmals unterhaltsam. Erinnern Sie sich an meine dritte Traumkolumne? Dort verkaufte der Träumer den Engelchen blaue Pariser. Welch eine köstliche und zugleich tiefsinnige Ironisierung des Engelkults. Und schrieb nicht schon Freud über den Witz und seine Quellen im Unbewussten, eben jenen Ort, aus dem die innere Stimme spricht und unsere Intuition gespeist wird. Viele Probleme, ob Alltagsprobleme oder in der Forschung, wurden durch die Intuition, die im Traum spricht, gelöst. Elias Howe träumte die Erfindung der Nähmaschine. Er saß bei den Wilden im Kochtopf. Diese umtanzten ihn mit Speeren, die unten ein Loch aufwiesen. Die Intuition sagte ihm: Das Ohr muss

unten in der Nadel der Nähmaschine sein. Es ist ein großer Vorteil der Intuition und unserer inneren Stimme: Sie scheren sich wenig um Konventionen. Klar, die Konvention war, oben in der Nadel ist das Ohr, aber bei der Nähmaschine war so die Fadenführung unmöglich. Sollte es sein, dass konventionelle Ideen weder von der Intuition noch von der inneren Stimme inspiriert werden, sondern einer geistigen Trägheit entsprechen?

---

Ausgabe Juli 2010

### **KGS Traumkolumne: Ein Traum vom Meer**



von *Klausbernd Vollmar*

"Ich gehe in den Marschen am Meer spazieren. Rechts des erhöhten Weges sehe ich kleine Tümpel, über denen bunte Schmetterlinge fliegen. Plötzlich sehe ich das Meer, die Marschen, die Tümpel von oben. Mit einem Gefühl großer Leichtigkeit wache ich auf."

Vom Meer zu träumen bedeutet meistens, dass man sich danach sehnt, zu seinem Ursprung zurückzukehren. Schon allein diese Rückkehr drückt eine Einheit mit der Natur aus. Der Träumer versteht sich intuitiv als Teil der Evolution. Von daher ist er offen, sich mit den Schmetterlingen zu identifizieren. Er kann mit ihnen eins werden, indem er plötzlich die Natur wie im Flug von oben sieht. Diese erhöhte Perspektive gibt uns im Traum wie im Leben die Möglichkeit, Zusammenhänge zu erfassen. Von oben hat man den Überblick und sieht die Verbundenheit der Dinge, während man unten auf der Erde gehend eher das Einzelne sieht.

Ernst Jünger meinte, wir bewegen uns gern in der Natur, da diese keine Meinung über uns hat. Wir brauchen uns in der Natur nicht nach einer Meinung oder einem Anspruch richten. Deswegen fühlen wir uns leicht, was sicher auch den Erholungswert von Naturerlebnissen ausmacht. In diesem Traum ist jedoch die bedrohliche Seite der Natur ausgeblendet. Dieses einseitige positive Erleben der Natur entspricht einer romantisierenden und somit idealisierenden Sicht der Natur. Zeitgeistig drückt dieser Traum trotz all seiner positiven Energie ein

Mainstream-Gefühl aus. Die teilweise zum Religiösen hin tendierenden ökologischen Ansichten stilisieren "die Natur" als das einseitig Nur-Gute. Wenn man den Schatten des Objekts seiner Betrachtung ausblendet, führt dies leicht zu einer fundamentalistisch Haltung, der jede Differenzierung abhanden kommt. Bei solch einem Traum wäre zu fragen, ob diese Art des mystischen Naturerlebens im Traums nicht eine Flucht vor den Spannungen darstellt, die Leben und Natur ebenso wie die Harmonie ausmachen.

---

Ausgabe Juni 2010

**KGS-Traumkolumne von *Klausbernd Vollmar***

**Ein Traum von unserer Kanzlerin**

Ich sehe wie Angela Merkel interviewt wird. A. Merkel steht traurig auf einer Seite eines Zauns, die Interviewerin auf der anderen Seite. Hinter der Interviewerin befinden sich viele feiernde Menschen, das Volk.

Bei diesem Traum fallen sogleich die beiden Seiten auf. Auf der einen Seite steht die Gemeinschaft des Volkes, auf der anderen Seite Frau Merkel als Symbol der Macht. Dies bildet eine Spaltung in der Psyche der Träumerin ab, die als leitende und leidende Angestellte einerseits Teamgeist zeigen muss und zum anderen die Einsamkeit der Mächtigen erlebt.

Die Stimmung auf beiden Seiten des Zauns könnte nicht unterschiedlicher geschildert werden: Die mächtige Frau wird als traurig empfunden, traurig wahrscheinlich, weil sie einsam ist. Das Volk dagegen feiert, was in der Sprache des Traums bedeutet, hier wird ein positives Gemeinschaftsgefühl erlebt. Mit dieser Gegenüberstellung drückt der Traum eine überpersönliche Wahrheit aus, dass nämlich der Mensch nur als Gemeinschaftswesen glücklich sein kann. Im klassischen Griechenland unterschied man den "zoon polikon", den Menschen, der sich mit anderen verbunden fühlt, und die "idiotes", die Einzelgänger. Als Einzelgänger ist man, wie dieser Traum deutlich zeigt, der traurige Mensch. Im inneren unserer Psyche drückt sich dieser Widerspruch als "Willen zur Macht" aus, dem unsere Sehnsucht nach Zugehörigkeit zu einer Gemeinschaft entgegensteht. Diese schmerzhaft Trennung wird jedoch glücklicherweise überwunden, da es eine Kommunikation zwischen den beiden Seiten gibt, welche die Interviewerin symbolisiert. Und hierin mag die Aufgabe eines jeden Menschen liegen, nämlich seine Einmaligkeit, die stets auch Einsamkeit bedeutet, mit seinem Bedürfnis nach Zugehörigkeit zu verbinden. Um in der Sprache des Traums zu bleiben: Keine Seite des Zauns ist die ideale. Das Ziel ist Verbindung beider Seiten und somit das Niederreißen des trennenden Zauns.

---

Ausgabe Mai 2010

**KGS Traumkolumne: Ein Traum von Fledermäusen**  
*Von Klausbernd Vollmar*

Ich liege an einem Waldsee, es wird dunkel und plötzlich fliegen viele Fledermäuse aus den Bäumen in meine Richtung. Voller Panik springe ich in den See und wache auf.

Die Fledermaus ist ein bekanntes Vampirsymbol. Sie steht nicht nur für das Aussaugen, sondern auch für unbewusste Erotik.





Diese Gefühle steigen aus dem Unbewussten auf, das in diesem Traum gleich zweimal durch den See und den Wald symbolisiert wird. Von solchen Ängsten wird man häufig heimgesucht, wenn man sich ausgebeutet oder überwältigt fühlt.

So verwundert es nicht, dass Vampirromane zu Beginn des modernen Kapitalismus aufkommen. Allerdings muss mit diesem Symbol keineswegs nur die ökonomische Ausbeutung gemeint sein, sondern es bezieht sich zunehmend auch auf die sexuelle. Das liegt nahe, da Biss und Kuss sich nicht nur phonetisch ähneln.

Der Vampir, Star vieler Filme und Romane, ist böse. Es heißt bei Bram Stoker, dass er das Böse sei, das in allem Guten tief verwurzelt ist. Mit dieser Aussage nimmt Stoker Jungs spätere Theorie vom Schatten vorweg. Der Vampir ist also der Schatten, der in uns allen lebt. Dass uns solche Gefühle überwältigen können, zeigt der Sprung in den See, mit dem, symbolisch gesehen, der Träumer von den Wassern des Gefühls verschlungen wird.

Vampirträume treten speziell dann auf, wenn bei Träumern die Gefahr besteht, von ihren Gefühlen beherrscht zu werden, anstatt dass sie ihre Gefühle beherrschen. Man sieht das deutlich in diesem Traum. Die gesamte Natur stellt sich gegen den Träumer: Aus dem Wald kommen die Fledermäuse, in den See stürzt er sich hinein. Der Traum warnt den Träumer, dass er Gefahr läuft, von seiner Natur überwältigt zu werden. Es ist ein Albtraum, der stets auf etwas dringlich aufmerksam macht, das zuvor ignoriert wurde. Im Gegensatz zu Kindern sind beim Erwachsenen Albträume ein Holzhammer der Seele. Sie wollen uns durch drastische Bilder zu Änderungen auffordern. Dass wir sie nicht sogleich vergessen, erreichen sie durch das Wecken des Träumenden nach dem Ende des Traums. Klausbernd Vollmar ist Psychologe und freier Autor. Er lebt in England und leitet regelmäßig Traumgruppen in Berlin.

---

Ausgabe April 2010

**KGS Traumkolumne von: *Klausbernd Vollmar*:**  
**Ein Traum von sicherer Geborgenheit und Harmonie**

"Ich krieche fröhlich als Frau, die ich jetzt bin, in einem quadratischen gelben Laufstall."

Das erinnerte eine fünfzigjährige Chefsekretärin, der im Alltag nichts ferner liegt, als sich babyhaft zu verhalten. Doch kennen wir nicht alle die Sehnsucht nach

Das Quadrat ist nach dem Philosophen Martin Heidegger das Geviert, in dem die Sterblichen wohnen. Es ist der Ausdruck des Schutzes durch die Kultur, denn Quadrate kommen außer bei Kristallformen nicht in der Natur vor. Die Begrenzung durch die kulturellen Werte erlebt die Träumerin als Frohsinn. Außerhalb des Quadrats befindet sich nämlich das Ungeordnete, das Chaos. So sahen es die Philosophen und Künstler seit der Antike und beeinflussten damit Bauten und Plätze mit quadratischem Grundriss, um den Menschen Sicherheit zu vermitteln. Diese Sicherheit drückt sich im Quadrat durch mannigfaltige Symmetrien aus. Was symmetrisch ist, das ist gemäß unserer Wahrnehmung auch schön und anmutig. Von ihm geht keine Gefahr aus. Die Träumerin erlebt also ihr Leben in Harmonie. Sie sagt ja zum Leben. Das stimmt mit C.G. Jungs Beobachtung überein, dass Menschen, die einen Schritt auf ihrem Lebensweg vorankamen, häufig gleich danach von geometrischen und symmetrischen Figuren träumen.

Es wäre allerdings naiv zu übersehen, dass dieser Laufstall auch eine Einengung bedeutet. Hierin liegt die höhere Weisheit dieses Traums: Er bildet nämlich ab, wie sich Begrenzung und Freiheit gegenseitig bedingen. Leben ist an diese Spannung zwischen Einschränkung und Freiheit gebunden, wie schon Nietzsche als Vorläufer Freuds erkannte. Wer die Freiheit in der Begrenzung erlebt, der bejaht das Leben, der richtet sich, um in der Bildersprache des Traums zu bleiben, an der Begrenzung des Laufstalls auf, um zur aufrechten Person zu werden.

Den positiven Aspekt dieses Traums betont zusätzlich die Farbe Gelb, die als farbiger Stellvertreter des Lichts ein Ausdruck der Lebensfreude darstellt.

Wünschen Sie Hinweise zum Verständnis Ihrer Träume, schicken Sie Ihren Traum an:

mail@kbvollmar.de,

Stichwort: KGS Traumkolumne,

alles anonym, diskret und kostenlos.

---

Ausgabe Februar 2010

**KGS Traumkolumne: Der Traum vom Weltraum**  
von *Klausbernd Vollmar*

"Ich sehe den Weltraum. Er ist unendlich. Wenn ich ihn mit geschlossenen Auge male, kann ich ihn begreifen."

Dies träumte eine Berliner Malerin während einer Phase, in der ihr künstlerischer Ausdruck blockiert war.



Die Unendlichkeit des Weltraums ist ein anschauliches Bild für die unbegrenzten Möglichkeiten, die Welt künstlerisch darzustellen. Aber als endliche Wesen jagt uns die Unendlichkeit Angst ein. Sie ist eine Nummer zu groß, um von Menschenhand abgebildet zu werden. Genau dieses bedrückende Gefühl macht den Kern der Blockierung aus. Wie so viele Träume weist auch dieser Traum auf die Lösung des Problems. Sie liegt im vordergründigen Paradox des Malens mit geschlossenen Augen. Das bedeutet in der symbolischen Sprache des Traums, dass die Künstlerin ihren Blick nach innen wenden muss, um wieder kreativ schaffen zu können. Betrachtet sie den Weltraum als Raum der Welt von außen, also als Objekt, das getrennt vom erkennenden Subjekt existiert, ist sie überfordert. Ändert sie ihre Blickrichtung, um den Raum der Welt in sich zu erkennen, kann sie ihn begreifen. In diesem Traum wird der Trick eines jeden Kreativen angesprochen, nämlich seine gewohnten Blickrichtung zu verändern, da diese meist der Konvention entspricht. Solange ich das Objekt als getrennt von mir betrachte, wird mir seine Abbildung Schwierigkeiten bereiten. Der Clou des kreativen Ausdrucks liegt darin, das Objekt zu verinnerlichen und es auf diese Weise in sich zu erkennen. Dann kann ich es begreifen, wobei begreifen als aktive Handlung, die in ihrer ursprünglichen Bedeutung auf die Hände verweist, für das künstlerische Schaffen steht.

Das Symbol der geschlossenen Augen weist auf die Innenschau, die den Gegensatz zum automatisierten Blick auf die Außenwelt darstellt. Diese subjektive Sicht der Welt ist das, was Kunst ausmacht. So verwundert es nicht, dass viele Künstler wie zum Beispiel Marc Chagall und Frank Schätzing ihre Inspirationen im Traum bekamen. Wünschen Sie Hinweise zum Verständnis Ihrer Träume, schicken Sie Ihren Traum an [mail@kbvollmar.de](mailto:mail@kbvollmar.de), Stichwort: KGS Traumkolumne, alles anonym, diskret und kostenlos.

---

Ausgabe Januar 2010

### **KGS Traumkolumne: Der Traum von einem Haus von *Klausbernd Vollmar***

In den mir zugeschickten Träumen ist ein Thema prominent: das Haus. Sicher haben auch Sie schon von Häusern geträumt, eines der häufigsten Traumsymbole in unserer Kultur. Hier ein ungewöhnlicher Haus Traum in zweierlei Hinsicht: zum einen beginnt mit einem

Ich bin ein Haus. Es ist ein Hotel mit gelber Fassade und blauem Schild, das schmal in einer Straße zwischen anderen Häusern steht.



Dass ein ähnlicher Traum in der Weltliteratur erscheint, zeigt, dass es sich um einen archetypischen Traum handelt. Solche Träume gehören zum Sprachrepertoire unseres kollektiven Unbewussten. Sie sind in allen Zeiten und Kulturen zu finden. Der Traum vom Haus ist einer von der eigenen Identität. Dies wird der Träumerin zu Beginn deutlich. Das Haus ist ein öffentliches, ein Hotel, in dem man vorübergehend verweilt. Die Gäste kommen und gehen. Jenseits der sexuellen Bedeutung, die Freud erfreut hätte, können wir die Gäste als Impulse der Außenwelt sehen. Die gelbe Farbe zeigt: es geht um Kommunikation. Ideen kommen und gehen, nichts bleibt. Die Identität der Träumerin ist schmal, da sie keine Idee halten kann. Sie fühlt sich eingeeengt zwischen den anderen Häusern, den anderen Menschen. Der Konflikt ist deutlich: die Träumerin möchte kommunizieren – sie sehnt sich nach einem beständigen Austausch, aber diese Beständigkeit gelingt ihr nicht. Da das Hotelschild blau ist, nehme ich an, die Träumerin wünscht sich eine feste emotionale Beziehung. Sie lockt mit der Farbe Blau, jenem Symbol der Sehnsucht, das Novalis mit der blauen Blume weltberühmt gemacht hat. Mit den Farben Blau und Gelb trifft "der farbige Stellvertreter der Finsternis" (Goethe) auf den "farbigen Stellvertreter des Lichts". Dies lässt vermuten: die Träumerin präsentiert sich widersprüchlich und kann deswegen keine Beziehung halten. Sie sollte sich überlegen, ob sie mit ihrer Selbstdarstellung die Menschen anzieht, nach denen sie sich sehnt. Ein Tipp zum Schluss: Farben sollten im Traum eingehend und zu Anfang der Deutung betrachtet werden.

---

Ausgabe Dezember 2009

**Himmlisches Ideal**  
**aus der KGS-Traumkolumne**  
*von Klausbernd Vollmar*

Träume reflektieren bisweilen ironisch den Zeitgeist, der auch unser Unbewusstes prägt. Den witzigsten Traum bekam ich diesmal von einem Mann zugesandt, der sich im Himmel befand, wo er den Engelchen blaue Pariser verkaufen wollte.



Wenn die Werbung das Großartige betont, Sloterdijk in der Philosophie das "Über" wie in Nietzsches Übermenschen anspricht und der Buchmarkt vom Engelboom geprägt ist, so holt dieser Traum das Hohe auf die Normalität zurück. Die Engel werden entmythologisiert und somit menschlich betrachtet. Darin drückt sich ein emanzipiertes Bewusstsein aus, denn unsere ersten

Erfahrungen sind von unseren Eltern geprägt, zu denen wir aufschauen wie in den Himmel. "Warum sind denn die Pariser blau?", hätte C.G. Jung gefragt. Das erinnert mich an die mittelalterliche Auffassung, dass die Engel blau seien, weswegen man sie im blauen Himmel nicht sieht. Blau ist die Farbe des Gefühls. Damit drückt der blaue Pariser das kontrollierte Gefühl aus. Und dass jenen Engeln Verhütungsmittel verkauft werden, sagt es doch deutlich: "Bloß nicht noch mehr Engel!" und damit auch: "Bloß nicht noch mehr Übermenschliches und Hohes!" Das Leben spielt sich auf der menschlichen Ebene ab. Der Flirt mit dem Übermenschlichen, den der Faschismus liebte, ist eine Flucht, die vorzüglich in Krisenzeiten geübt wird. In diesem Sinn ist dieser Traum zu verstehen, der den Träumer vor einem Fliehen in die "höheren Welten" warnt. Nietzsche widmete seine Schrift "Menschliches, Allzumenschliches" dem französischen Aufklärer Voltaire, der ironisch religiöse Vorstellungen anprangerte, um seine Leser zu einem vernünftigen Leben zu bewegen. Seine These, die auch diesem Träumer zu empfehlen ist, lautet: "Vernunft hilft". Der Traum warnt vor dem irrationalen Gefühlsüberschwang, den jeder Mann in erotischen Situationen zu leicht verfällt. Angesichts der erreichbaren Frau wird er kopflös, da er sich hinreißen lässt, sie idealisierend als "mein Engel" zu bezeichnen. Auf die Idealisierung folgt die Dämonisierung, wie man von der Geschichte lernt: Im Mittelalter wurde die Frau zum himmlischen Wesen idealisiert, um dann der Dialektik folgend in der Aufklärung als Hexe verbrannt zu werden. Sigmund Freud machte als erster darauf aufmerksam, dass sich hinter jeder Idealisierung eine Aggression verbirgt.

### Synchronizität

Der Traum wurde geträumt, als Claude Lévi-Strauss starb. Dieser einflussreiche Ethnologe und Philosoph öffnete uns die Augen für die Macht der Strukturen. Die Überhöhung ist gerade in Zeiten der Krise eine dominante Struktur, die sich von der Werbung bis hinein in unsere Psyche ausweitet. Die von Bewertungen gereinigte Erkenntnis der Strukturen befreit uns von deren Übermacht, wie es das Werk von Lévi-Strauss dokumentiert. Klausbernd Vollmar, Dipl.Psych., wird auch weiterhin an dieser Stelle im KGS Berlin Magazin auf Träume unserer Leser eingehen. Wünschen Sie Hinweise zum Verständnis Ihrer Träume, schicken Sie Ihren Traum an [mail@kbvollmar.de](mailto:mail@kbvollmar.de), Stichwort: KGS Traumkolumne, alles natürlich anonym und kostenlos.

---

Ausgabe November 2009

## Der Traum von einer Landschaft



aus der Reihe Traumkolumne von Klausbernd Vollmar

*Ich gehe einen Weg, den ich in meiner Jugend oft ging. Damals war er ein Pfad mit Gras und Moos, der großartige Blicke über eine unberührte Seenlandschaft umgeben vom Wald bot. Heute ist der Weg asphaltiert. Überall sehe ich Häuser. Als ich das bemerke, möchte ich kehrt machen, aber ich entschieße mich weiter zu gehen.*

In unseren Träumen und Fantasien tritt das in den Vordergrund, was in der Außenwelt zu verschwinden droht. Wie wir Landschaft im Äußeren erleben, gibt unser inneres Bild von der idealtypischen Landschaft wieder, das oft von romantischen Vorstellungen geprägt ist. Es ist die Sehnsucht nach natürlichem Leben, die Henry Thoreau 1854 in seiner Hütte in den Wäldern in "Walden" beschrieb.

Ob in Traum oder Realität, stets erfahren wir die Landschaft unserem inneren Bild entsprechend, da unser Auge keineswegs unschuldig, sondern von unseren Vorstellungen geprägt sieht. Der Prozess der Entfremdung von der Natur und zugleich der alltägliche Druck der Anpassung an unsere moderne Gesellschaft produziert als ausgleichendes Gegenbild solche Träume. Dabei ist häufig festzustellen, dass diese Träume von einem archetypischen Setting geprägt sind, das uns an die chinesische Landschaftsmalerei des Zen-Buddhismus erinnert: Der im Wald gelegene See ist obligatorisch, da er eine Ruhe ausstrahlt, die in unserem Zeitalter der Beschleunigung zum Luxusgut geworden ist.

Der Wald verkörpert das Unbewusste im Traumland, der See unsere Gefühlswelt mit ihrer unergründbaren Tiefe. In früheren Zeiten, sagt dieser Traum, war der Blick auf die Gefühlswelt natürlich gegeben. Heute dagegen wird er von der Kultur geprägt, die mit der Besiedlung die Natur verdrängt. Auch der asphaltierte Weg weist in diese Richtung: Gras und Moos wird zur Unbequemlichkeit, die für schnelleres Voranschreiten auf der geglätteten



Oberfläche geopfert wird. Der Anklang an die biblische Metapher vom breiten Weg und steinigem Pfad drängt sich auf. Damit wird auf unseren Lebensweg verwiesen, der vom Träumer als von bequemer Oberflächlichkeit geprägt empfunden und abgelehnt wird. Er möchte umkehren, aber die gesellschaftliche Tendenz der Domestizierung der äußeren wie der inneren Natur ist nicht rückgängig zu machen. So geht er weiter.

Das Thema dieses Traums ist das verlorene Paradies und der Verlust der Naivität. Kulturprozess und das Älterwerden sind unweigerlich mit diesen Verlusten verbunden, die jedoch erträglich bleiben, wenn das innere Bild der Natur bewahrt wird.

---

Ausgabe Oktober 2009

## **Die Kunst der Traumdeutung**

Traumkolumne von Klausbernd Vollmar

Da ist sie, meine erste Traumkolumne im KGS Berlin. Regelmäßig werde ich hier Informatives, Therapeutisches, Witziges und Lästerliches zu Ihren Träumen sagen und mich bemühen, dabei hilfreich zu sein. Ja, es ist ein Abenteuer, Muster in Träumen zu erkennen. Sie treten oft kollektiv auf und zwingen zu Wiederholungen, die uns leider unglücklich machen.



So tritt in Frauenträumen des öfteren der "Ex" auf, obwohl diese Frauen längst mit einem anderen liiert sind. Es stellt sich die Frage, warum sollte es mit dem anderen besser werden, solange wir uns nicht ändern? Ob Fritz oder Karl, das ist egal. Es führt zum Gleichen. Wir sollten solche Träume nutzen, unser Bild vom Märchenprinzen zu überdenken.

Träume zeigen, was wir leben. Da befindet sich beispielsweise eine Träumerin mit ihrem Freund im Hotelzimmer. Soll man nach Hause fahren oder dort bleiben? Die Träumerin hat das Gefühl, es sei über ihren Kopf entschieden worden. Kennt sie dieses Gefühl aus ihrem Alltagsleben? Der Freund sollte als männliche Seite gesehen werden. Die Träumerin verkörpert ihre weibliche Seite. Es wird klar, solche Träume treten speziell bei Frauen auf, wenn sie ihren intellektuellen Entscheidung nicht trauen. Das Gefühl hat stets recht, ist ein

Vorurteil, das Unklarheit schafft. Ist das Gefühl unklar, bringt der Intellekt Klarheit. Deswegen wird der Aufenthalt im Traumhotel zum Genuss - der Animus hat gut entschieden.

In einem anderen Frauentraum tritt eine beängstigende Frau mit zwielichtigen Absichten auf. Auch hier geht es um die Unklarheit. Eins ist klar: unklar sind stets die anderen. Wie wäre es, die eigenen zwielichtigen Absichten zu betrachten, statt nach der Mama zu schreien, wie es am Ende des Traums geschieht? Wenn sich der Erwachsene als Kind verhält, wird er nicht nur zwielichtig, sondern auch zwiespältig.

Achten Sie auf kindliche Reaktionen in Ihren Träumen, die durch erwachsenes Handeln ersetzt werden wollen.

Dieses Erwachsene, das mit Bewusstheit zusammenhängt, zeigt sich vorbildlich in einem Traum, in dem die Träumerin (wo bleiben die männlichen Träumer?!) ihre Eltern "ausgreift der herbstlichen Stimmung entgegen gehen" sieht. Sie grüßen sie freundlich "mit Nähe und Distanz zugleich". Zum Schluss die kosmische Perspektive: Eine Frau, in deren Email-Adresse bereits "luna" gehuldigt wird, träumt von vier Vollmonden. Welch ein Gefühlsüberschwang! Wie die Himmelsmechanik hakelt, so hakelt es auch in der psychischen Dynamik. So viel Mond macht mondsüchtig.