



Leseprobe

Hanns Kurth

Lexikon der Traumsymbole

Bestellen Sie mit einem Klick für 9,99 €



Seiten: 592

Erscheinungstermin: 10. August 2015

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

www.penguinrandomhouse.de

DAS BUCH

Nachts, wenn der Verstand sich ausruht, ist die Bahn frei für Intuition, Instinkte und Vorahnungen. Sie drücken sich in Träumen aus, die uns in die Zukunft blicken lassen, Krankheiten anzeigen oder vor Unheil warnen.

Verständlich und anschaulich hilft der Traumspezialist Hanns Kurth, Träume richtig zu deuten und zu verstehen. Mit zahlreichen Beispielen und Erläuterungen von Traumsymbolen wird der Sinn erläutert und der Blick für die Botschaften geschärft, die das Unterbewusstsein aussendet.

Hanns Kurth

LEXIKON
DER
TRAUM
SYMBOLE

Der moderne Klassiker
der Traumdeutung

WILHELM HEYNE VERLAG
MÜNCHEN

Inhalt

ERSTER TEIL *Träume und Traumsprache*

Allgemeine Einführung	9
Fragebogen zur Traumdeutung	41

ZWEITER TEIL *Traumanalysen*

1. Geburtsträume	47
2. Frühkindliche Traumata	48
3. Drachen- und Tierträume	51
4. Hexen- und Gespensterträume	54
5. Reinkarnationsträume	56
6. Schneideträume	59
7. Flug- und Fallträume	62
8. Träume an der Scheinschwelle der Wirklichkeit	64
9. Warnträume – die Krankheiten ankünden	66
10. Träume von Erfindungen	74
11. Wahrträume – die Zukünftiges vorwegnehmen	75
12. Wunschträume als Verdrängungs- und Entlastungsträume	79
13. Aggressions- und Verfolgungsträume	82
14. Träume von Toten und vom Tod	86
15. Farb- und Musikträume	90

DRITTER TEIL *Verzeichnis der Traumsymbole*

nach Stichwörtern alphabetisch geordnet von A bis Z	95
---	----

ERSTER TEIL

Träume und Traumsprache

Allgemeine Einführung

Nachdem der Begründer der Psychoanalyse, der Wiener Medizinprofessor Sigmund Freud (1856–1939), im Jahre 1899 sein Werk über die Traumanalyse veröffentlicht hatte, wodurch er der einst so verfeimten Traumdeutung wissenschaftliche Geltung verschaffte, setzte eine Flut von Veröffentlichungen ein, die sich mehr oder weniger mit der Analyse von Träumen und den physiologischen Vorgängen beim Träumen beschäftigten. Zwar sind in manchen Einzeluntersuchungen zum Thema einige Traumsymbole und ihre Bedeutung zusammengetragen und erklärt worden, doch fehlte bis heute ein umfassendes Nachschlagewerk der Traumsymbole von A bis Z. In jahrelanger eigener praktischer Arbeit und durch Sichtung der wichtigsten Literatur wurde dieses Lexikon erarbeitet, das nun der Öffentlichkeit übergeben werden kann.

Zur Einführung in die Welt der Träume und der Traumsprache und zum besseren Verständnis der Traumsymboldeutung will ich diesem Buch einige grundsätzliche Bemerkungen voranstellen.

»Traum« bedeutet in seiner ursprünglichen Sprachbegrifflichkeit »Trugbild« – aber um es gleich vorwegzunehmen: Träume sind nicht immer nur Schäume. Träumen ist ein seelischer Vorgang während des Halbschlafes, der sowohl Wirklichkeitscharakter haben kann als auch von ungemeiner Phantastik geprägt sein mag. Im Albtraum quälen uns manchmal auch fürchterliche Gesichte, die bisweilen selbst noch unser Wachbewusstsein beschäftigen können.

Träume haben einen engen Bezug zum Handeln und Denken des Menschen. Das erkannten schon die Naturvölker, die

dem Traum hellseherische und prophetische Kräfte zugeschrieben. Literatur, Musik und bildende Kunst sind seit Bestehen der Künste Ausdrucksmittel auch der Traumgesichte, mit denen sich der Kunstschaffende auseinandersetzt. Es ist nicht verwunderlich, dass sich schon sehr früh Bemühungen um eine Traumdeutung entwickelten, in der magische, religiöse und psychologische Vorstellungen ältester Zeiten enthalten sind. Für uns stellen antike Traumbücher heute wichtige geisteswissenschaftliche Quellen dar.

Die Traumdeutung bildete sich schon bei den klassischen Völkern der Antike zur hohen Kunst aus und wurde bis in unsere Neuzeit weiterentwickelt. Die Aufklärung verwies dann die Traumdeutung in den Bereich des Aberglaubens, von dem sie dann erst Freud wieder befreite, indem er sie wissenschaftlich begründete und der alten Auffassung wieder Geltung verschaffte. Als Mediziner erkannte Sigmund Freud, dass Träume einen lebenswichtigen Sinn haben, dass sie das Innere des Menschen widerspiegeln und wichtige Rückschlüsse auf seinen seelischen und körperlichen Zustand zulassen. Von ihm und seinen wissenschaftlich begründeten Theorien aus beschränkte die psychologische Forschung neue Wege, indem sie sich mit den Phänomenen und der Deutung von Träumen beschäftigte. Man versuchte, den Traum aus physiologischen, innerkörperlichen Reizen, aus Vorstellungs- und Erinnerungsresten des seelischen Tagerlebens zu erklären; man stellte sich den Trauminhalt aus verdrängten Wünschen entstanden vor, die dann im Traum symbolhaft auftreten; man verwertete die exakten psychologischen und ärztlichen Studien über die Äußerungsformen des Unbewussten und setzte die Symbolsprache des Traumes

in Beziehung zur sonstigen Symbolik in Seelenleben, Kunst und Religion der Völker.

Neben den vielen individuellen Sprachen der Völker gibt es eine einzige *universelle Traumsprache*. Träume der Primitiven, der großen alten Kulturvölker, der Ägypter, Griechen und Römer, sind denen unserer heutigen Zeit, der Menschen in Tokio und Moskau, London und New York, Kapstadt und Hamburg gleich – die Traumsprache ist durch die Jahrhunderte und Jahrtausende immer die gleiche geblieben.

Die *Symbolsprache* des Traumes ist in verschlüsselten Geheimzeichen aufgezeichnet und muss dechiffriert werden, damit Sinn und Bedeutung lesbar werden. Die inneren Erlebnisse werden im Traum bildlich vor Augen geführt, wobei die Dinge von dem Träumenden erlebt und gesehen werden und er dabei meist mehr über sich oder andere Menschen erfährt als im Zustand des Wachens. Der Träumende ist einem Dichter vergleichbar; denn wie er findet der Träumende eine höhere Sprache, durch die er seine Erlebnisse und seelischen Zustände auszudrücken versteht. Der Schlafende ist träumend schöpferisch und vollbringt dabei oft eine »höhere« schöpferische Leistung, als er dies im Wachzustand vermag.

Da nun aber die meisten Träume nicht in den Zustand unseres Wachseins passen, vergessen wir sie, das heißt, wir versuchen sie zu verdrängen. Der Traum macht uns eine Mitteilung, die wir meist nicht verstehen wollen oder können. »Ein ungedeuteter Traum ist wie ein ungedeuteter Brief«, heißt es im Talmud. Da nun die Traumsprache und ihre Symbolik bei allen Völkern aller Zeiten unverändert gleich geblieben ist, ist sie eine universelle Sprache, die entschlüsselt werden kann und auch dechiffriert worden ist – von der Traumforschung.

Der Gegensatz von Schlafen ist Wachen. Der Wachende ist der arbeitende, erwerbende und sich verteidigende Mensch, der um sein Überleben kämpfen muss und sich den politischen, gesellschaftlichen und sozialen Zwängen ausgesetzt sieht. Er glaubt, sich »vernünftig« verhalten zu müssen, so vernünftig wie die anderen und so, wie man es von ihm erwartet. Er fühlt sich glücklich oder traurig, weil er glaubt, dass er glücklich oder traurig ist. Er denkt nicht absurd, wie er es im Traum kann, weil nicht sein kann, was nicht sein darf. Deshalb ist auch der wachende Mensch der Täuschung unterworfen. Im Traum erlebt er all das, was er als Wachender nicht tun darf oder vielmehr meint, nicht tun zu dürfen.

Im Schlaf befreien wir uns von allen äußeren Zwängen. Wir brauchen uns nicht anzupassen und nicht zu verteidigen. Denken und Fühlen erlangen im Schlaf äußerste Subjektivität, weil der Träumende zweckfrei träumt und sich das Unterbewusste empodrängt. Träumend wird der Mensch wieder ein Naturwesen und findet zu seinen Anfängen zurück.

Aber nicht immer sind Träume angenehme Erlebnisse, die Vergnügen vermitteln oder in denen Probleme sich von selbst lösen; denn Träume können auch unbequem sein – so unbequem wie die Wahrheit. In vielen Träumen verbirgt sich ein unerfüllter Wunsch. Ihr Anliegen ist die Wunscherfüllung, wobei das Gedächtnis oft zu einer geradezu ungeheuren Leistung fähig ist.

Oft erscheinen uns die Träume wirr, weil wir unfähig sind, ein Bezugssystem zu unserer Orientierung herzustellen und zu erkennen. Dabei wollen wir nicht einsehen und erkennen, dass wir durch die Wirklichkeit des wachen Erlebens getäuscht werden können, weil wir sie für »wahrer« halten als die

ungeschminkte Wahrheit des Traumes. Diese Erkenntnis ist zweifellos von ungeheurer Bedeutung, denn alle unsere scheinbar so festgefügtten Maßstäbe geraten damit ins Wanken. Der griechische Philosoph Platon (4. Jahrhundert vor Christus) hat gesagt: »Der Tugendhafte träumt von dem, was der Böse tut.«

Wie wir noch sehen werden, gibt es kurze und längere Träume. Ein Erlebnistraum kann sich über Minuten hinziehen. Eine rasche Folge von Bildern als Reaktion auf eine äußere Störung, als Antwort auf einen Laut, als Folge einer uns entgleitenden Decke, als Antwort auch auf ein Pochen an der Tür, auf ein Klopfen am Fenster – das alles kann in Sekunden abrollen, weil schließlich das Projektionsmaterial in unserem Hirn vorliegt. Das Hirn weiß schon im Voraus, wie es auf diesen oder jenen Reiz antworten will und muss, je nachdem, in welcher Verfassung der Schlafende sich befindet. Schließlich sehen wir auch in einem Film eine Handlung, die eine größere Zeitspanne umfasst, in dreißig oder vierzig Minuten abrollen.

Im Gegensatz zu diesen oberflächlichen Träumen können sich *Tiefenträume*, sogenannte wichtige Träume, relativ lang hinziehen. Sie stellen wahre seelische Erlebnisse dar. Zeit und Raum zählen dabei ebenso wenig wie die Schwerkraft oder die Atomverhältnisse in der Materie. Im Traum ist der Mensch fähig, alle geltenden Gesetze beiseitezuschieben und alles zu überwinden, was ihm wachend unmöglich wäre.

Die einfachsten Reize, die während des Schlafes auf uns einströmen, sind diejenigen, die unsere fünf Sinne ansprechen: Gesicht, Gehör, Gefühl, Geruch und Geschmack.

Man kann kaum von einem tiefen seelischen Erlebnis sprechen, wenn der Schläfer durch ein Pochen an der Türe geweckt

werden soll, er aber nicht geweckt werden will, weil er träumt, er sehe einem Feuerwerk zu, dessen detonierende bunte Leucht-kugeln ihn erfreuen. Hört das Pochen in der Tür auf, genügt also das Traumbild des Feuerwerkes, um den Mahnruf: »Du musst jetzt aus deinen Träumen erwachen und aufstehen!« zu überdecken, dann ist alles in Ordnung. Natürlich ist gar nichts in Ordnung, denn der Träumende bleibt im Bett liegen und verschläft. Aber der Traum hat ohne tieferes seelisches Erlebnis seinen Zweck erfüllt und den Schlaf gerettet. Wird das Pochen an der Tür im Traum als Detonation erlebt, so kann in diesem Beispiel der Lichtschein des eben erwachten Tages, der durch das Fenster auf den Schlafenden fällt, das Bild eines schönen Feuerwerks hervorrufen. Der Lichtschein hat durch die Lider des Schlafenden eine Reizung der Netzhaut hervorgerufen. Denn was für den Gehörsinn gilt, das vermag unser Gehirn auch in Bezug auf das Schlafsteuerungszentrum, wenn über die anderen Sinne ein Reiz an uns herangetragen wird.

So ruft ein angenehm gereizter Geruchssinn in der Reaktion des Schläfers Träume hervor, in denen er wunderschöne Blumensträuße sieht. Dabei kann man zum Beispiel einfach ein Parfüm anwenden, das man dem Schläfer vor die Nase hält und das dann diese Reaktion auslöst. Unangenehme Gerüche dagegen können ebenso hässliche Reize, die auf unseren Geschmackssinn einwirken, und damit heftige Traumreaktionen auslösen, die dann allerdings schneller zum Erwachen führen als angenehme Reize.

Ein Fuß, der unter der Bettdecke hervorragt und kalt wird, versetzt den Schlafenden in eine Winterlandschaft, zwingt ihn im Traum zu einem Marsch ohne Schuhe durch ein Schneefeld. Eine abgleitende Decke kann als Lawinnenniedergang

oder als Berggrutsch nachempfunden werden. Ein heruntersinkender Arm wird als eigener Sturz des ganzen Körpers erlebt. Ein überfüllter Magen führt zu Albträumen.

Schon die Ärzte des griechischen Altertums erkannten, dass erste Symptome einer körperlichen Erkrankung im Traum des betroffenen Menschen wahrgenommen werden können, bevor noch ein äußerlicher Befund einer Krankheit vorliegt. Jeder, der schon einmal an einer schweren Krankheit gelitten hat, der sich schon einmal in schwerem Fieber wälzte und erschreckende Träume durchmachte, weiß, dass tatsächlich im kranken Zustand des Organismus die Traumbilder andere sind als in gesunden Zeiten. Das erklärt sich aus der Veränderung der Bluttemperatur, aus der veränderten Blutzusammensetzung. Die quälenden Gesichte in Fieberträumen sind Beweise für die Vorgänge bei gestörtem körperlichem Gleichgewicht, anormalem Blutdruck und Über- oder Untertemperatur; diese haben natürlich entsprechende Auswirkungen auf das Gehirn und dessen seelische Tätigkeit im Schlaf.

Ärzte, vor allem Nervenärzte, haben im Laufe der Jahrzehnte nach und nach eine Liste sogenannter Traumsymbole zusammenstellen können, die sich immer wieder bestätigt haben und aus denen ganz bestimmte, sichere Schlüsse gezogen werden können. Auch diese Symbole sind im Lexikonteil aufgeführt.

Dennoch sind aus der großen Zahl der Träume nur einige wert, näher betrachtet zu werden, denn nicht alle haben eine tiefere Bedeutung, wie bereits erklärt wurde. Die Ursache von Träumen, die weder durch innere noch durch äußere Reize hervorgerufen werden, muss man im Bereich des Seelischen suchen, im Unterbewusstsein. Bei diesen Träumen handelt es

sich oft, wenn man der Sache auf den Grund geht, um nichts anderes als um eine *Ersatzleistung des Gefühlslebens*. Der Mensch versucht, sich in dem verwirrenden Durcheinander der Traum-erlebnisse zurechtzufinden und verirrt sich nur zu oft, indem er dem Traum mehr zumutet, als dieser in Wirklichkeit zu geben vermag. Andererseits aber ignoriert er wichtige »Mitteilungen« und verdrängt das eben aus dem Unterbewussten Aufgetauchte als unwahr. Deshalb soll dieses Traumlexikon auch dazu dienen, wichtige Träume von unwichtigen zu unterscheiden.

Ein merkwürdiges Phänomen nimmt eine Sonderstellung in der Traumforschung ein, gemeint sind die sogenannten prophetischen oder *Wahrträume*, in denen der Schlafende zukünftige Dinge erlebt, die nachher tatsächlich eintreten, oder die sich wirklich zu gleicher Zeit ereigneten, als sie der Schlafende träumte. Mit diesem zweifellos interessanten grenzwissenschaftlichem Gebiet beschäftigt sich heute die Parapsychologie. Manche solcher hellseherischen Träume wurden untersucht, in einigen Fällen konnten deren Echtheit und Wahrheit eindeutig nachgewiesen werden.

Die Traumforschung hat ferner festgestellt, dass sogar *frühkindliche Traumata* (seelische Schocks) später in Erwachsenenträumen wieder auftauchen können, das heißt aus dem Unterbewussten auftauchen, ohne dass sich der Träumende an den ursächlichen Schock bewusst erinnert. Solch ein Trauma kann dadurch entstanden sein, dass durch Einwirkung von Außenreizen und Unlustempfinden des Säuglings oder Kleinkindes das seelische Gleichgewicht gestört wurde. Die Folge ist eine Affektstauung. Wenn diese Störung nicht frühzeitig behoben wird, kann sie zu bleibenden Schädigungen führen. Schreck,

Angst und Abwehr können sich zu neurosebildenden Lebenskatastrophen ausbilden.

Die psychotherapeutische Praxis konnte sogar nachweisen, dass einige Angstträume von Erwachsenen ihren Ursprung im Unterbewusstsein eines »schlafenden« *Geburtstraumas* haben. Diese Art von Geburtsneurosen treten verhältnismäßig häufig auf. In einzelnen Fällen konnten Angstträume mit Erstickungsgefühlen oder Platzangst auf schwere Geburten zurückgeführt werden. Aber auch sogenannte Mikrotraumen, die längere Zeit auf das Kleinkind einwirkten, können in späteren Jahren bei Erwachsenen ihren Niederschlag in Träumen finden. So erzählte eine zweiundzwanzigjährige Studentin einen Traum, den sie sich nicht erklären konnte. Irgendetwas bewegte sich in großen, dann immer kleiner und schneller werdenden Kreisen auf sie zu, bis dann endlich etwas mit einem brausenden Geräusch auf sie herabfiel und sie sehr beängstigte. Wie sich später durch Befragung der Eltern herausstellte, hatte der Vater bei dem wenige Tage alten Säugling mit seiner Hand größere, dann immer kleiner werdende Kreise vor dessen Gesicht gezogen, um die Aufmerksamkeit des Kindes auf sich zu lenken. Diese Bewegungen endeten damit, dass er mit einem zischenden Geräusch das Kind plötzlich unter dem Kinn kitzelte, wobei dieses jedes Mal erschreckt zusammenzuckte. Die Studentin konnte sich natürlich daran nicht mehr erinnern. Das frühkindliche Trauma wurde vergessen, bis es dann später in dem Traum des zweiundzwanzigjährigen Mädchens aus dem Urgrund des Unterbewussten wieder hervorbrach.

Aus einer extrem unglücklichen Befindlichkeit der ersten Lebenswochen und immer wiederkehrenden Rückerinnerungen an traumatische frühkindliche Erlebnisse ohne mütterliche

Fürsorge und Wärme resultieren zahlreiche spätere Erscheinungen wie Aufschrecken, Körpersensationen, Dunkelangst und das Gefühl, den Kopf nicht heben zu können. Diese Ängste werden permanent deutlich, wenn Dunkelheit, Müdigkeit und herabgesetzte Bewusstseinskontrolle in der Nacht eintreten.

Forschungen aus jüngster Zeit haben bewiesen, dass Kinder anders träumen als Erwachsene und dass schon die Ungeborenen im Mutterleib träumen, wobei die Meinung vorherrscht, dass das ungeborene Kind wahrscheinlich denselben oder einen ähnlichen Traum wie die Mutter erlebt. Die Parallelität ergibt sich aus der Gleichartigkeit, der Identität der unwillkürlichen Augenbewegungen – auf die ich noch ausführlicher eingehen werde – und aus dem Herzrhythmus, der bei dem ungeborenen Kind ebenso lebhaft auf Traumerlebnisse reagiert wie Herz und Kreislauf der Mutter zum Beispiel bei einem Angsttraum. Später scheint die Thymusdrüse, die in der Mittellinie des Körpers hinter dem Brustbein liegt und die sich im Laufe des Heranwachsens zurückbildet, um beim reifen Menschen völlig zu verkümmern, auf die ungewöhnliche Gestaltung von Kinderträumen einen entscheidenden Einfluss zu haben.

Bei schlafenden Säuglingen kann man deutliche Reaktionen wie Lächeln oder plötzliches Wimmern, das meist zum Aufwachen führt, wahrnehmen. Kinder träumen mehr und intensiver als Erwachsene, Neugeborene mehr als Kleinkinder; denn während sich neugeborene Kinder bis zu neun Stunden in einem Traumschlaf befinden können, träumen Erwachsene innerhalb von vierundzwanzig Stunden höchstens ein oder zwei Stunden. Da der Säugling noch keine

»Erlebnisse« gehabt hat, müssen demnach auch seine Träume und Traumbilder andere sein als die eines aufwachsenden Kindes oder gar eines erwachsenen Menschen. Dass der Säugling träumt, kann mithilfe technischwissenschaftlicher Methoden nachgewiesen werden. Allerdings wissen wir nicht, was der Säugling träumt, da er uns nicht darüber berichten kann. Nach Auffassung einiger bekannter Wissenschaftler stellt der Traum des kleinen Menschen ein Relikt aus früheren stammesgeschichtlichen Entwicklungsstufen unseres Seelenlebens dar.

Vielleicht liegt hier der Schlüssel zum Phänomen der *Reinkarnation*, der Wiedergeburt. Wie anders ist sonst zu erklären, dass Kinder behaupten, sie hätten schon einmal gelebt? Erstaunlich viele Personen hatten das Gefühl, wenn sie zufällig an einen ihnen vorher unbekanntem Ort kamen, sie seien mit Sicherheit schon einmal dort gewesen. Dabei »erinnern« sie sich an Einzelheiten, die ihnen bei ihrem Besuch noch nicht einmal sofort aufgefallen waren und die sie nur nach längerem und intensiverem Suchen fanden. Ähnlich verhält es sich bei Gegenständen oder bestimmten Ereignissen, von denen die Versuchspersonen fest überzeugt waren, sie hätten diese schon einmal gesehen beziehungsweise erlebt. In jüngster Zeit hat sich der amerikanische Wissenschaftler Professor Ian Stevenson mit aufsehenerregenden Forschungsergebnissen an die Öffentlichkeit gewandt. Er sammelte insgesamt sechshundert Berichte über Reinkarnation aus der ganzen Welt, unter anderem aus Sri Lanka, Brasilien, dem Libanon und sogar aus Alaska. Merkwürdig dabei ist nur, dass fast alle Reinkarnationsträume nach dem neunten Lebensjahr nicht mehr auftreten.

Der amerikanische Parapsychologe Gerald Glaskin wendet erfolgreich eine Do-it-yourself-Methode an, um Träume anzuregen, die Erinnerungen an ein früheres Dasein darstellen könnten. Ursprünglich stammt die bewusste Weckung von Erinnerungsträumen von Jacqueline Parkhurst, einer in Australien lebenden britischen Parapsychologin. Die Methode besteht aus einer einfachen Massage, die von zwei Helfern ausgeführt wird, verbunden mit geistigen Übungen. Als Glaskin die Beschreibung von Mrs. Parkhurst las, war er zunächst skeptisch, bis er sich im Traum aufgrund eines Selbstexperiments in einer ihm bis dahin unbekanntem altägyptischen Zivilisation wiedergefunden haben will. Später entdeckte Glaskin beim Blättern in einem Werk über die Geschichte der altägyptischen Architektur Zeichnungen von Bauwerken, die denen entsprachen, die er in jenem »anderen Leben« gesehen haben will, als er sich im »Zustand des erweiterten Bewusstseins« befunden hatte.

In einer Erläuterung der Parkhurstschen Technik sagte Glaskin, er erlebe dann »einen Traum bei vollem Bewusstsein«, der wie ein Film abläuft, wobei der Träumende allerdings sowohl der Projizierende als auch der Zuschauer ist. Das Ergebnis ist eine dreidimensionale Schau mit sich selbst in der Hauptrolle.

Dabei sollte die Versuchsperson ausgestreckt auf dem Rücken liegen, ein Kissen unter dem Kopf, die Schuhe abgestreift. Ein Helfer reibt die Knöchel der Versuchsperson, während der andere kräftig die »Zone des Dritten Auges« in der Stirnmitte massiert. Diese Massage erfolgt mit dem gebogenen Handrand, »bis der Kopf richtig summt«. Nach einer Weile der Entspannung beginnen die geistigen Übungen, um eine

Bewusstseinsweiterung über die normalen Grenzen hinaus zu erreichen. Fachärzte äußerten Bedenken und rieten, diese Versuche nicht von nervösen oder labilen Personen ausführen zu lassen. Wenn die durch Massage und Übungen erzielten Visionen zu stark würden, müsse man auf jeden Fall das Experiment abbrechen.

Kleinkinder träumen oft lebhafter, als es Erwachsene vermögen. Diese schweren Kinderträume enthüllen häufig nicht nur Konflikte der Kinderseelen, sondern sie sind in manchen Fällen wichtige psychologische Vorzeichen. Die moderne Traumforschung hat Methoden entwickelt, aus denen man ersehen kann, dass Kinder, Kleinstkinder und auch Tiere folgerichtige Erlebnisse im Traum haben und durch alle Höhen der Freude und alle Tiefen der Angst hindurchgehen.

Wie schon erwähnt wurde, wiederholen sich die Traumbilder immer wieder. Es sind seit undenklichen Generationen die gleichen Bilder, die erlebt beziehungsweise geträumt werden. Auch wenn man Kindern niemals Märchen erzählt hat, in denen Drachen, Ungeheuer oder Urlandschaften eine Rolle spielen, so können sie doch davon träumen, wobei diese Träume später oft nie wieder auftauchen.

Kleinkinder im Alter von drei bis fünf Jahren werden besonders häufig von wilden Tieren angegriffen oder verfolgt. Sehr oft handelt es sich um Löwen, Tiger, Drachen, Krokodile, vielfach auch um Hunde. Kinder fürchten sich davor, angegriffen oder verletzt zu werden. Dabei steht das Tier oft nur als Symbol des Großen und Übermächtigen – meist für einen strafenden, lautstarken Erzieher, vor dem sich das Kind fürchtet. Die Tiere können männliche oder weibliche Kennzeichen tragen, zu letzteren gehören Kühe oder Spinnen. Hexen sind

ohnehin weibliche Symbole. Hat man diese Unterscheidung getroffen, so kann man daraus schließen, ob die gefürchtete Bezugsperson männlich oder weiblich ist.

Das Kind durchlebt verschiedene Entwicklungsphasen, wobei es zu immer größerer Selbstständigkeit heranwächst. Aus der Schutzphase des Kleinst- und Kleinkindes entwickelt sich bald das Trotzalter, in dem es versucht, immer mehr sein eigenes Ich zu finden und auch durchzusetzen. Wird es an diesem Befreiungsversuch gehindert, so werden sich unweigerlich *Angstträume* einstellen. Wenn der Entwicklungsfortschritt gehemmt würde, dann bliebe das Kind immer ängstlich und schüchtern, und die Angstträume könnten sich bald zu einem chronischen Leiden auswachsen – begleitet von äußerer Nervosität.

Die Angst der fünf- bis siebenjährigen Kinder ist zusätzlich geprägt von der Furcht, dass etwas abgeschnitten werden soll. Diese Schneideträume äußern sich in der wachen Wirklichkeit dann so, dass die Kinder sich mit Händen und Füßen gegen Fingernägel-, Fußnägel- und Haareschneiden wehren. Es ist die Phase der unbewussten Sexualität und der Gefährdung der Geschlechtsrolle. Die Kastrationsangst tritt fast bei allen normal entwickelten Jungen auf, die so versuchen, ihre erotischen Neigungen abzudrängen. Aber auch Mädchen dieses Alters haben Schneideträume. So träumte ein sechsjähriges Mädchen von einem König, dessen Bart von einer Hexe abgeschnitten wurde, worauf sich der König in einen Schuh verwandelte. Bart und Schuh im Kindertraum sind Symbole für männliche und weibliche Geschlechtsmerkmale, worauf schon Sigmund Freud hingewiesen hat.

In den Angstträumen der sieben- bis zehnjährigen Kinder

wird die Steuerung der Triebkräfte oft zum unüberwindlichen Problem. Das äußert sich dann in Träumen, in denen das Kind auf einem Roller, einem Fahrrad oder in einem Wagen sitzt, wobei das Steuer verloren ging und es nun hilflos einem Abgrund entgegenjagt. Später kommt es dann zu den typischen Flug- und Fallträumen, auf die ich noch zurückkommen werde.

Sogenannte *Zwangsträume* werden von Kindern im Alter zwischen dreizehn und sechzehn Jahren häufig geträumt. Unter Zwangsträumen verstehen wir Träume, die nach dem Erwachen einer Person bei dieser eine Zwangssituation auslösen. Dabei verhält sich die eben aus ihren Träumen erwachte Person ganz ungewöhnlich und so, wie sie sich normalerweise nicht verhalten würde. Sie steht sozusagen unter einem inneren Zwang, der ihr befiehlt, eine bestimmte Handlung auszuführen. Diese Handlung steht immer im Zusammenhang mit der zuvor erlebten Traumhandlung. Normalerweise nimmt der Körper des Schlafers an den Traumerelebnissen wenig Anteil. Das Kind wie der Erwachsene kann im Traum laufen, ringen, fechten und springen, ohne dass die Zonen des Gehirns, die im Wachzustand die Körperbewegungen kontrollieren, aktiv bei dem Traumerlebnis mitwirken. Es fehlt also die Schaltung zwischen der Traumvorstellung und den Bewegungszentren. Nach einem Zwangstraum kann die eben erwachte Person zum Beispiel unter Ausschaltung aller Vernunftsgründe aus einem Fenster springen, weil sie Traum und Wirklichkeit nicht mehr unterscheiden kann.

Wir unterscheiden also *Wunsch-* und *Erfüllungsträume* von Angst- und Beklemmungsträumen. Diese alle können

ausgelöst werden sowohl durch äußere sinnliche Reize, durch körperliches Wohl- oder Unwohlsein, als auch durch verdrängte Tageserlebnisse oder seelische Konflikte wie auch frühkindliche Traumata, die aus dem Unterbewussten auftauchen und sich in der Symbolsprache des Traumes ausdrücken. Träume können beängstigen, Freude und Wohlgefühl, ja Lust auslösen oder sogar die Seele entlasten, indem zum Beispiel Bedrohendes im Traum durchlebt und damit aus den Tiefen des Unterbewussten hervorgeholt und ausgeschaltet wird. Denn ein Konflikt sich widerstreitender Seelenkräfte in einem Menschen (»Zwei Seelen ruhen, ach, in meiner Brust!«) kann zu einer Katastrophe führen, wenn diese Kräfte nicht reguliert werden. Alles, was verdrängt und noch nicht wieder klar emporgekommen ist, ist unbewusst. Ist man mit einer solchen Sache nicht »fertig geworden«, hat man sie nicht ehrlich überwunden, dann sucht sie eben wieder an die Oberfläche zu kommen. Wird ein Wunsch – weil er der bestehenden Normen wegen nicht befriedigt werden kann und darf – im Tagelben nicht erfüllt, so hilft sich die Seele auf einem Umweg und gelangt so zu einer Wunscherfüllung. Die Seele findet im Schlaf Ersatzbilder, doch erkennt sie diese bald als Schwindel, und die gleichen Konflikte treten in ähnlicher Form wieder auf.

Der Wirklichkeitsersatz im Traum ist oft sehr verschlüsselt, besonders wenn es sich um Dinge handelt, die man ängstlich verbergen möchte und von denen man nicht zu sprechen wagt. Der Traum sucht Ersatzbilder, die manchmal so unkenntlich chiffriert sind, dass man die Beziehung zwischen der Wirklichkeit, den seelischen Konflikten des Träumenden und den Symbolen beziehungsweise Ersatzprojektionen auf

den ersten Blick nicht erkennt. Dabei ist einsichtig, dass die erfolgreiche Ausdeutung der Verschlüsselung in den Traumbildern den Weg zur Heilung des seelisch kranken Menschen ebnet. Nicht selten werden Probleme auch in Fortsetzungsträumen, also in Serie, durchlebt und gelöst, wenn ein einzelner Traum dazu nicht ausreicht.

Die *Sexualträume* fallen meist in die Gruppen der Träume, die aus dem Blutkreislauf und aus inneren oder äußeren Reizen erwachsen. Dies lehnen aber viele Psychoanalytiker ab, wohl in alter »Anhänglichkeit« an Sigmund Freud, der die grundlegenden Erkenntnisse der Psychoanalyse vom Sexualtraum, vom Sexualproblem überhaupt, ableitete.

Besonders muss auch erwähnt werden, dass das Traumleben der Frau ganz anders als das des Mannes ist. Es gibt Träume bei Frauen, die immer wiederkehren, oft in regelmäßigen Abständen, und die man beim Mann nie beobachtet hat, ausgenommen dann, wenn das Seelenleben eines Mannes ausgesprochen feminin und weich sein sollte. So sind zum Beispiel farbige Träume ein Phänomen, das vor allen Dingen bei Frauen zu beobachten ist. Das ist nicht unbedeutend, denn das Innenleben der Frau ist lebhafter als das des Mannes – ihr Empfindungsleben ist intensiver. Eine statistische Erhebung stellte überdies fest, dass Farbblindheit fünfmal häufiger bei Männern vorkommt als bei Frauen, die nur in ganz seltenen Fällen unter dieser »Zeitkrankheit« leiden. Empfindlichkeit der Netzhaut für Farbeindrücke und Farbensinn sind im Gehirn der Frau eindeutig stärker entwickelt als beim Mann. Daher kommt der Traumpsychologe zu folgenden Schlüssen:

Da die Frau einen höheren Grad der Farbempfindlichkeit besitzt als der Mann, stellen sich bei ihr *Farbträume* auch dann

ein, wenn der Mann nur schwarzweiß träumen würde. Da das Phantasie- und Empfindungsleben der Frau viel lebhafter funktioniert, träumt die Frau nicht nur häufiger und intensiver, sondern auch viel häufiger in Farben, als der Mann es jemals vermöchte.

Farben – Wellenschwingungen des Lichts, gebrochene Lichtstrahlen auf einer Oberfläche – sind immer psychische Erlebnisse. Wenn sie aus unserem Innenleben im Traum an die Oberfläche zurückkehren, wenn Farben Ausdrücke von gewissen Zuständen unseres Innenlebens sind, dann können wir in den Farben, die im Traum gesehen werden, Aussagen erkennen, die über wichtige psychische Vorgänge Aufschluss geben. Die Bedeutung der einzelnen Farben sind im lexikalischen Teil dieses Buches erklärt.

Wie mit den Farben verhält es sich auch mit den Gerüchen. Es gibt ausgesprochene Geruchsträumer. Wenn auch die Traumwelt keine Grenzen von Zeit und Raum kennt, so ragen doch Farben, Gerüche und Gefühle in das Unterbewusstsein hinab und werden im Traum »erlebt«.

Frauen träumen auch häufiger unangenehmere Dinge als Männer. Ihre Träume werden von Angstgefühlen und Alldrücken bestimmt. Wenn dies plötzlich auftritt, so ist der Grund zumeist in einer Störung des Kreislaufes zu suchen. Frauen neigen auch bei Voll- oder Neumond zu lebhafter Traumbildung, selbst wenn sie sich an die einzelnen Traumbilder nachträglich nicht mehr erinnern können.

Auch »*musikalische*« Träume treten bei Frauen viel häufiger auf als bei Männern. Das ist nicht weiter verwunderlich, denn wir wissen, dass Farben und Töne eng miteinander verwandt sind und oft das eine für das andere stehen kann.

An dieser Stelle sei noch einmal eine Auswahl der verschiedenen Traumkategorien angeführt, wobei ihre Typik und ihr Auftreten vermerkt werden sollen:

- *Aggressionsträume*

Die träumende oder eine dritte Person fügt einem anderen (meist unliebsamen) Menschen Schaden zu: bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen.

- *Akustische Träume*

Sie werden vorwiegend durch äußere Reize hervorgerufen: bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen; wogegen ausgesprochene Musikträume meist nur bei Frauen auftreten.

- *Angsträume*

Sie können verschiedene Ursachen und je nach Alter verschiedene Symbole haben: bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen.

- *Entlastungsträume*

In solchen Träumen kommt das verdrängte Unterbewusstsein (das oft bis in die früheste Kindheit zurückreicht) an die Oberfläche, und der Traum schafft ein Ersatzbild (eine Wunscherfüllung), das im wachen Zustand nicht erlebt werden kann: bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen.

- *Fallträume*

Die träumende Person glaubt, in einen unendlichen Abgrund zu fallen: bei Kindern ab zehn Jahren, Jugendlichen, vereinzelt auch bei Erwachsenen.

- *Farbträume*

Die träumende Person sieht nicht nur schwarzweiße, sondern farbige Bilder: vorwiegend bei Frauen, auch künstlich, nach Einnahme von Rauschmitteln, hervorzurufen.

- *Flugträume*

Die träumende Person kann ohne oder mit technischen Hilfsmitteln durch die Lüfte fliegen: vor allem bei Kindern vom zehnten Lebensjahr an.

- *Geburtsträume*

Das Unterbewusstsein übersetzt den Vorgang der (meist schweren) Geburt in die Symbolsprache des Traumes («Mein Kopf wird mit einer Mistgabel aufgespießt» = Zangengeburt): bei Kindern vom zehnten Lebensjahr an, aber auch bei Jugendlichen und Erwachsenen.

- *Geruchsträume*

Die träumende Person nimmt einen oder mehrere intensive Gerüche wahr: vorwiegend bei Frauen; solche Träume können aber auch künstlich hervorgerufen werden, indem man eine stark riechende Essenz an die Nase des Träumenden hält (äußerer Reiz).

- *Hexen- und Gespensterträume*

Die Hexe ist ausschließlich als Symbol für ein tatsächlich existierendes weibliches Wesen anzusehen, während das Gespenst sowohl weiblich als auch männlich sein kann: häufig bei Kindern, weniger häufig bei Jugendlichen, selten bei Erwachsenen.

- *Identifizierungsträume*

Die träumende Person glaubt, eine andere (meist historische) Persönlichkeit zu sein: selten bei Kindern, häufiger bei Jugendlichen, seltener bei Erwachsenen.

- *Musikträume*

Man glaubt, einzelne Töne oder auch ganze Musikstücke zu hören: vorwiegend bei Frauen.

- *Reinkarnationsträume*

Die betreffende träumende Person glaubt, schon einmal gelebt zu haben, also in ihrem jetzigen körperlichen und geistigen Zustand wiedergeboren zu sein: selten, meist bei Kindern unter neun Jahren.

- *Sexualträume*

Sie entstehen vielfach aufgrund kurz zuvor erlebter sexueller Tätigkeit, aus Wunschvorstellungen oder aus dem Blutkreislauf, inneren und äußeren Reizen: bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, jeweils differenziert.

- *Schneideträume*

Die Folge unbewusster Kastrationsangst: hauptsächlich bei Jungen, seltener bei Mädchen, im Alter von fünf bis sieben Jahren.

- *Tierträume*

Männliche Tiere (Löwe, Tiger, Wolf, Hund usw.) sind von weiblichen (Spinne, Kuh) zu unterscheiden: sowohl bei Kleinkindern als auch bei Jugendlichen, seltener bei Erwachsenen.

- *Todesträume*

Die träumende Person erlebt entweder den eigenen, häufig jedoch den Tod einer nahestehenden Person, deren Tod sie im Unterbewusstsein insgeheim wünscht, weil sie ihr bei der Wunscherfüllung im Wege ist; der Träumende kann dies jedoch im wachen Zustand tief bedauern: bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, entsprechend differenziert.

- *Urträume*

Hier spielen Drachen und Urlandschaften eine Rolle: fast ausschließlich bei Kleinkindern bis zu sechs Jahren.

- *Warträume*

Symbolhaft kann eine beginnende Krankheit angezeigt werden; es können aber auch seelische Komplikationen, die möglicherweise aus frühkindlicher Zeit stammen, zum Ausdruck kommen: bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen.

- *Wahrträume*

Die träumende Person erfährt von Dingen und Zuständen, die tatsächlich zu gleicher Zeit an einem anderen Ort stattfinden oder die später Wirklichkeit werden: selten bei Kindern, jedoch bei Jugendlichen und Erwachsenen, meist in Verbindung mit nahestehenden Personen.

- *Zwangsträume*

Die Person vermag Traum und Wirklichkeit nicht zu trennen und lässt sich kurz nach dem Erwachen zu anscheinend sinnlosen Dingen hinreißen – obwohl sie den Unterschied

zwischen Traum und Wirklichkeit kennt: vor allen Dingen bei Jugendlichen im Alter zwischen dreizehn und sechzehn Jahren.

Wenden wir uns nun der wissenschaftlich messbaren Seite des Traumes zu. Die Bewusstseinsveränderung beginnt mit der Müdigkeit und dem Verlust des Wachbewusstseins und endet mit dem Tiefschlaf. Dabei sind die einzelnen Phasen dieser Veränderung nur schwer voneinander zu trennen. Wir beginnen uns von der äußeren Wirklichkeit zu trennen, wenn uns die Augen vor Müdigkeit zufallen, wobei wir all das, was um uns herum geschieht, nur undeutlich wahrnehmen. Bilder aus dem Bereich des erlebten Wachseins, der Vergangenheit, drängen sich uns auf. Diese unterscheiden sich aber oft genug erheblich von den Traumgesichten, die unlogisch und sprunghaft erscheinen und keinen Bezugspunkt haben zu den Dingen, die wir kennen, beurteilen oder messen können oder zu messen versuchen. Das Traumerlebnis geht in seiner Phantastik meist über die natürliche Gesetzmäßigkeit, der wir im Zustand des Wachens unterworfen sind, hinaus. Gefühle werden in uns wach, die wir sonst nicht kennen. Diesen Zustand als Teil des Schlafes nennen wir Traum.

Die wissenschaftliche Traumanalyse versucht nun, das Traumerlebnis in einen logischen Zusammenhang mit dem Träumenden zu bringen, also das zu verwerten und auszudeuten, an das sich der Erwachende erinnern kann. In der Regel vermag sich der aus seinen Träumen in den Alltag zurückkehrende Mensch nur mit größter Mühe an Einzelheiten seines Traumerlebnisses zu erinnern und kann nur wenige Dinge erzählen, denn unser Erinnerungsvermögen besteht vorwiegend

darin, nur die logische Struktur erlebter Dinge wiedergeben zu können. Die Träume aber unterliegen nicht dieser Gesetzmäßigkeit, abgesehen von der Tatsache, dass manche Traumergebnisse dem Menschen so unfassbar erscheinen, dass das wache Bewusstsein sich daran überhaupt nicht mehr erinnert. Darin liegt die Schwierigkeit der Traumanalyse begründet, weil diese auf das Erinnerungsvermögen des wachen Menschen angewiesen ist, der die im Traum erlebten Dinge nur unvollkommen wiedergeben kann.

Die Wissenschaft hat nun physikalische Messgeräte und chemische Analysen von ungeheurer Feinheit und Genauigkeit entwickelt, mit deren Hilfe nachgewiesen werden kann, wann und mit welcher Intensität ein Mensch träumt. Man fand Hinweise dafür, dass Träume möglicherweise im Schlaf die für Gehirn und Muskeln notwendigen und im Körper gespeicherten Stoffe mobilisieren können. Versuche an Menschen deuten darauf hin, dass die Spiegel von Hormonen wie Adrenalin und ACTH während des Träumens ansteigen. Von diesen Hormonen weiß man aber, dass sie Fett und Zuckerspeicher im Organismus aktivieren können. Die Tatsache, dass Träume die Ausschüttung gewisser Hormone anregen, könnte das Auftreten gewisser kardialer Zwischenfälle zur Nachtzeit erklären, Zwischenfälle also, bei denen sich der Rhythmus des Herzschlages ändert. Die Ausschüttung von Adrenalin und Noradrenalin würde das Herz zu stärkerer Arbeit anregen und auf diese Weise den schmerzhaften Zustand einer nächtlichen Angina pectoris zur Folge haben. Andererseits könnte dem Traum bei anderen Erkrankungen infolge der Ausschüttung von Nebennierenrindenhormonen wie Kortison eine Schutzfunktion zukommen, wie etwa beim Bronchialasthma.

Die feinen elektrischen Tätigkeitsäußerungen des Gehirns können durch das Elektroenzephalogramm, kurz EEG genannt, gemessen werden. Dieses Gerät funktioniert in der Weise, dass auf der Kopfhaut des Patienten Elektroden angebracht werden. Diese sind über einen Verstärker mit einem Schreibsystem verbunden. Durch die aufgezeichnete Kurve werden die Spannungsschwankungen, die elektrischen Impulse, die das Gehirn aussendet, sichtbar und können abgelesen werden.

Bei einem wachenden Menschen werden die Betawellen, die mit einer Frequenz von 15 bis 20 Schwingungen pro Sekunde auftreten, gemessen. Je mehr die Versuchsperson in einen Schlafzustand hinübergleitet, desto langsamer wird die Frequenz dieser Wellen. An dem untätigen, doch noch wachen Gehirn zeigen sich sodann die sogenannten Alphawellen mit einer Frequenz von 8 bis 12 Schwingungen in der Sekunde, die im leichten Schlaf auf 4 bis 8 pro Sekunde und im Tiefschlaf noch weiter absinken können.

Der Schläfer, der zunächst EEG-Wellen mit einer Frequenz von 4 bis 6 Schwingungen pro Sekunde sendet, strahlt in dem Augenblick, in dem er zu träumen beginnt, überraschenderweise wieder Betawellen aus, die sonst ja nur im Wachzustand auftreten.

Ferner wurde festgestellt, dass es im Schlafverhalten des Menschen kurz andauernde Phasen gibt, die durch motorische Unruhe gekennzeichnet sind. Die Schlaftiefe unterliegt zyklischen Schwankungen. Dabei wurde beobachtet, dass im Zuge eines ununterbrochenen achtstündigen Schlafes bei einer Versuchsperson das EEG ungefähr fünfmal für die Dauer von zehn bis sechzig Minuten Betawellen anzeigt, die dem Wachzustand

entsprechen. Prüft man in solchen Phasen des elektroenzephalographischen Wachseins das äußere Verhalten der jeweiligen Versuchsperson, so stellt man fest, dass sie tief schläft und nur mit Mühe geweckt werden kann.

Die Wissenschaft nennt die Schlafphase, in der Betawellen nachgewiesen werden können, wegen ihres Widerspruchs zwischen schlafendem Verhalten und wachartigem EEG »paradoxen Schlaf«, bei dem Muskelzuckungen und schnelle Augenbewegungen auftreten. Dabei sind die Salven schneller Augenbewegungen in augenfällig hohem Maße mit entsprechenden Traumerlebnissen verbunden. Durch die gleichzeitige Ableitung des Elektroenzephalogramms (EEG), des Elektromyogramms (EMG) und des Elektroofkuloogramms (EOG) ist es möglich, alle motorischen Begleiterscheinungen des paradoxen Schlafs objektiv zu erfassen.

Das geschilderte Phänomen ist folgendermaßen zu erklären: Die langsameren Alphawellen im EEG kommen dadurch zustande, dass die in der Großhirnrinde liegenden Zellen gemeinsam im gleichen Rhythmus erregt werden, wobei jede Zelle ungefähr zehnmal pro Sekunde angeregt wird. Sinkt die Frequenz unter acht Schwingungen pro Sekunde, verliert sich die Beziehung zur Außenwelt. Das wache Bewusstsein aber ist dadurch gekennzeichnet, dass die Zellen unabhängig voneinander zu verschiedenen Zeiten tätig werden. Diese sind durch Nervenbahnen miteinander verbunden, die alle Teile der Hirnrinde in Kontakt und in Wechselwirkung bringen. Erst wenn alle Zellen etwas Verschiedenes tun, entsteht geistige Leistung – so wie in einem Fertigungsprozess verschiedene Handgriffe erst das Endprodukt entstehen lassen.

Weckte man einen Schläfer, bei dem die Hirnwellen auf

einen paradoxen Schlafzustand hinwiesen, gab dieser folgerichtig an, geträumt zu haben, und konnte in den meisten Fällen seinen Traum auch erzählen. Eine Person, bei der im paradoxen Schlaf regelmäßige rhythmische Augenbewegungen festgestellt worden waren – und zwar in horizontaler Richtung –, gab an, im Traum einem Tennisspiel zugesehen zu haben; wogegen eine andere Person, bei der rhythmische Augenbewegungen in vertikaler Richtung nachgewiesen werden konnten, nachher erzählte, sie sei eine Treppe hinaufgegangen. Ähnlich dem Wachzustand wiesen fast alle untersuchten Träume eine logische Struktur auf.

Zwischen Traumgehalten und schnellen Augenbewegungen besteht also ein qualitativer Zusammenhang, wobei die Amplitude der schnellen Augenbewegungen abhängig ist von der Intensität des Traumerlebnisses. Wenn schnelle Augenbewegungen mit hoher Amplitude im EOG aufgezeichnet werden, dann kann man sicher sein, dass die Versuchsperson aktiv, also als handelnde Person, am Traumgeschehen teilnimmt. Wenn dagegen die Amplitude der schnellen Augenbewegungen klein bleibt, so ist der Träumende nur passiv, also als Beobachter, am Traumgeschehen beteiligt. Die Wissenschaft unterscheidet aus diesem Grund »aktive« und »passive« schnelle Augenbewegungen.

Es soll nicht unerwähnt bleiben, dass auch Atmung, Herzfrequenz und Blutdruck eindeutig auf Traumerlebnisse reagieren. Veränderungen dieser Art sind verhältnismäßig einfach mit den modernen technischen Geräten zu messen, die der Medizin zur Verfügung stehen.

Wenn wir nun versuchen wollen, unsere eigenen Träume oder die anderer Personen mithilfe dieses Traumsymbolbuches zu

deuten, so müssen wir nebenher die verschiedenen Voraussetzungen und Umstände ergründen und in Betracht ziehen. Es kann sich um Fieberträume handeln oder um solche, die von einem überfüllten Magen herrühren. Sind Träume durch äußere Reize (Geräusche, Abgleiten der Bettdecke, Licht und Geruchsreize) entstanden, so handelt es sich lediglich um Schlafschutzträume, bei denen wir keinen hintergründigen Sinn suchen sollten.

Größere Aufmerksamkeit sollten wir dagegen den *Warnträumen* widmen, bei denen die Bilder manchmal sehr deutlich sind, wenn man die Symbole richtig zu lesen versteht. Beim *Tiefentraum* sollten wir zuerst einmal versuchen zu ergründen, in welcher Beziehung der Traum zu allerjüngsten Tagesereignissen stehen könnte. Wenn man erst eine Verbindung hergestellt hat, werden auch meist die Traumsymbole eindeutiger und lesbarer. Ist aber der Tiefentraum nicht mit bekannten oder von der Person erinnerlichen Ereignissen zu verbinden, so müssen wir versuchen, alle Einzelheiten des Traumes näher zu erfragen und aufzuzeichnen, eventuell auch nahestehende Personen des betreffenden Menschen über dessen Gewohnheiten, einsetzende Charakterveränderungen nach bestimmten Erlebnissen oder Kindheitsbegebenheiten zu befragen. Erst wenn wir möglichst viele Einzelheiten erfahren haben, können wir versuchen, das jeweilige Traumerlebnis mithilfe des Traumsymbollexikons zu deuten. Manchmal, in ernsteren Fällen, wird es besser sein, einen erfahrenen Psychotherapeuten zurate zu ziehen.

In jedem Fall aber sollte man objektiv, möglichst neutral und sachlich mit der Analyse beginnen; denn es kann der Sache kaum förderlich sein, wenn wir alles so ausdeuten, wie es

uns gerade passt, oder wenn wir die Traumsprache in einer Art deuten und interpretieren, wie es sich gerade ergibt. Aus diesem Grund ist die Analyse eigener Träume äußerst schwierig, da die meisten sich selbst gegenüber kaum ein neutraler Schiedsrichter sein können. Welcher Angeklagte würde sich schließlich selbst verurteilen?

Das *Lexikon der Traumsymbole* wurde unter Berücksichtigung verschiedener alter Traumbücher und Quellen (ägyptischen, arabischen und mittelalterlichen Ursprungs), der Deutungen, die sich in den französischen »Sciences occultes« finden, der modernen Psychoanalyse und aus eigener praktischer Erfahrung zusammengestellt. Dabei muss betont werden, dass nicht jeder Traum mithilfe dieses Lexikons erklärt und gedeutet werden kann, dass man sich auch nicht in jedem Fall blindlings der Symbole bedienen darf, die hier angeboten und interpretiert werden. Sind auch zahlreiche Gemeinsamkeiten der Traumsymbole bei vielen Völkern aller Zeiten eindeutig festzustellen, so darf nicht übersehen werden, dass der einzelne Mensch seine eigene, höchstpersönliche Traumsprache entwickeln kann. Das hängt nicht zuletzt auch von seinem Intelligenzquotienten ab. Je nach der Psyche des Träumers ist es möglich, dass er sich im Traum gewisser Symbole bedient, die ganz besonders raffiniert verschlüsselt sind und die sich nur schwer dechiffrieren lassen. Man muss sich also, ehe man an die Deutung geht, auch über die seelischen Eigenarten des Träumers ein Bild machen. In diesen Fällen ist zu empfehlen, ein eigenes *Traumsymbolbuch* anzufertigen, um sich gegebenenfalls erinnern zu können, Aufzeichnungen zu vergleichen und möglichst viele Träume zu notieren.

Am zweckmäßigsten ist es, sofort nach dem Erwachen

seine Träume in Stichworten aufzuschreiben oder auch ausführlich zu Papier zu bringen und alle Einzelheiten zu notieren. Das sollte sogleich geschehen, nachts oder morgens, sobald man aus einem Traum erwacht; denn die Erfahrung hat gelehrt, dass Traumbilder sich sehr schnell verflüchtigen und aus dem Bewusstsein schwinden oder aber in ihrem Zusammenhang undeutlicher werden. Besonders Namen und Zahlen werden schnell vergessen, und schon nach einigen Minuten des Wachseins ist man nicht mehr in der Lage, eine genaue Zahlenfolge zu rekonstruieren. Zu jedem niedergeschriebenen Traum sollte notiert werden, welche Indizien für eine bestimmte Traumgruppe sprechen: ob es sich um einen Reiz oder einen Warntraum handelt, ob das Traumerlebnis den Oberflächen-Tiefenträumen oder den wichtigen großen Tiefenträumen zuzuordnen ist. Nach einigen Tagen sollten wir noch einmal die Aufzeichnungen zur Hand nehmen und überprüfen, ob die erste spontane Deutung richtig gewesen ist oder ob eine andere Auslegung wahrscheinlicher wäre.

Ein weiterer Vorteil der Aufzeichnungen von Träumen liegt auf der Hand: bei Wiederholungs- und Serienträumen kann man vergleichen – und wenn man allein nicht mehr weiterkommt, können diese Aufzeichnungen eine wertvolle Hilfe für geschulte Traumforscher sein, damit die von uns vielleicht übersehenen Zusammenhänge aufgedeckt werden können. Nicht immer sind wir uns selbst gegenüber kritisch genug, dass wir auch für uns unangenehme Dinge und Deutungen gelten lassen; hingegen können wir sicher sein, dass ein unparteiischer Schiedsrichter darauf keine Rücksicht nehmen wird und bemüht ist, die volle Wahrheit ans Licht zu bringen.

In manchen Fällen ist es auch ratsam, die eigenen Träume

zu zeichnen, weil Träume sich auch in Bildern darstellen und manche Bilder sich nur schwer mit Worten beschreiben lassen. Alle Aufzeichnungen sollten mit entsprechenden Daten versehen werden, um später feststellen zu können, in welchen Zeitabständen gleiche oder ähnliche Träume auftauchen.

Ebenfalls zu empfehlen ist das Anlegen eines sogenannten *Nächtebuches*, in dem die Gedanken notiert werden sollten, die uns im Zusammenhang mit den Träumen kommen. Es ist oft verblüffend, welche Gedanken nachts auf uns einströmen und welche Ideen uns kommen, die wir vielleicht am anderen Morgen wieder vergessen haben. Derjenige, der sich mit der Deutung von Träumen beschäftigt, sollte sich mit dem nötigen Ernst und angemessener Distanz, die ihm auch Kritik erlaubt, an die Arbeit machen. Das alphabetisch geordnete Verzeichnis der Traumsymbole soll eine erste Anleitung und Hilfe geben. Dabei betone ich noch einmal, dass kein Symbol so feststeht, dass es nicht durch andere Symbole ersetzt werden könnte.

Auf eine besondere Kategorie von Träumen sollte zum Schluss noch hingewiesen werden: die *Trostträume*, die sich bei schweren Krankheiten einstellen können. Diese können in wunderbaren Farben erlebt werden und äußerst schöne Bilder entstehen lassen. Wenn wir um eine solche Voraussetzung wissen, sollten wir uns keine allzu große Mühe geben, diese Träume zu untersuchen oder zu deuten; denn sie haben meist keinen anderen Zweck, als ein wohltuendes Trugbild vorzugaukeln, mit dem sich die Seele tröstet.

Um eigene und fremde Träume besser und geordneter aufzuzeichnen, empfiehlt sich ein kleiner *Fragebogen*, der vervielfältigt werden kann und in den man alle wichtigen Notizen

und Bemerkungen eintragen soll. Sie finden einen solchen Fragebogen nachstehend abgedruckt, der in der wissenschaftlichen Traumdeutung jedoch viel umfangreicher ist. Mit dem Nachschlagen im lexikalischen Teil sollte erst dann begonnen werden, wenn alle Fragen beantwortet sind.

Fragebogen zur Traumdeutung

Zeitpunkt des Traumes

Tag: _____ Nacht vom _____ zum _____

Uhrzeit (ungefähr): _____

Bald nach dem Einschlafen: _____

Spät in der Nacht: _____

Vor dem Erwachen am Morgen: _____

Grundidee (in Stichwörtern): _____

Einzelheiten (Handlung, vorkommende Personen, Gegenstände, Zusammenhänge): _____

Nahrungsmittel

Hauptgericht der wichtigsten Mahlzeit des vorangehenden Tages:

Speisen, die am Abend vor der Traumnacht gegessen wurden: _____

Nebenspeisen oder Genussmittel, die in größeren Mengen als normalerweise konsumiert wurden (Kaffee, Tabak, Alkohol): _____

Gesundheitszustand

Liegt eine körperliche Verunstaltung vor: _____

Wird der Träumende von gesundheitlichen Beschwerden geplagt:

Chronisch: _____

Seit einiger Zeit: _____

Neuerkrankung: _____

Bestanden in der Traumnacht gesundheitliche Beschwerden (Fieber, z. B. im Zusammenhang mit einer Erkältung; Frauen müssen unbedingt angeben, ob die Periode in die Traumzeit fällt oder ob Unruhe wegen einer Verzögerung der Periode bzw. einer möglichen Schwangerschaft herrscht):

Deutung des Traumes

Erinnert der Traum, nach Stichwörtern festgehalten, an eine bestimmte Begebenheit, die sich tatsächlich ereignet hat? Welche Zusammenhänge bestehen zwischen der Erinnerung und dem Traumgeschehen: _____

Wie erklärt sich der Träumer seinen Traum: _____

Wurde schon einmal etwas Ähnliches geträumt: _____

Wann: _____

Mehrfach: _____

Mit welchen Abweichungen: _____

In welche Kategorie fällt der Traum vermutlich: _____

Was ist daraus tatsächlich mithilfe des Traumsymbollexikons abzulesen – wie kann der Traum gedeutet werden: _____

Welche zusätzlichen Traumsymbole traten auf, die im Lexikon nicht zu finden sind: _____

ZWEITER TEIL

Traumanalysen

1. Geburtsträume

»Ich ging – oder schwebte vielmehr – durch einen schmalen Felsspalt. Es dauerte sehr lange, bis ich wieder ans Tageslicht kam. Über dem Ausgang stürzte ein Wasserfall herab. Ich trat seitlich heraus und entfernte mich von der Felsspalte. Plötzlich waren – wie aus dem Boden gestampft – mehrere Männer da, die vor mir den Hang hinaufkletterten.«

Der sechzehnjährige Ingo Sch., der wegen Bettnässens in ärztliche Behandlung kam, gab bei seiner Traumschilderung weiter an, dass die Spalte schmaler war als er, dass sie vor ihm auseinanderglitt und sich hinter ihm wieder schloss. Dabei hatte er das Gefühl, dass es innerhalb der Spalte schöner war als außerhalb, wo ein trüber Tag herrschte und es nasskalt war.

Die in diesem Traum geschilderten Erlebnisse verweisen eindeutig auf einen Geburtstraum, wobei es bezeichnend für die allgemeine Lebensangst des Patienten ist, dass er sich innerhalb der Spalte (im Mutterleib) geborgen fühlt und sich außerhalb (in der Welt) nicht zurechtfinden kann. Es ist immer wieder erstaunlich, wie sich in späteren Träumen die Empfindungen des Kindes vor oder während der Geburt widerspiegeln, welche Erlebnisspuren (im Unterbewusstsein) dieser Vorgang hinterlässt und wie diese sich später in den Träumen äußern.

»Jede Nacht schrecke ich zwei- bis dreimal aus dem Schlaf empor. Immer sind es Angstträume, die mich quälen und die wohl mit meinem Beruf zusammenhängen. Immer sehe ich riesengroße Betten auf mich zukommen. Dabei habe ich das Gefühl, die Atmung würde aussetzen und ich würde erdrückt. Dann erwache ich schweißgebadet.«

Diese Albträume des achtundzwanzigjährigen Automechanikers Bruno K. haben sicher nur indirekt mit seinem Beruf zu tun. Er konnte bei seiner Erzählung nicht angeben, warum er in diese Angstträume verfiel. Auch seine frühesten Kindheits-erinnerungen, die ihm noch gegenwärtig waren, konnten keinen Aufschluss geben. Eine Befragung der noch lebenden Mutter ergab, dass Bruno K. sich an ähnliche Träume vor seinem zwanzigsten Lebensjahr nicht erinnern konnte.

Nach seiner Schulzeit arbeitete er zuerst als Tankwart und absolvierte dann eine Lehre als Kraftfahrzeugmechaniker. Von nun an arbeitete er vorwiegend unter dem Auto liegend. Die erdrückende Enge, die dort herrschte, muss im Unterbewusstsein das »schlummernde« Trauma seiner Geburt, bei der sein Kopf in starkem Maße gedrückt und deformiert worden war, »erweckt« haben. Die Deformation seiner Kopfform bildete sich in den ersten Lebensmonaten zurück, was zu einer normalen Kopfform führte.

2. Frühkindliche Traumata

»Irgendetwas bewegt sich in großen Kreisen um mein Gesicht. Dann werden die Kreise immer kleiner und schneller, immer schneller und beängstigender. Plötzlich stürzt etwas mit einem brausenden Geräusch auf mich zu. In diesem Augenblick erwachte ich mit einem Aufschrei.«

Anne S. ist zweiundzwanzig Jahre alt und Studentin. Mit einigen Bekannten war sie nach Norwegen gefahren. Drei Wochen lang lernten sie Land und Leute kennen, und da sie wenig Geld besaßen, schliefen sie in Zelten und aßen unregelmäßig. Völlig erschöpft und mit hohem Fieber kam Anne S. wieder nach

Hause. Nachdem sie ihren ersten Heißhunger gestillt hatte, legte sie sich zu Bett und schlief gleich ein, fuhr aber nach kurzer Zeit mit einem gellenden Aufschrei aus ihren Träumen auf. Sie setzte sich in ihrem Bett auf, konnte sich nicht besinnen, wo sie war, und zitterte vor Angst. Dies wiederholte sich mehrere Male. Als Anne S. wieder einigermaßen bei Kräften war, erzählte sie ihren Traum ihrer Mutter, die spontan erwiderte: »Ich habe es dem Vater immer wieder gesagt, dass er das nicht tun solle.«

Wie sich herausstellte, hatte der Vater bei dem wenige Tage alten Säugling, um dessen Aufmerksamkeit auf sich zu lenken und eine Reaktion zu erzielen, sich an das Bett gestellt und mit der Hand erst große, dann immer kleiner werdende Kreise vor dem Gesicht der kleinen Anne gezogen, indem sich seine Hand immer näher auf das Kind zubewegte. Diese Bewegungen endeten damit, dass er mit einem zischenden Geräusch Anne plötzlich unter dem Kinn kitzelte. Die Mutter konnte sich noch genau daran erinnern, wie das Kind jedes Mal erschreckt zusammengesuckt war. Die zweiundzwanzigjährige Studentin konnte sich selbstverständlich daran nicht mehr erinnern.

Dieser Fall zeigt sehr eindringlich, dass frühkindliche Traumata vergessen werden, in späteren Jahren aber in den Träumen der Erwachsenen wieder hervorbrechen können. Der auslösende Faktor bei Anne S. war ihre totale Erschöpfung gewesen.

Der Fall der fünfundzwanzigjährigen Claudia B. muss zusammenfassend betrachtet werden. Sie hatte eine unerklärliche Angst vor Dunkelheit und schreckte nachts öfter aus dem

Schlaf auf. Sie klagte über Schwindelgefühl und über ständige Müdigkeit. Wenn sie im Bett lag, quälte sie das Gefühl, ihren Kopf nicht heben zu können. Auch gab sie an, unter Platzangst zu leiden, besonders in engen Straßen und Alleen, weil sie befürchtete, Häuser und Bäume könnten in halber Höhe abknicken, auf sie herabstürzen und sie unter sich begraben.

Die nächtlichen Ängste steigerten sich zu einer Neurose, als die Mutter von Claudia B. starb. Zu diesem Zeitpunkt war Claudia zweiundzwanzig Jahre alt. Befragt über ihre Kindheitserinnerungen, konnte sie keine Angaben machen, die auf ein frühkindliches Trauma hätten schließen lassen. Nach längerem Suchen konnte das frühere Kindermädchen ausfindig gemacht werden, das sich an folgende Einzelheiten erinnerte:

Claudias Mutter hatte nach der Geburt ein Kindbettfieber durchgemacht. Aus diesem Grund verbrachte der Säugling seine ersten sechs Lebenswochen in einem Krankenhaus, ohne in Kontakt mit der Mutter zu kommen. Dort habe sie fast ununterbrochen geschrien. Als Claudia dann nach Hause kam, war sie so geschwächt, dass sie kaum mehr den Kopf heben konnte. Claudia galt als »Schreikind«. Nach einiger Zeit gewöhnte sie sich das ständige Schreien ab.

Aus der extrem unglücklichen Situation der ersten Lebenswochen und den immer wiederkehrenden Rückerinnerungen an die traumatischen Erlebnisse im Krankenhaus ohne die mütterliche Fürsorge und Wärme resultierten alle späteren Erscheinungen wie Aufschrecken, Körpersensationen, Dunkelangst und das Gefühl, den Kopf nicht heben zu können. Diese Ängste wurden permanent deutlich, wenn Dunkelheit, Müdigkeit und herabgesetzte Bewusstseinskontrolle in der Nacht eintraten. Die Häuser in ihren Träumen, die abzuknicken

drohten, waren weiß – das waren die Ärzte, die zur Visite gekommen waren und sich über das Bett des Säuglings gebeugt hatten.

Bezeichnend ist der Zeitpunkt, zu dem diese Angstträume deutlicher und intensiver wurden: der Tod der Mutter. Ihr Fehlen in den ersten Lebenswochen führte bei Claudia zu traumatischen Unlustreizen, denen sie in dem Krankenhaus ausgesetzt war. Claudia beruhigte sich, als die Mutter sich um sie kümmern konnte, als sie ihre Wärme spürte und sich geborgen fühlte. Beim Tod der Mutter wiederholte sich symbolisch die frühkindliche Traumatisierung bei dem inzwischen zweiundzwanzig Jahre alt gewordenen Mädchen, wobei die alten Ängste mit großer Intensität wieder hervorbrachen.

Ihr behandelnder Arzt benötigte nur acht Stunden, um sie von ihren fürchterlichen Angstzuständen zu heilen. Er erklärte ihr die Symptome, worauf sehr bald die Ängste wichen. Der Hospitalismus, der sich bei Claudia B. als frühkindliches Trauma festgesetzt hatte und sich bis zur Neurose steigerte, konnte völlig geheilt werden.

3. Drachen und Tierträume

»Ich war in einem großen Wald, und da war es sehr dunkel. Die Blätter in den Bäumen waren ganz groß und dick. Von den Bäumen hingen lange Schläuche, die fast bis zur Erde reichten. Weil der Boden ganz nass war, habe ich mich an einen solchen Schlauch gehängt und bin über den Boden geschwebt. Plötzlich war da ein ganz großer Berg. Überall schrien Tiere. Die konnte ich nicht sehen, weil die Bäume so dicht waren. Der Berg war höher als die Bäume ringsum. Als ich auf den Berg klettern wollte, bewegte er sich. Der Berg war auf einmal ein ganz großes Tier, das auf

seinem Rücken viele Stacheln hatte. Aus dem Mund dampfte es ganz wild wie eine Lokomotive. Wenn sich das Tier bewegte, zitterte die ganze Erde. Dabei hat es immer geregnet. Als ich aufwachte, hat mich Mami mit einem Handtuch abgetrocknet, weil ich doch ganz nass geworden bin.«

Wolfgang W. ist vier Jahre alt. Ein Einzelkind, das keinen Kindergarten besucht. Aus erzieherischer Überzeugung hatten ihm die Eltern keine Märchen, Sagen oder Gruselgeschichten erzählt. Ein Fernsehgerät ist in der Familie nicht vorhanden. Als Wolfgang die Bezeichnung Drache hörte, wusste er nichts damit anzufangen. Auch von Urlandschaften oder Naturkatastrophen hatte er niemals vorher gehört.

Dieser Traum des kleinen Wolfgang beweist eindeutig, dass in Kindern Urvorstellungen vorhanden sind. Nach Auffassung vieler moderner Wissenschaftler stellt der Traum des Menschen ein Relikt aus früheren stammesgeschichtlichen Entwicklungsstufen unseres Seelenlebens dar.

Wolfgang hatte sich erkältet und hatte deshalb erhöhte Temperatur. In seinem Fiebertraum hatte er geschwitzt, sodass er beim Erwachen tatsächlich glaubte, er sei von dem Regen, den er im Traum gesehen hatte, nass geworden. Die Mutter trocknete ihn mit einem Handtuch ab, so wie sie es immer tat, wenn Wolfgang aus der Badewanne kam oder wenn er einmal vom Regen durchnässt worden war.

»Auf meinem Heimweg entdeckte ich im Traum, wie sich eine kleine dicke Schlange langsam auf mein Elternhaus zubewegte. In der folgenden Nacht befand ich mich im Traum wieder auf dem gleichen Weg. Jetzt war es aber eine viel größere und dickere Schlange, die sich durch unseren

Gartenzaun zwängte. Ich hörte, wie sie sich die Treppe hinaufschlängelte und dann oben eine Tür öffnete. Da kam mein Bruder nach Hause. Ich wollte ihn warnen; aber es war schon zu spät. Er hielt die Schlange in der Hand und zerdrückte sie fast. Doch die Schlange war jetzt gar nicht mehr hässlich, sondern hatte wundervoll schillernde Farben.«

Erotisch-sexuelles Denken ist in der vierundzwanzigjährigen Marlies K. erwacht, zunächst noch zaghaft – das Symbol der kleinen Schlange –, dann stärker zunehmend, durch die dickere Schlange dargestellt. In ihrem Elternhaus sieht sie das Sinnbild ihrer eigenen Person. Das Öffnen der Tür durch die Schlange ist ein sicheres Zeichen für vorhandene Liebesbereitschaft (Öffnen einer unbekanntenen Tür). Der Bruder ist in ihrem Traum nur eine mahnende Besinnungserscheinung auf sich selbst. Wahrscheinlich sträubt sie sich im Augenblick noch gegen die erwachenden Gefühlsregungen. Das Zerdrücken der Schlange ist ein Zeichen der Angst vor der Problematik des Empfindens. Aber die Schlange wird schöner, ein Zeichen, dass das natürliche Verlangen in ihr die Oberhand gewinnt.

»Im Traum befand ich mich in einem mir gänzlich unbekanntem Haus. Es stand ganz allein in einer unendlichen Ebene. Es war sehr hell draußen. Man konnte aber keine Sonne sehen. Plötzlich hörte ich einen Schrei. Ich sah zum wolkenlosen Himmel auf, und von dort sprang ein Tiger auf die Erde hinab. Noch bevor ich die Tür hinter mir schließen konnte, hatte der Tiger bereits eine Tatze dazwischengestellt. Nach einiger Mühe gelang es mir aber doch, die Türe zu schließen. Dann geschah dasselbe noch einmal: Wieder hörte ich einen Schrei und wieder kam ein Tiger vom Himmel, der diesmal mein Kind bedrohte. Wieder gelang es mir, mein Kind zu retten.«

Ein Tiger ist ein Symbol für große Leidenschaft. Das angreifende Tier bedeutet, dass Frau Renate J. (22 Jahre) seitens eines rachesüchtigen Menschen großen Schaden erleiden wird, zumindest von einem solchen bedroht wird. Sie sollte sehr auf ihre Wünsche und Empfindungen achten, damit ihr und ihrer Ehe keine Gefahr droht. Irgendetwas, das mit einem anderen Mann zusammenhängt, wird in nächster Zeit oder ist bereits geschehen. Sie sollte sich vor Unüberlegtheit hüten.

4. Hexen und Gespensterträume

»Ich spielte in einem schönen Garten. Da waren ganz viele Blumen. Plötzlich kam eine Hexe, und die hat gelacht. Sie hat mir befohlen, eine Blume zu pflücken und dann zu essen. Da kam Mutti und sagte zu mir: »Nein, Kai, tu das nicht!« Nun waren es ganz viele Hexen, die mich und Mutti und noch ganz viele andere Leute jagten und sich auch gegenseitig verfolgten. Eine war besonders schlimm, die hat alle anderen gejagt, aber die entkamen, weil die böse Hexe stolperte und in die Blumen fiel.«

Der fünfjährige Kai H. ist ein phantasievoller, sensibler und ängstlicher Junge. Manchmal lässt er sich zu Wutausbrüchen hinreißen und beschimpft dann auch seine Eltern. Kai ist Bett-nässer. Natürlich kennt er Märchen und daher auch Hexen wie auch die Bedeutung von »Gut« und »Böse«. Sein Vater ist selten zu Hause, da er als Vertreter für eine Firma ständig unterwegs ist. Die Erziehung des Kindes liegt ganz in den Händen der Mutter und der Großmutter (väterlicherseits). Die Großmutter ist herrisch und egoistisch und tyrannisiert die ganze Familie. Man ist auf sie angewiesen, da sie von ihrer hohen Rente einen beträchtlichen Teil zum Haushalt beisteuert und

das eigene Geld nicht reicht. Die Mutter wagt ihrer Schwiegermutter nicht zu widersprechen, weil sie fürchtet, mit ihrem Mann in Streit zu geraten. Die Großmutter nörgelt ständig an ihrem Enkel herum, besonders wenn er einmal zu sehr heruntollt oder wenn er nicht essen will. Sie steht auf dem Standpunkt: Was auf den Tisch kommt, wird gegessen. Kai ist Einzelkind. Die Mutter versucht meist einzulenken und ihrer Schwiegermutter begreiflich zu machen, dass auch sie als Kind nicht immer jedes Gericht gemocht habe.

So wird verständlich, warum die Hexe, die von Kai als besonders alt und besonders böse geschildert wird, ihm befiehlt, Blumen zu essen, ein Gedanke, der dem Kind völlig absurd erscheinen muss. Die Hexe ist also die Großmutter, vor der nicht nur er und die Mutter fliehen, sondern auch »viele andere Leute«. Die Großmutter steht für das allgemein Böse.

»In der vergangenen Nacht hatte ich folgenden Traum: Ich lag in meinem Bett und erwachte von einem heftigen Klingeln an der Wohnungstür. Zunächst tat ich so, als hörte ich nichts. Ich hatte Angst, dass mich etwas Unangenehmes erwarte. Nach einer Weile war ich aber doch neugierig und schlich mich zur Tür. Da stand plötzlich mitten im Zimmer ein kleines hässliches Gespenst und grinste böse. Wieder tat ich so, als merkte ich nichts, und schlich zurück in mein Bett.«

Dass die achtunddreißigjährige Petra A. sich selbst im Bett sieht, kann einmal im erotischen Sinn zu verstehen sein, aber auch einem Ruhebedürfnis Ausdruck geben, nach dem sich das Unterbewusstsein sehnt. Die letztere Aussage liegt deshalb besonders nahe, weil es in ihrem Traum plötzlich klingelt.

Man wird als Schlafender durch ein Alarmzeichen der eigenen Nerven beruhigt. Da sie einen Geist sieht, wird sie etwas Unangenehmes erfahren. Der Geist, den Frau A. als kleinen hässlichen Mann beschreibt, kann aber auch darauf hindeuten, dass in erotischer Hinsicht die innere Ordnung gestört ist. Der Volksmund sagt: »Wie man sich bettet, so liegt man!« Darunter ist im übertragenen Sinn zu verstehen, dass derjenige nicht gut in seinem Bett liegt, der Dinge zu verkraften hat, die außerhalb der üblichen Ordnung liegen. Es wäre also möglich, dass Frau A. durch eigenes Verhalten in ein Stadium innerer Unruhe geraten ist, die das Seelenleben nicht mehr ohne Protest zu verkraften vermag.

5. Reinkarnationsträume

Im April 1950 starb ein zehnjähriger Junge mit Namen Jain, Sohn von Bholanath Jain, an Blattern in einem Haus in Kosi Kalan, einer kleinen indischen Stadt in Uttar Pradesh. Am Tag seines Todes lag er im Fiebertraum. Dabei sagte er zweimal zu seiner an seinem Lager sitzenden Mutter: »Du bist nicht meine Mutter. Ich will zu meiner Mutter!«, wobei er in Richtung einer anderen Stadt zeigte. Im August des folgenden Jahres wurde der Frau von Brijal Vrashnay in Chhatta ein Sohn geboren, der Prakash genannt wurde. Im Alter von viereinhalb Jahren begann dieser mitten in der Nacht aufzuwachen, aufzustehen und auf die Straße zu laufen. Als er einmal dabei aufgehalten und gefragt wurde, was er denn zu so später Stunde auf der Straße suche, sagte er, sein Name sei Nirmal und er wolle nach Hause nach Kosi Kalan gehen.

Als Prakash fünf Jahre alt geworden war, wurden seine

Erinnerungen an sein Leben als Nirmal erstaunlich lebhaft. Seine Familie unternahm verschiedene Maßnahmen in der Hoffnung, dass der kleine Prakash seine Träume über Nirmal und Kosi Kalan aufgeben würde. Sie setzten ihn auf eine Töpferscheibe und drehten ihn gegen den Uhrzeigersinn, vermutlich um sein Gedächtnis zu schwächen. Gelegentlich schlugen sie ihn sogar, wenn er von seinen Träumen erzählte. Nach einiger Zeit schien Prakash sein Leben als Nirmal vergessen zu haben, zumindest sprach er nicht mehr offen von seinem Wunsch, nach Kosi Kalan zurückzukehren.

Dieser ist einer von 600 Berichten, die der amerikanische Wissenschaftler Professor Ian Stevenson von der Universität in Charlottesville über Reinkarnationsphänomene sammelte und nachprüfte. Professor Stevenson stellte fest, dass die meisten Versuchspersonen die Erinnerung an ein von ihnen behauptetes anderes Leben vor ihrem eigenen Leben zwischen dem fünften und zehnten Lebensjahr vergessen. Die gesammelten Berichte stammen aus allen Ländern der Erde.

Der Wissenschaftler hörte von diesem Fall auf einer seiner Forschungsreisen durch Indien und ging den Angaben nach. Dabei entdeckte er die seltsamen Übereinstimmungen der Fälle Jain aus Kosi Kalan und Prakash aus Chhatta.

Während seiner Untersuchungen in Südostalaska unter den Tlingit-Indianern ermittelte Professor Stevenson den Fall des kleinen Jimmy Svenson in Sittka. Als dieser zwei Jahre alt war, begann er über den Bruder seiner Mutter, John Cisko, zu sprechen. Cisko hatte in dem kleinen Ort Klukwan, einige hundert

