



Zeitschrift für
Integrative Gestaltpädagogik
und Seelsorge



Träume und Gestaltarbeit

INHALTSVERZEICHNIS

Aus der Redaktion

- 38 F. Feiner: Nicht Schäume, sondern Schätze

Biblisch-spirituelle Impulse

- 39 J. Lanckau: Gottes Rede in der Nacht
41 B. Leicht: Steh auf und geh

Zum Thema

- 43 E. Drewermann: Können Träume heilen?
46 P. Enke: Freud'sche Traumdeutung und die Neurowissenschaften
48 S. Heine: Träume – Spiegel der Seele und Quellen des Geistes
50 H. Neuhold: Träume – Ein kostbarer Schatz in der Gestalt-Beratung
52 B. Schörkhuber: Exaltavit humiles – Traum von Zukunft und Sinn im Märchen

kaum gehört und unbekannt

- 55 A. Kribbel: Träumen als Gottes Wirken
A. Klimt: Wie die Träumenden – ein Lied für den Weg

Das aktuelle Interview

- 56 Interview mit Dr. Brigitte Holzinger

Literatur zum Thema

- 58 M. Weritsch: Träume

Film zum Thema

- 59 C. Wessely: What Dreams May Come

Aus der Praxis – für die Praxis

- 60 V. Feiner: Imaginationen im Religionsunterricht
61 S. Gerjolj: Träume und Lebensvisionen

Berichte aus unserem Umfeld

- 62 F. Feiner: Traumarbeit nach Ortrud Grön

Buchbesprechungen – Buchempfehlungen

Das weite Land unserer Seele – aus der Psychiatrie

- 64 P. Anselm Grün: Träume – Helfer aus der Tiefe

Zur Künstlerin

Termine/Inserate

Titelbild: „Visuelle Klangformen“
Beatrix Prinz – Künstlerhaus Graz 1984
Foto: © Beatrix Prinz

Aus der Redaktion

Nicht Schäume, sondern Schätze

Welche Bedeutung haben Träume? Enthalten sie Wahrheiten, die unser Leben verändern können?

Sind es womöglich gar göttliche Botschaften? Oder sind Träume nur Trugbilder, die bestenfalls ohne Bedeutung sind und schlimmstenfalls in die Irre führen können? Was sind sie für uns Gestalt-PädagogInnen, -trainerInnen, -beraterInnen und -therapeutInnen?

Schon Freud wusste: Der Traum ist nicht Schlafstörer, sondern der Schlafhüter, der die Schlafstörungen beseitigt. Spannend ist, seine Forschungen angesichts neuester neurowissenschaftlicher Erkenntnisse zu diskutieren. Und für C.G. Jung ist der Traum „eine kleine, verborgene Tür im Allerheiligsten der Seele, die in die Urgründe der kosmischen Nacht führt.“ Für ihn ist es das wirksamste Hilfsmittel beim Aufbau der Persönlichkeit.

Für alle in der Gestaltarbeit Wirkenden kann nur klar sein: Träume sind nicht Schäume, sondern Botschaften aus der innersten Tiefe, wenn nicht gar Botschaften Gottes. Daher gilt es, von der kausalen zur finalen Deutung zu kommen: Wozu dient dieser Traum? Was soll er bewirken?

Wir konnten wiederum namhafte Autorinnen und Autoren gewinnen, Beiträge für diese Nummer zu schreiben. Wir danken Eugen Drewermann, Barbara Leicht, Jörg Lanckau, Susanne Heine, Paulus Enke, P. Anselm Grün, Christian Wessely, die gemeinsam mit Autorinnen und Autoren aus unseren Gestaltvereinen (Gerjolj, Neuhold, Schörkhuber, Weritsch, Kribbel ...) fundierte Auseinandersetzungen in den vielfältigen Rubriken beigetragen haben. Für die Bilder danken wir herzlich der freischaffenden Künstlerin Beatrix Prinz.

Gewinnbringende Impulse für Euer Wirken in den diversen Bereichen wünscht Euch

herzlich

FRANZ FEINER – CHEFREDAKTEUR

Gottes Rede in der Nacht

JÖRG LANCKAU

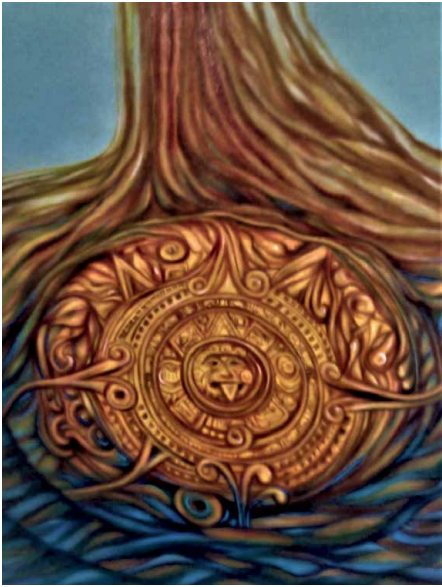
„... denn: in einem redet Gott, im zweiten – man bemerkt es nicht. Im Traum, der Offenbarung der Nacht, wenn Erstarrung auf die Menschen fällt, im tiefen Schlafen auf dem Lager, dann öffnet er das Ohr der Menschen und bestätigt die Warnung, sie von ihrem Tun abzuwenden, und den Hochmut vom Mann fernzuhalten, um seine Seele zurückzuhalten von der Todesgrube und sein Leben davon, in den Spieß zu rennen.“

Warum tut sich die systematische Theologie v.a. evangelischer Prägung jahrhundertlang so schwer mit dem Träumen? Ja, das Thema scheint regelrecht an die Psychologie „outgesourct“ zu sein. Die Rede von „Offenbarung“ spielt theologisch unter Bezug auf die Bibel als „Gotteswort“ eine entscheidende Rolle – nur dass die biblischen Texte selbst eine ganz andere Sprache sprechen. Ich frage daher bewusst bibelwissenschaftlich nach einer Theologie des Träumens.

Der zitierte Text stammt aus dem Buch Hiob, jenem literarischen Werk, das den z.B. im Buch Deuteronomium so prominenten Zusammenhang von Glauben und Erfolg problematisiert. In der literaturgeschichtlich sekundären Ergänzung des Textes kommt ein vierter Freund *Elihu* („Er ist mein Gott“) zwischen Hiobs letzter Rede und der Antwort Gottes aus dem Wettersturm – inhaltlich an der Grenze des Lebens zum Tod – zu Wort: Warum meine Hiob, dass Gott auf Gebete Leidender sich in Schweige hülle? Elihu zitiert den *common sense*, dass Götter im Traum sprechen, indem sie zu den Schläfern von außen herantreten, und zwar genau dann, wenn diese ein Problem haben. In Mesopotamien, Ägypten, Griechenland und Rom ebenso wie im antiken Israel und Juda wurde die Staatsgottheit vor allen wichtigen Entscheidungen mittels ausgefeilter Rituale und divinatorischer Techniken befragt, und man pilgerte zu bestimmten Tempeln, um Heilung zu erbitten.

In biblischen Texten, die erst entstehen, nachdem die letztgenannten Königreiche untergingen, wird der antike Konsens zur Gottesrede in der Nacht fraglos vorausgesetzt: Die Identifikationsfigur für das Volk Israel, *Jakob*, ist als Betrüger vor dem betrogenen Bruder geflohen, ehe Gott spricht (Gen 28,10-22). Der „ideale“ König Salomo hat vor dem Traum ein handfestes Legitimationsproblem, ehe er seine sprichwörtliche Weisheit empfangen darf (1Kön 3,1-15). Auch der Gott Israels redet im Traum, kann befragt werden, und teilt sich mit.

Solche Träume werden in der Antike als unabhängig vom Menschen verstanden – mit Freud würde man davon ausgehen, dass das Unbewusste hier die entscheidende Rolle spielt. Doch in jedem Fall muss Arbeit am Traum geleistet werden, um seinen wahren Kern zu dechiffrieren. Selbstverständlich redet auch aus antiker Sicht eine Gottheit nicht in jedem beliebigen Traum. Die meisten von ihnen sind aus dem am Tag Erlebten erklärbar, haben physiologische Ursachen usw. Es geht allein um die wertvollen Träume: Sie enthalten einen Kern, der die Zukunft antizipiert. Sie müssen zunächst überprüft werden, z.B. durch ein weiteres Orakel, eine Traumserie usw. Sie müssen in Worte gefasst und professionell gedeutet werden. Alle Wissenschaft, auch die antike, beginnt mit genauer Beobachtung der entsprechenden Phänomene. Erst jene gedeute-



Inside – Beatrix Prinz
Foto: © Beatrix Prinz

ten Fassungen wertvoller Träume, im Text oben als „Offenbarung der Nacht“ spezifiziert, werden als „Botschaft“, besser „Gotteswort“ oder „Spruch Gottes“ verstanden. Genau dieser Zusammenhang verbindet das „besondere Träumen“ mit dem Phänomen der Prophetie, und darum gibt es auch eine verwirrende Nähe zu den „Visionen“, die nicht an die Nachtzeit gebunden sind. „Traumträumer“ und „Propheten“ werden in der Bibel oft parallel genannt. Das geschieht sogar bei polemischer Abwehr und Gegenüberstellung zu einem Gotteswort, das allein aus heiligen Schriften erhebbar sei (vgl. dazu die programmatische Unterordnung der „Propheten“ Mirjam und Aaron unter Mose, der für das „direkte“ Gotteswort steht, Num 12,6-8). Jede ausformulierte Traum-erzählung hat aber bereits den Prozess des Prüfens und Deutens hinter sich, anders gesagt: es gibt empirisch gesehen keine Träume mit „klarer Botschaft“ Gottes, auch wenn das literarisch ganz anders aussehen kann.

In der Josefsgeschichte (Gen 37-50) wird anhand von sechs verbundenen Träumen ein literarisches Drama entfaltet, welches die Entwicklung des Haupthelden ohne direkten Kontakt zu Gott

erläutert. Zuerst erträumt der Siebzehnjährige die physische Rettung und Versöhnung seiner Familie in der Zukunft, was von Geschwistern und Vater als Hybris missdeutet wird und den Familienkonflikt tragisch befeuert (Gen 37,7-11). Der erwachsene Josef übt sich im Geschäft der Traumdeutung anhand zweier inhaltlich antagonistischer Träume (Gen 40). Dabei lässt der Autor Kenntnisse der Kunst des ramessidischen Traumbuchs durchblicken, ehe er anhand des königlichen Doppeltraums eine konzise Theorie entfaltet: *„Der Traum ... ist ein einziger. Er – was Gott tun wird, hat er dem Pharao verkündet... Darüber, dass sich der Traum zweimal zum Pharao hin wiederholte, so fest ist die Sache von Gott her beschlossen, und Gott eilt, sie auszuführen.“* (Gen 41,25.32) Obwohl also ein hebräischer Begriff für den zukunftsrelevanten „Kern“ eines bedeutsamen Traumes fehlt, ist die Sache selbst klar benannt. Gott handelt sowohl im Familienverbund als auch auf der Weltbühne, aber es kommt darauf an, genau hinzusehen und hinzuhören, und die Menschen sind dabei keine Marionetten.

Josef lernt zudem in der Geschichte, seine eigenen Jugendträume richtig zu interpretieren, nachdem er seine Geschwister wiedersieht: Dreimal erwähnt er meditativ, dass Gott ihn gesandt habe, um Leben zu retten und Versöhnung zu ermöglichen: *„Denn für das Überleben hat mich Gott vor euch her gesandt. ... Gott hat mich vor euch her gesandt, um von euch auf Erden einen Rest übrig zu lassen, um euch überleben zu lassen, um einer großen Rettung willen. Aber nicht ihr habt mich hierher gesandt, sondern Gott war es ...“* (Gen 45,5-8). Der Mensch, der erwachsen geworden seine eigenen Traumerlebnisse verstehen kann, wird zum wahren „Meister der Träume“ (vgl. Gen 37,19). ❀

Prof. Dr. Jörg Lanckau, Alttestamentler, Erwachsenenbildner und Mediator, lehrt Biblische Theologie und Kirchengeschichte an der Evangelischen Hochschule Nürnberg.

Steh auf und geh

Träume im Neuen Testament

BARBARA LEICHT

„Fürchte dich nicht“ – „weil ihnen im Traum geboten wurde, nicht zu Herodes zurückzukehren“ – „steh auf, nimm das Kind und seine Mutter und flieh nach Ägypten“ – „steh auf, ... und zieh in das Land Israel“ – „weil er im Traum einen Befehl erhalten hatte, zog er in das Gebiet von Galiläa“ – „komm herüber nach Mazedonien“.

Es sind nicht viele Träume, die das Neue Testament überliefert, doch ein erster Blick auf die Träume und ihre Botschaften offenbart Erstaunliches: Häufig ist die Botschaft unmissverständlich: Steh auf – und nimm einen neuen Weg. Es geht darum, andere Wege zu gehen, ins Unbekannte aufzubrechen: die Sterndeuter kehren nach ihrem Besuch beim neugeborenen Messias auf einem anderen Weg nach Hause zurück, Josef wagt es gegen eigene Bedenken, die schwangere Maria zu sich zu nehmen, später zieht er aufgrund der Weisung der Träume zunächst nach Ägypten und kehrt dann – durch Träume geleitet – zurück, allerdings nach Galiläa.

Auch die vielen Reisen des Völkerapostels Paulus werden von göttlichen Träumen begleitet. Dass Paulus den Schritt auf einen neuen Kontinent wagt und die Mission nach Europa ausweitet, geschieht aufgrund einer nächtlichen Vision. Er sieht einen Mazedonier, der ihn bittet: „*Komm herüber nach Mazedonien und hilf uns!*“ Und wie andere vor ihm, Josef und die Sterndeuter, hat Paulus keine Zweifel: „*Auf diese Vision hin wollten wir sofort nach Mazedonien abfahren; denn wir kamen zu dem Schluss, dass uns Gott dazu berufen hatte, dort das Evangelium zu verkünden.*“ (Apg 16,9). Paulus fragt nicht nach. Er versteht dieses Bild eindeutig als Auftrag Gottes. Es ist Gott, der hier dem



Outside – Beatrix Prinz

Foto: © Beatrix Prinz

Wirken des Paulus eine neue Richtung gibt. Und so befolgt dieser die Botschaft unverzüglich.

Die Apostelgeschichte spricht von einer Vision, einem Gesicht in der Nacht. Nicht immer lässt sich im Neuen Testament zwischen Traum und Vision unterscheiden. Erst die Nennung der Tages- bzw. Nachtzeit gibt einen Hinweis darauf, ob von einem Traum oder einer Vision die Rede ist. Die Zeitangabe „in der Nacht“ bei Paulus spricht für einen Traum.

Bei Petrus sieht es etwas anders aus. Auch er wagt neue Wege zur Ausbreitung der Botschaft Jesu aufgrund einer Vision. Darin sieht er alle möglichen Tiere in einem Gefäß, und eine himmlische Stimme fordert ihn auf, diese Tiere zu schlachten, – einige von ihnen gelten jedoch nach den jüdischen Essensgeboten als unrein, so dass Petrus widerspricht. So kommt es zu einer erneuten himmlischen Aufforderung. Zugleich hat ein Hauptmann eine ähnlich gelagerte Vision. Letztlich führt diese Speisevision zu einem Umdenken des Petrus und zur Aufnahme gottesfürchtiger Heiden in die junge christliche Gemeinde (Apg 10).


Petrus erhält diese Vision, als er um die 6. Stunde auf dem Dach des Hauses betet. Zwar wurde das flache Dach orientalischer Häuser durchaus als Ort der Ruhe und des Schlafes genutzt, doch alle geschilderten Umstände sprechen hier dagegen: Petrus befindet sich um die Mittagszeit im Gebet, während das Essen zubereitet wird, als er in Ekstase gerät und ein Gesicht erblickt. Das lässt nicht an einen Traum denken.

Auch wenn beide Visionen, die des Paulus wie die des Petrus aufzeigen, dass die Ausweitung der christlichen Mission über das jüdische Volk hinaus dem Willen Gottes entspricht, liegt der Unterschied nicht nur darin, ob sich der Auftrag Gottes im Traum oder in einer Vision zeigt. Ein weiterer Unterschied liegt in der Reaktion der Beteiligten. Paulus wollte sofort nach Mazedonien abfahren, Petrus jedoch rätselt zunächst über die Bedeutung seiner Vision. Er benötigt weitere göttliche Botschaften und die Erfahrung der Geistaussendung auf die Gottesfürchtigen, um die Ausweitung der christlichen Mission als gottgewollt zu verstehen.

Im Neuen Testament fällt eine gewisse Zurückhaltung gegenüber Träumen auf, die sich später im Christentum fortgesetzt hat. Vermutlich liegt dies an Bedenken gegenüber professionellen Traumdeutern dieser Zeit. Nur die

Verfasser des Matthäusevangeliums und der Apostelgeschichte gehen in ihren Schriften davon aus, dass Gott in Träumen zu Menschen spricht – und zwar sowohl zu Angehörigen des Volkes Israel wie auch zu Fremden. Im Matthäusevangelium werden göttliche Botschaften in Form von Träumen am Anfang und am Ende des Textes überliefert, nämlich in den Kindheitserzählungen Jesu und am Ende seines Lebens.

Das Christentum hat vielfach die Träume als Sprache Gottes vergessen oder verdrängt. Doch die biblischen Schilderungen laden dazu ein, offen dafür zu sein, dass sich die Wege Gottes auch in meinem Inneren, im Unbewussten offenbaren können. Und dann gilt es, den Aufbruch zu wagen, aufzubrechen, vielleicht „nur“ in meinem Denken, oder auch ganz konkret, körperlich. Die Überlieferungen in der Apostelgeschichte zeigen dabei, dass ein Austausch mit anderen dazu hilft, die Sprache der Träume klarer zu erkennen.

Biblische – und persönliche – Träume laden dazu ein, (selbstgesteckte) Grenzen zu überschreiten, innerlich wie äußerlich. Es geht gerade nicht darum, sich aus der Gegenwart in Träume zu flüchten, sondern im Gegenteil, Träume und Visionen rufen dazu auf, die Gegenwart zu verändern, zu gestalten. Nicht umsonst zitiert Petrus bei der Geistaussendung am Pfingstfest (Schawuot) in Jerusalem den alttestamentlichen Propheten Joël: *„Ich werde von meinem Geist ausgießen / über alles Fleisch. / Eure Söhne und eure Töchter werden prophetisch reden, / eure jungen Männer werden Visionen haben / und eure Alten werden Träume haben“* (Apg 2,17). 

Dr. Barbara Leicht ist Wissenschaftliche Mitarbeiterin beim Katholischen Bibelwerk e. V., Stuttgart

Können Träume heilen?

Asklepios und die Wunder von Epidauros, oder: Die Heilung durch den Traum

EUGEN DREWERMANN

Wann immer man auf Heilungswunder in der Antike zu sprechen kommt, wird man über Asklepios sprechen müssen, dessen Geheimnis, die Heilung durch den Traum, das Spektrum therapeutischer Möglichkeiten in der Antike um eine der wichtigsten Entdeckungen der Seelenheilkunde bereichert hat.

Als Lehrer des Asklepios gilt den antiken Mythen zufolge der gütige Zentaure Chiron, der in einer Höhle auf dem peloponnesischen Vorgebirge wohnte. Als Zentaur vereint er leibhaftig in sich das Animalisch-Unbewusste und das Menschlich-Bewusste; er ist das personifizierte Bild einer Integration der seelischen Gegensätze und Widersprüche, und so liegt seine Heimat von vornherein in dem Zwischenbereich von Licht und Dunkel, Glück und Verhängnis, Heil und Unheil, in dem Grenzbereich zwischen innerer und äußerer Realität, zwischen Bewusstsein und Unbewusstem. Ein Mythos schildert die Geburt des Asklepios als Lichtepiphanie, als ein Aufleuchten des Apoll. Asklepios ist ein Gott, der im Dunklen aufleuchtet und dessen Sichtbarwerden Heilung bedeutet, oder umgekehrt: die Heilung ist (oder wird bewirkt durch) die Epiphanie des Apoll, der sich als Aufleuchtender, als Asklepios zeigt. Die Wendung zum Heil ist selbst eine Art Sonnenaufgang. Zum Sonnenaufgang hin war auch der Asklepiostempel im Heiligtum in Epidauros ausgerichtet. Dem entsprechend ist der Hahn das Symbol des Asklepios.

Asklepios ist ein Licht, das heilt, indem es aus der Tiefe, aus den unbewussten Schichten der Seele, aufleuchtet. In ihm verkörpert sich die Erfahrung, dass die Bewusstwerdung des Unbewussten in sich

selber Heilung ist. Aus der Verschmelzung der beiden Bereiche – der Helle des Apoll und der Dunkelheit des Mondes – geht der Akt der Bewusstwerdung hervor, der in sich selber Heilung, Manifestation und Epiphanie des Göttlichen ist.

In diese Sicht der Natur des Asklepios fügt sich besonders die Art, in der die Heilungen in Epidauros zustande kamen: im Heilschlaf im Innersten des Tempels, in der Erscheinung des Gottes im Traum. Die Macht, durch welche die Heilung bewirkt wurde, war ja nicht die Kunst der Ärzte, sondern entstammte dem Gott, den man durch den Traum im Tempel erfuhr. Der Heilschlaf im Inneren des Tempels ist im Grunde ein Versuch, an die heile Urzeit anzuknüpfen und in den Mittelpunkt der Welt zurückzukehren; tiefenpsychologisch kann man sagen: es handelt sich um das Bemühen, in die Traumwelt des Unbewussten zurückzugehen und dort Antworten zu erhalten und Erfahrungen zu machen, die aus einer akuten Erkrankung und Lebenskrise herausführen.

Die Erfahrungen während des Heilschlafes im Tempelinnersten von Epidauros galt in sich als religiös, war doch der Trauminhalt selbst als göttliche Offenbarung zu verstehen. Dass Gott sich dem menschlichen Bewusstsein eher im Traum als im Wachen mitteilt, wurde in Epidauros zur Voraussetzung einer ärztlichen Praxis, die nur zwei Faktoren für wirklich wichtig hielt: das Vertrauen in die heilende Wirkung des Ortes – den Glauben also an die Nähe des Göttlichen – und die Wendung nach innen, den Traumvorgang selbst. Die Überzeugung herrschte, dass ein vertrauensvolles Träumen oder ein träumendes Vertrauen in sich selber eine Kraft

zu entdecken und freizusetzen vermag, in welcher die Gottheit selber zur Heilung des Menschen in Erscheinung tritt, und zwar so, dass die Gottheit in ihrem Aufleuchten selber als Einheit oder als Einwerdung von Bewusstsein und Unbewusstem verstanden werden muss.

Von welcher Art Heilungswunder wird in Epidauros berichtet? Auffallend ist die relativ große Zahl an Heilungen aus Unfruchtbarkeit und Impotenz. Die Heilungen gewisser Störungen der weiblichen oder männlicher Fruchtbarkeit liefern die einfachsten Beispiele für die Art der Träume und die Mitwirkung von heilenden Schlangen bei den Wundern von Epidauros. Nikesibule von Messene und Agamede von Keos schliefen wegen Kindersegens im Heilraum. Die eine träumte, der Gott sei mit einer Schlange, die ihm folgte, zu ihr gekommen und mit dieser habe sie verkehrt, worauf sie übers Jahr zwei Buben bekommen habe.

Die andere träumte, im Schlaf liege ihr eine Schlange auf dem Bauch, worauf sie fünf Kinder bekommen habe. In der Tiefenpsychologie gelten die Schlangen als phallische Symbole, und so stellen die heilenden Schlangenträume im Grunde koitale Vorgänge dar. Aber die Art der Symbolik verrät auch zugleich, worin Krankheit wie Heilung ihren Grund haben: die Schlange verkörpert als Symbol im Freudschen Sinne nicht nur den Wunsch nach sexueller Erfüllung, sondern mehr noch die Angst und die Scheu, sich selber ein solch „tierisches“ Verlangen einzugestehen und seine Erfüllung herbeizuführen, und so kann die Unfruchtbarkeit der genannten Patientinnen durchaus als Folge einer entsprechenden Sexualabwehr gedeutet werden.

Man versteht dann gut, worin eigentlich das heilende, befreiende Moment dieser Traumerfahrungen liegt: es hängt allem Anschein nach von der stillschweigenden Erlaubnis ab, Träume dieser Art überhaupt im Heiligtum des Gottes träumen zu dürfen, und dass es möglich ist, den Gott selbst als Träger der Schlange oder ihn selbst als Gestalt gewordene Schlange sich vorzustellen, er-

öffnet unzweifelhaft einen völlig neuen Zugang zum Unbewussten. Das bis dahin Ungeheure, Verdrängte, Überwältigende wird mit einem Mal als etwas Heiliges akzeptabel; ja, es tritt selbst als Teil des Göttlichen in Erscheinung. Das, was bis dahin am meisten Angst machte und wonach man sich doch insgeheim sehnte, verwandelt sich somit im Heilraum von Epidauros in das Allerschönste und Beglückendste.



Glühender M. – Beatrix Prinz
Foto: © Beatrix Prinz


Die Abwehrschranke kann somit fallen – der Gott selbst hat sie überwunden im Tempel eines vertrauensvollen Träumens. Wie eine solche Umwandlung von Angst in Beglückung vor sich gegangen sein mag, zeigt das 31. Wunder von Epidauros: Andromache aus Epeiros „schliefe im Heilraum und sah einen Traum: es träumte ihr, ein schöner Knabe deckte sie auf, hierauf berühre sie der Gott mit der Hand. Darauf bekam Andromache einen Sohn von Arybbas“. Der schöne Knabe dürfte Eros, der Kindgott der Liebe sein, der in seiner Person der Liebe ihre unschuldige, spielerische Seite zurückgibt; zudem trägt die Gestalt des schönen Knaben nichts Furchterregendes an sich, – sie entspricht einer noch kindlichen Form der Liebe, die ihren Schutz und ihre Zeit der Entfaltung braucht, ehe sie dem männlichen Gott Asklepios begegnen kann und dessen Zärtlichkeit schließlich in endgültiger Erfüllung zulassen darf.

Gewiss ist das Material der Traumheilung von Epidauros zu spärlich, um Einsichten dieser Art generalisieren zu können. Dennoch erlauben sie ein erstes Verständnis der psychosomatischen Seite dieser Heilungswunder. Eine Erfahrung – auch in biblischen Geschichten – ist, dass die Erlösung von Unfruchtbarkeit selbst ein göttliches Geschehen ist. Versteht man das „Kind“ tiefenpsychologisch als Symbol einer Neugeburt, so ist das Wunder der gottgewirkten Schwangerschaft zugleich das Ergebnis dessen, was der Heilgott Asklepios selbst verkörperte: die Synthese von Bewusstsein und Unbewusstem, die Frucht der Vereinigung des „Männlichen“ und des „Weiblichen“ in der menschlichen Psyche. Auch andere Träume in Epidauros heilen von Krankheiten: Im Traum des gelähmten Nikanor sieht dieser sich sitzend, ein Knabe raubt ihm einen Stab und flieht; er steht auf, verfolgt ihn und wurde gesund. In dieser Traumheilung geht es offensichtlich darum, dass man nur aufhören muss, sich ständig „aufstützen“ zu wollen – und man könnte selber laufen; nimmt man jemand die „Krücken“ fort, auf die er bisher sich angewiesen fühlte, so wird er u.U. sehen, dass es ohne solche vermeintlich notwendigen Prothesen viel leichter geht: schon die Empörung über den Mutwillen der anderen vermögen Beine zu machen. – Ähnlich verhält es sich mit dem 15. Wunderbericht von Epidauros, wo jemand den größten Stein, den er finden kann, eigenhändig in den Tempel bringen soll und dadurch von seiner Lahmheit geheilt wird. – Immer stößt man in diesen Überlieferungen auf den nämlichen Vorgang: dass die Lähmung verschwindet durch das Vertrauen, in Wahrheit gar nicht lahm zu sein.

Der Wunderbericht Nr. 18 erzählt von Alketis von Halieis, der blind war und einen Traum sah: „es träumte ihm, der Gott komme zu ihm und öffne mit den Fingern seine Augen, da habe er zuerst die Bäume im Heiligtum gesehen. Als es Tag war, kam er gesund heraus.“ Zwar wird über die Ursache der Krankheit auch symbolisch an sich nichts Näheres mitgeteilt; es scheint aber, als wenn bei den Hei-

lungsvorgängen die Berührung mit der Hand jeweils eine besondere Bedeutung besäße, und das macht es wahrscheinlich, dass es auch hier um das Problem von Angst, Einsamkeit und innerer Isolation geht. Die ganze Welt – so wird man im Hintergrund der Krankheit annehmen müssen – hat sich dem Blinden verdunkelt und in Unansehnlichkeit verwandelt; aber unter der Behandlung des Gottes gelingt es ihm, die Augen wieder aufzuschlagen und die Welt zu sehen, wie sie ist.

Entscheidend ist mithin auch hier ein neu zu gewinnendes Vertrauen, das es gegen alle Angst erlaubt, sich der äußeren Realität wieder zu stellen und vor dem Anspruch der Wirklichkeit nicht länger die Augen zu verschließen. Vielleicht kann man auch hier sagen, es gehe darum, den Anblick der Welt zu ertragen, indem man lernt, sie mit den Augen Gottes zu sehen.

Der überwiegende Teil der Wunder in Epidauros bleibt rätselhaft und ist von den mitgeteilten Traumtexten allein her nicht verstehbar. In Epidauros speziell der Traum als Mittel zur „Heilwendung“ gewählt wurde. Die griechischen Ärzte wussten offenbar, dass ein Traum, der in der Geborgenheit und Zuversicht des Tempelinneren geträumt wurde, die Zonen der Seele erschließen konnte, deren Erleuchtung die Heilung brachte und den Lichtgott Asklepios erscheinen ließ. Alles, was sie zur Heilkraft der Träume beisteuern konnten, bestand in gewissen vorbereitenden Riten wie heiligen Bädern und Opfern – Handlungen innerer Einstimmung in das Wesen des Gottes, aus dem sich „die Quelle“ ergoss und dessen Erscheinen Heilung bewirkte und bedeutete. 

Gekürzte Fassung aus: Drewermann, E. (1991) Tiefenpsychologie und Exegese. Bd. 2. Die Wahrheit der Werke und Worte – Wunder, Vision, Weissagung, Apokalypse, Geschichte, Gleichnis. Olten und Freiburg im Breisgau: Walter.

Dr. Eugen Drewermann, Theologe, Psychoanalytiker, zahlreiche Publikationen v.a. der tiefenpsychologischen Exegese.

Freud'sche Traumdeutung und die Neurowissenschaften¹

Einige Aspekte

PAULUS ENKE

Freuds Verständnis des Traums konnte in den letzten Jahrzehnten anhand neurowissenschaftlicher Erkenntnisse, zumindest in großen Zügen, bestätigt werden.² Als erstes ist hierbei das Schlaflabor zu erwähnen: Während Proband:innen elektronisch überwacht schlafen (und träumen), werden sie anhand verschiedener Versuchsanordnungen zur Abgabe von Traumberichten zu unterschiedlichen Zeiten geweckt.³ Als zweites ist die Beobachtung des REM-Schlafs (rapid eye movement – etwa alle 90 min auftretende schnelle Augenbewegungen im Schlaf) 1953 grundlegend. Die sich danach entwickelnde These, (allein) REM-Schlaf sei mit Traumschlaf identisch, wurde aber schon 1962 falsifiziert: Auch während der anderen Schlafphasen finden Träume statt.⁴

Im EEG kann im REM-Modus eine verstärkte Hirnaktivität gemessen werden, welche der Aktivität im Zustand der Wachheit ähnelt.⁵ Das Herz schlägt schneller und die Geschlechtsorgane weisen eine besonders starke Durchblutung auf, die Muskeln wiederum (nicht aber die der Augen) entspannen sich deutlich.⁶

Eine gezielte REM-Deprivation im Schlaflabor führt in den Nächten danach zu einem Rebound-Effekt (verstärkte REM-Aktivität), v.a. aber zu verstärktem triebgesteuerten Verhalten (Hunger, Aggressivitäts- und Libidoanstieg) sowie u.a. einer Verminderung des Erinnerungs- und Lernvermögens im Wachsein. Für Mertens sind deshalb die Prozesse von REM-Schlaf bzw. Traum eng verknüpft mit der Regulation des Triebhaus-



Kata holon 2013 – Beatrix Prinz

Foto: © Beatrix Prinz

halts sowie der Informationsverarbeitung, aber auch der Stressregeneration.⁷ Auch Blum weist auf die Aspekte der Informationsverarbeitung sowie der Problemlösung in Bezug auf das Träumen hin.⁸

Physiologisch sind bezüglich des Träumens zwei Regionen im Großhirn zu nennen: Die erste ist der temporoparietale Übergang, die zweite findet sich innerhalb der Substantia alba des lobus frontalis.⁹ Hier existiert eine Nervenbahn, welche Impulse des Mittelhirns höher gelegenen Hirnbereichen übermittelt. Solms konnte belegen, dass bei einer Läsion dieser Bahn Träumen nicht (mehr) möglich ist.¹⁰ Sie erfüllt die Aufgabe, „zielorientierte Verhaltensweisen und appetitive Interaktionen des Organismus mit seiner Umwelt“¹¹ zu initiieren. Darin sieht Solms nun jedoch die Funktionen vertreten, die nach Freud als primäre Triebkraft von Träumen in Frage kämen. Er plädiert dafür, Freuds Idee nach wie vor in Erwä-

gung zu ziehen: Der Traum ist eine motivierte Erscheinung, die ihre Triebfeder in menschlichen Wünschen hat.¹²

Grundsätzlich sind die neurowissenschaftlichen Befunde in Bezug auf Freud'sche Traumdeutung aussichtsvoll, der Dialog bedarf aber der Vertiefung.¹³ Auch die Neurowissenschaften konstatieren eigene traumspezifische Forschungslücken.¹⁴ Für die Tiefenpsychologie ergibt sich jedenfalls durch Erstere die Möglichkeit, eine

Kontrollinstanz zu erfahren, um eigene Ergebnisse kritisch zu prüfen.¹⁵



Dr. Paulus Enke ist wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Universität Leipzig. Dissertation: "Traum und Traumdeutung in den christlichen Apokryphen". Forschungsschwerpunkte: frühchristliche Texte, Auferstehungsberichte der Evangelien, tiefenpsychologische Exegese

FUSSNOTEN

- ¹ Das Folgende nach Enke, 2021, 205; 229-232.
- ² Solms/Turnbull, 2010, 221; 226; 228. Im Hintergrund der folgenden Ausführungen steht v.a. Freuds These des Traums als Wunscherfüllung, s. Freud, 1972, 137.
- ³ Mertens, 2009, 89; s. Schredl, 2006, 37-74 mit Lit.
- ⁴ Mertens, 2009, 89; Solms/Turnbull, 2010, 197. REM-Träume sind allerdings besonders bildhaft konstituiert, bieten Symbole und Gefühle. Non-REM-Träume charakterisiert u.a. eher eine kognitiv-rationale Tönung, Mertens, 2009, 90.
- ⁵ Solms/Turnbull, 2010, 196f. Andererseits findet eine selektive Abschaltung des dorsolateralen präfrontalen Cortex statt. Damit in Verbindung steht, während der Träume, die in den REM-Phasen stattfinden, die „Schwächung von Arbeitsgedächtnis, reflexiver Bewusstheit und Exekutivfunktionen wie dem Willen“ (Hobson, 2010, 123).
- ⁶ Solms/Turnbull, 2010, 197.
- ⁷ Mertens, 2009, 103f. Zu weiteren Untersuchungen (primär an Tieren) zum Zusammenhang von REM-Schlaf und Triebregulation bzw. überlebenswichtigen Verhaltensweisen vor dem Hintergrund Freud'scher Annahmen s. Weinstein/Ellman, 2012, sowie Enke, 2021, 230f.
- ⁸ Blum, 2011, 277.
- ⁹ Solms/Turnbull, 2010, 212; Solms, 2000, 109.
- ¹⁰ Solms, 2000, 109f.
- ¹¹ Panksepp, 1985, 273, zit. bei Solms, 2000, 110 (Übersetzung des Aufsatzes von Solms und des Zitats von Panksepp: Hermann Schultz).
- ¹² Solms, 2000, 110f.
- ¹³ Vgl. z.B. Solms, 2000, 119; Blum, 2011, 277.
- ¹⁴ Laut Montangero, 2018, 42, z.B. in Bezug auf die neuronalen Korrelate, auf denen Träume fußen.
- ¹⁵ Vgl. Montangero, 2018, 41f.

LITERATUR

- Blum, H.P. (2011): Response. In: *The International Journal of Psychoanalysis* (S. 275-277). 2/2011.
- Enke, P. (2021): Traum und Traumdeutung in den christlichen Apokryphen. NTOA/StUNT 124. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Freud, S. (1972): *Die Traumdeutung*. Studienausgabe, Bd. 2. Frankfurt a.M.: Fischer.
- Hobson, A.J. (2010): Das optimierte Gehirn. Wie wir unser Bewusstsein reparieren, manipulieren, ruinieren. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Mertens, W. (*2009): *Traum und Traumdeutung*. München: Beck.
- Montangero, J. (2018): Dreaming and REM Sleep. History of a Scientific Denial Whose Disappearance Entailed a Reconciliation of the Neuroscience and the Cognitive Psychological Approaches to Dreaming. In: *International Journal of Dream Research* (S. 30-45). 1/2018.
- Panksepp, J. (1985): Mood Changes. In: *Handbook of Clinical Neurology* (S. 271-285). Vol. 45/1985.
- Schredl, M. (2006): Experimentell-psychologische Traumforschung. In: Wiegand, M.H. – von Sprei, F. – Förstl, H. (Hg.): *Schlaf & Traum. Neurobiologie, Psychologie, Therapie* (S. 37-74). Stuttgart: Schattauer.
- Solms, M. (2000): ‚Traumdeutung‘ und Neurowissenschaften. In: Grubrich-Simitis, I. (Hg.): *Hundert Jahre ‚Traumdeutung‘ von Sigmund Freud. Drei Essays* (S. 101-120). Frankfurt a.M.: Fischer.
- Solms, M. – Turnbull, O. (*2010): *Das Gehirn und die innere Welt. Neurowissenschaft und Psychoanalyse*. Mannheim: Walter.
- Weinstein, L. – Ellman, S.J. (2012): Die Bedeutung der endogenen Stimulation für das Träumen und für die Entwicklung: ein Versuch der Integration und Neuformulierung. In: *Psyche* (S. 862-888). 9-10/2012.

Träume

Spiegel der Seele und Quellen des Geistes

SUSANNE HEINE

Alle Menschen träumen – Schlaf- Halbschlaf- oder Wachträume. Unter der Schwelle des Bewusstseins tummeln sich Gefühle, Wünsche und Ängste, absurde, verbotene, peinliche, in einer Fülle von Bildern und Stimmen. Die Menschheit hat immer versucht, darin eine wegweisende Botschaft zu finden, eine Verheißung von Glück oder Warnung vor Unglück. Traumdeuter können freilich auch irreleiten, das kennt auch die Bibel. „Ich habe geträumt, ich habe geträumt“ sagen die falschen Propheten ohne Verstand, wettet der Prophet Jeremia (23,26). Erst die Psychologie hat die Träume auf ihre Weise wiederentdeckt. Denn die Seele ist immer tätig, verarbeitet Erfahrungen, Fantasien, quälende Fragen, kann Selbstheilungskräfte mobilisieren und Erkenntnisse hervorbringen. Kann – Garantie gibt es keine, und Fehldeutungen sind nicht ausgeschlossen.

Ein Weg zu den Wunden

Manche Träume verfliegen, andere kehren wieder, oft ein Leben lang. Für Sigmund Freud können dahinter tiefe seelische Wunden stehen aus Erfahrungen, die bis in die Kindheit zurückreichen, aber aus dem Bewusstsein verbannt sind. In seiner „Traumdeutung“ schildert er viele eigene Träume. So träumt er z.B. von seiner Sehnsucht, Rom zu erkunden, das sich ihm aber entzieht: Er sieht Rom nur durch das Fenster des Zuges und fährt vorbei; er kommt an, landet aber in keiner Stadt, sondern auf dem Land oder in einer anderen Stadt, etwa in Karlsbad. Bis analytisches Nachbohren in ihm das Gefühl der Demütigung wachruft und die Erinnerung an eine Erzählung seines Vaters bei einem gemeinsamen Spaziergang in Lemberg, Sigmunds Ge-

burtsort. Sein Vater hatte eine neue Pelzmütze auf. „Da kommt ein Christ daher, haut die Mütze in den Kot und ruft: Jud, herunter vom Trottoir.“ Das etwa zwölfjährige Kind an seiner Hand ist enttäuscht vom schwachen Vater, weil er sich nicht wehrt, und assoziiert den starken Feldherrn Hannibal, der gegen die mächtigen Römer lange siegreich gekämpft, aber Rom nicht betreten hat (Freud 1982, 205-208). Später sieht Freud darin ein Symbol für den vergeblichen Kampf gegen den Antisemitismus.

Aus der Tiefe symbolischer Welten

Auch C. G. Jung analysiert Träume, die für ihn aber nicht nur aus persönlichen Erfahrungen stammen, sondern auch einen symbolischen Gehalt in sich tragen, Botschaften aus Urzeiten der Menschheitsgeschichte, die sich in Religionen, Märchen oder Mythen niedergeschlagen haben und in der Seele lebendig geblieben sind. Jung wächst in einem reformierten Pfarrhaus auf, und sein Vater, der Pfarrer, legt Wert darauf, ihn im christlichen Katechismus zu unterrichten. Das Thema Trinität überspringt er und gesteht, davon selbst nichts zu verstehen. Der Sohn ist tief enttäuscht: „Da haben wir's, sie wissen nichts davon und denken auch nichts.“ Mit etwa zwölf Jahren steht Jung vor dem Münster in Basel und erlebt einen Wachtraum. Unter dem Thron Gottes im strahlend blauen Himmel „fällt ein ungeheures Exkrement“ auf das Kirchendach und lässt die Wände auseinanderbrechen, für ihn eine Erleuchtung: „Die Kirche war ein Ort, an den ich nicht mehr gehen durfte, dort war für mich kein Leben, sondern Tod.“ (Jaffe 1961, 57, 44, 61) Nach der Trennung von Freud 1913 fällt Jung in

eine tiefe Krise und beginnt, seine Träume aufzuschreiben und zu malen. Daraus entsteht das „Rote Buch“, ein Selbstexperiment. Bald tritt in Jungs Träumen die Gestalt des Philemon auf, eines weisen alten Mannes, der ihn begleitet und ihm Einsichten mitteilt, auf die Jung, gesteht er, bewusst nie gekommen wäre (Jung 2009, 202). Daraufhin begibt sich Jung auf die Reise in die Tiefe symbolischer Welten, um die Weisheit der archetypischen Traumbilder zu entschlüsseln als Quelle der Selbsterkenntnis.

Kreative Geistesblitze

Unter der Schwelle des Bewusstseins lebt freilich auch die Fähigkeit zu kreativem Denken. Der deutsche Chemiker Friedrich August Kekulé (1829-1896) zerbricht sich lange und angestrengt den Kopf über die chemische Struktur des Benzols, ohne Erfolg. Dann nickt er ermüdet im Sessel vor dem Kaminfeuer ein mit Blick auf die tanzenden Flammen. Im Halbschlaf sieht er, wie sich die Flammen zur mythischen Figur der Uroboros-Schlange verbinden, die sich in den eigenen Schwarz beißt – ein Kreis: Der Benzolring war entdeckt. Das hat ihn, wie er selbst sagt, wie ein „Blitzstrahl“ getroffen.¹ Solche Erkenntnisse lassen sich nicht erzwingen, kommen aber auch nicht direkt vom Himmel herunter oder aus mythischer Tiefe herauf, sondern setzen die sehr bewusste Suche nach Lösungen voraus. Wenn also Menschen sich mit ihren Fragen, auch persönli-

chen, intensiv befassen und sie in den Schlaf mitnehmen, kann es geschehen, dass Seele und Geist in Ruhe und ohne Stress eine Lösung finden. Später erstarrt lebendige Erkenntnis zu Kenntnissen. Die Ringstruktur des Benzols ist zum Unterrichtsgegenstand geworden. Werden junge Menschen mit Kenntnissen vollgestopft, kann die Quelle des Geistes versiegen. Bekommt ihr bewusster Geist aber geistige Nüsse zu knacken, kann sich ihre Kreativität entfalten. Warum sollte kreatives Denken nur in der Wissenschaft und der Chemie möglich sein, und nicht auch in der Pädagogik oder der Religion und bei allen Menschen? ❀

Univ.-Prof. Dr. Susanne Heine von der Evangelisch-Theologischen Fakultät in Wien arbeitet in den Fachgebieten Praktische Theologie, Interreligiöser Dialog und Religionspsychologie.

FUSSNOTEN

¹ Die Schilderung dieses Ereignisses mit Quellenangabe in: Gabriel 2015, 90-94.

LITERATUR

- Freud, S. (1982): Die Traumdeutung, in: Studienausgabe, Bd. II, Frankfurt a. Main: Fischer.
 Gabriel, G. (2015): Erkenntnis, Berlin-Boston: De Gruyter, 90-94.
 Jaffé, A. (Hg.) (1961): Erinnerungen, Träume, Gedanken von C. G. Jung, Walter: Zürich
 Jung, C.G. (2009): Das rote Buch, Düsseldorf: Patmos 2009, 202.

Träume

Ein kostbarer Schatz in der Gestalt-Beratung

HANS NEUHOLD

Es stellt sich schnell als ein schwieriges Unterfangen heraus, so etwas wie eine systematische Theorie der Traumarbeit in der Sicht der Gestalttherapie/Beratung zu beschreiben, denn Perls hat zwar eine äußerst kreative Art der Arbeit mit Träumen nachlesbar entwickelt, aber keine Theorie der Träume. „*Je nach Perspektive und Autor wurden einzelne theoretische und methodische Fragmente der ‚Traumarbeit‘ angesprochen*“ (Sreckovic 2001, 151). Und dennoch lassen sich Spuren finden bzw. aus der grundlegenden Gestalttheorie Zugänge sinnvoll ableiten, wie es auch schon Erving und Miriam Polster (Polster 1983) gemacht haben. Gerade das Kontaktkonzept der Gestaltarbeit legt von vornherein nahe, dass es in erster Linie darum geht, Wege zu finden mit dem Traum in Kontakt zu kommen, damit er und damit seine mögliche Botschaft sich so erschließen kann. Der Träumende selbst tritt im Beratungsgespräch oder in der Therapie in Kontakt mit den Teilen seines Traumes und lernt so die mögliche Botschaft zu lesen bzw. „für sich“ zu lesen und die Bedeutung, die der Traum für ihn/für sie subjektorientiert hat. Nur der/die Träumende selbst kann seinen/ihren Traum lesen und verstehen. Methodisch mag das manchmal auch heißen den Traum nochmals aktiv zu erzählen „*Ich träume mir... und ich träume es so, dass...*“

Fritz Perls und die gestalttherapeutische Arbeit mit Träumen

Für Perls hat schon durch seine Wurzeln in der Psychoanalyse Sigmund Freuds der Traum bzw. die Traumarbeit eine besondere Bedeutung. Allerdings wird der Traum nicht als „innere Arbeit und psychische Tätigkeit“, sondern unter Traumarbeit wird zunächst die therapeutische Arbeit mit den Träumen des Klienten in der Therapiesitzung verstan-

den. Perls versteht den Traum als Projektion eigener Anteile des Träumenden (Perls 1976/2007, 79), die sich durch Kontakt und kreativen Ausdruck im Hier und Jetzt erschließen. „*Die methodische Maxime steht dabei für F.S. Perls genau im Gegensatz zur Projektion: die Identifikation mit den Traumgehalten*“ (Sreckovic 2001, 151), um so den Traum in der Gegenwart erlebbar zu machen, Verleugnetes und Verdrängtes zugänglich zu machen, Widersprüche und Paradoxes zuzulassen.

Träumen als kreativer Prozess und Kontaktmöglichkeit mit dem Unbewussten

Ähnlich wie auch C. G. Jung betrachtet „*der Gestalttherapeut den Traum mehr als kreativen Ausdruck denn als Verschleierung*“ (Blankertz/Doubrawa 2005, 295) wie etwa Freud. So gesehen zeigen sich in den Traumbildern und -szenen sowohl die Notsituationen der träumenden Person wie vielfach auch die möglichen Lösungen. Insofern können Träume gestalttheoretisch durchaus auch in ihrer existenziellen Tiefenbedeutung verstanden werden, denn „das Ganze ist mehr und etwas anderes als die Summe seiner Teile“ (Ganzheitsprinzip/Übersummativität der Gestalttheorie).

„*In der vollen theoretischen Perspektive jedoch ist der Traum in der Tat mehr als Projektion verschiedener Aspekte des Träumers; er ist eine Bühne, auf der der Kontakt aktiviert werden kann, um die gegenwärtige Existenz des Träumers darzustellen. Einige dieser Kontakte sind erschreckend, andere qualvoll, einige erfreulich, einige verwirrend, einige wehmütig...*“ (Polster 1983, 251).

Gerade wenn man versucht, wie mir für die Beratung und Therapie wichtig scheint, die unterschiedlichen Ansätze von Freud, Jung und Perls miteinander


befruchtend zu verbinden, verdeutlicht sich das kreative und existenzielle Potential des Träumens und der Träume als wichtige Wege und Möglichkeiten der Entdeckung der eigenen Innenwelt und ihrer oft verborgenen Wünsche und Motive, aber auch des großen Ganzen und die spirituelle Seite (vgl.: *Traum Barbaras*, in: Perls 1976/2007, 224). Auf den Punkt gebracht formulieren dazu Erving und Miriam Polster: „Das Leben ist, wie die Träume, mehr als reine Projektion.“ (Polster 1983, 249). Dieser Aspekt wird in der therapeutischen und beraterischen Praxis Tag für Tag wesentlich sein, eben dieses „Mehr“ ernst zu nehmen und dafür offen zu sein. Für Fritz Perls ist der subjektive Zugang zum Traum zentral und die Bedeutung, die der/die Träumende den Inhalten gibt: „eine Bedeutung ist eine Augenblicksschöpfung der Beziehung von der Vordergrundfigur zum Hintergrund.“ (Perls 1976/2007, 212). Die Traumfigur im Vordergrund erschließt ihre Bedeutung erst auf dem (meist unbewussten) Hintergrund, der durch die Identifikation deutlich und in seiner Bedeutung interpretierbar wird. Durch die Identifikation mit den Traumgehalten, Symbolen, etc. des Traumes „können wir anfangen, die verleugneten Teile zu assimilieren, und wieder wachsen – zu einem ganzen Menschen werden.“ (Perls 1976/2007, 212).

Kreatives Arbeiten mit Träumen

„Um den Sinn des Traumes zu sehen, tun wir gut daran, ihn nicht zu interpretieren. Anstatt darüber zu spekulieren, fordern wir unsere Patienten auf, ihn noch genauer und intensiver zu erleben und das Paradoxon zu entdecken.“ (Perls 1976/2007, 79). Kreative Medien (Identifikation mit dem leeren Stuhl, Rollenspiel, ...) und kreative Methoden (malen, kreatives Gestalten,

...) erweisen sich als besonders hilfreich. Schon das Erzählen von Träumen bringt uns in Kontakt mit ihnen und lässt sie weiterwirken; als besonders hilfreich erweist das Erzählen in Gegenwartsform und in aktiver Form – verstärkt den Kontakt: „Ich träume mir... und ich mache es so, dass ... danach träume ich mir ... Auch die Identifikation mit den einzelnen Personen, Traumgehalten, Symbolen, Farben, Formen, Sinneseindrücken... kann diesen Prozess des Identifizierens fördern. Zu beachten und hilfreich kann auch die „quaternare Traumstruktur“ (Jacobi 1978, 85ff) sein. Vielfach sind Träume wie ein Drama in vier Akten aufgebaut: 1) Anfang des Traumes: Ort, Zeitpunkt der Handlung, handelnde Personen... werden vorgestellt; 2) Entfaltung: Darstellung des Problems – das aktuelle Problem wird sichtbar und hörbar gemacht; 3) Höhepunkt und Wendepunkt: das Problem steigert sich zum Höhepunkt; 4) Lösung (wenn der Traum zu Ende geträumt wird): Der Traum findet seine Lösung bzw. deutet sie an: der Träumer wacht auf in Angst oder Panik oder im Glücks- und Wohlgefühl. (vgl. dazu: Neuhold 2007, 7).

...und zu guter Letzt...

„Während Freud die Träume biographisch-rückwärtsgerichtet auslegte, ging Perls in die Aktion. Während Freud die Traumsymbole, ... verbal ausdeutete, das heißt sie ihrer Verkleidung beraubte und in den Kontext von Biographie und Erleben einzubetten versuchte, wies Perls den ‚Träumer‘ an, nochmals in seine Symbole ‚hineinzuschlüpfen‘“ (Baulig 2001, 250). Manchmal erweist es sich als besonders hilfreich beide Wege – und auch die Zugänge von C.G. Jung – ergänzend zu verstehen und auch in der Beratung einzusetzen. 

LITERATUR

- Baulig, V. (2001): Psychoanalytische Wurzeln der Gestalttherapie. In: Fuhr, R./Sreckovic, M./Gremmler-Fuhr, M. (1999/2001): Handbuch der Gestalttherapie. Göttingen: Hogrefe-Verlag, S.245 – 259.
- Blankertz, St./Doubrava, E. (2005): Lexikon der Gestalttherapie. Wuppertal: Peter Hammer Verlag.
- Jacobi, J. (1978): Die Psychologie von C.G. Jung. Frankfurt a. Main: Fischer TB Verlag.
- Neuhold, H. (2007): Den Träumen lauschen – religionspädagogische und biblische Überlegungen zur Bedeutung der Träume. In: Zeitschrift für Gestaltpädagogik 2007/1. EHP-Verlag, 3 – 8.
- Perls, F. (1976, 12. Auflage 2007): Grundlagen der Gestalt-Therapie. Einführung und Sitzungsprotokolle. Stuttgart: Klett – Cotta Verlag.
- Polster, E. u. M. (1983): Gestalttherapie. Theorie und Praxis der integrativen Gestalttherapie. Frankfurt am Main: Fischer TB Verlag.
- Sreckovic, M. (2001): Geschichte und Entwicklung der Gestalttherapie. In: Fuhr, R./Sreckovic, M./Gremmler-Fuhr, M. (1999/2001): Handbuch der Gestalttherapie. Göttingen: Hogrefe-Verlag, S.15 – 178.

Exaltavit humiles

Traum von Zukunft und Sinn im Märchen

BERNHARD SCHÖRKHUBER

*Tiefere Bedeutung
liegt in dem Märchen
meiner Kinderjahre
als in der Wahrheit,
die das Leben lehrt.*

(Friedrich Schiller, Die Piccolomini, III, 4)

Eine jüdische Legende erzählt, wie einander auf der Dorfstraße das Märchen und die Wahrheit begegnen. Das Märchen ist fröhlich, heiter und bunt gekleidet. Die Wahrheit ist abgehärmt, grau und fast verhungert. Die Wahrheit klagt, dass niemand auf sie hören und sie verstehen wolle, alle Häuser seien für sie verschlossen. Niemand wolle etwas von ihr, der Wahrheit, wissen. Das Märchen sagt: Ich komme fröhlich und bunt gekleidet und alle lassen mich in ihr Haus. Geh mit mir in einem bunten Gewand zu den Menschen und du wirst sehen, alle mögen dich (vgl. Laarmann, 2004, 7). Von da an, sagt die jüdische Legende, kommt die Wahrheit im Gewand des Märchens zu den Menschen.

Das Wort *Märchen* ist die Verkleinerungsform des mittelhochdeutschen *maere* und bedeutet *Kunde*, *Bericht* und *Nachricht* und begegnet in Luthers Weihnachtslied vom *neue Mär bringen*. In Einführung in die Grammatik einer geheimen, aber erfreulichen Bildersprache beschreibt der Indologe Heinrich Zimmer (1977) die symbolische Sprache der Märchen in jener Offenheit und Wandlungsfähigkeit, die auch im unterrichtlichen Bereich beachtet werden möchte. Weil Märchen „etwas Lebendiges sind, immer fähig,

sich zu erneuern, und weil sie das menschliche Schicksal unaufhörlich, und zwar unberechenbar, aber konsequent beeinflussen, heben sie jeden Systematisierungsversuch auf ... mit jähem Gelächter und hurtigem Sich-Entziehen verspotten sie den Spezialisten, der schon glaubt, sie auf seiner Tabelle aufgespießt zu haben. Was sie uns abfordern, ist der Dialog von lebendigen Partnern. In jedem Zeitalter müssen sie neu befragt, neu um Rat gebeten werden; jede Zeit kommt zu ihnen mit der ihr eigenen Form von Unwissenheit und Verständnis, mit ihren besonderen Problemen und unausweichlichen Fragen. Denn die Muster des Lebens, die wir heute weben müssen, sind nicht die gleichen, wie die anderer Zeiten. Wir haben ganz andere Fäden zu knüpfen, ganz andere Knoten zu lösen als die Vergangenheit. Deshalb können die einst erteilten Antworten uns nichts nützen“ (Zimmer, 1977, 11-13). Die vornehmste Aufgabe ist nicht zu erfahren, was Märchen angeblich *gesagt* haben, sondern wie man sich ihnen nähern, sie erneut zum Reden bringen und ihre Rede verstehen kann.

Über Jahrhunderte hinweg war es das Volksmärchen, das Erwachsene zu Erzählgemeinschaften versammelte und bei denen Kinder meistens ausgeschlossen waren. Erst in Zeiten des Niedergangs wurden Kinder zur eigentlichen Klientel der Märchenerzählung (vgl. Halbfas, 2012, 106). Diese Tendenz deutet schon der Titel der Grimm'schen Sammlung „Kinder- und Hausmärchen“ an.

Die Märchenforschung der letzten Jahrzehnte hat aber gezeigt, dass Märchen keineswegs bloße



Hebräisch – Beatrix Prinz
Foto: © Beatrix Prinz

Märchen (Gute-Nacht-Geschichten) ausschließlich für Kinder sind, sondern zutiefst wahre Geschichten voller Lebensweisheit, in denen sich jahrhundertalte Erfahrungen des Volkes äußern. In Märchen werden existentielle Einsichten in Bildern gesammelt und verdichtet. Es treten Menschen mit ihren Ängsten und Hoffnungen, mit ihren Gefühlen und Gedanken, mit ihren Taten und Untaten, ausgespannt zwischen Leben und Tod, auf. Der zum Christentum konvertierte jüdische Symbolforscher Alfons Rosenberg (1902-1985) hat Märchen als „archetypische Erzählungen“ (Bauschke, 2010, 10) bezeichnet, denn in ihnen werden Urbilder von Lebenssituationen und Lebenswegen verbreitet.

Nun ist es das Bezeichnende an Märchen, dass sie Grunderfahrungen in Bilder fassen. Sich bildhaft auszudrücken, war lange Zeit eine selbstverständliche Aussageform. Heute sind Menschen in dieser Hinsicht *verbildet*. Die Bildersprache wird nicht mehr verstanden. Sie scheint, nicht nur weil der Code fehlt, *verschlüsselt* zu sein. Denn „ein


Weg zur Wirklichkeit geht über Bilder. Ich glaube nicht, dass es einen besseren Weg gibt. Man hält sich an das, was sich nicht verändert, und schöpft damit das immer Veränderliche aus. Bilder sind Netze, was auf ihnen erscheint, ist der haltbare Fang. Stark fühlt sich, wer die Bilder findet, die seine Erfahrung braucht“ (Canetti, 1982, 109f.). Menschen brauchen Zeit und Ruhe, damit ihre inneren Bilder aufsteigen und sie sich ihr *Bild* machen können (vgl. Höfer, 1979, 27).

Wer auf seine inneren Bilder achtet, nimmt wahr, was in seinem Herzen wirklich vor sich geht. „Erinnern wir uns, dass die Tiefenpsychologen in der Dimension der Verstellungsbilder eine vitale Dimension erkannt haben, die für das menschliche Wesen in seiner Gesamtheit von urtümlicher Bedeutung ist. Die *eingebildete* Erfahrung ist für den Menschen ebenso grundlegend, wie die Erfahrung des Tagbewusstseins und die praktische Tätigkeit. Wenn auch die Struktur ihrer Wirklichkeit nicht mit der Struktur der objektiven Wirklichkeit des praktischen Lebens zu

vergleichen ist, ist die Welt der Vorstellung doch nicht unwirklich“ (Eliade, 1986, 150). Dies zeigt sich im Besonderen bei Kindern, die Märchen als Hoffnungsgeschichten brauchen, weil in ihnen der Himmel auf Erden Wirklichkeit wird.

So stellt sich die Frage nach dem Ort des Märchens in einer ganzheitlich-religiösen Sprachlehre. Während Max Lüthi (2008, 105) angemerkt hat, dass das Volksmärchen gewiss kein Geschöpf der christlichen Kirche sei, werden theologischerseits Märchen als *atheistisch* bezeichnet, sofern im Zentrum kein personaler, transzendenter Gott des christlichen Glaubens steht. Außerdem seien Märchen *anti-eschatologisch*, da ihre Welt „eigentlich heil“ sei (Halbfas, 2012, 116). Bei dieser Frage bleibt interessant, was der Religionspädagoge Günter Lange eingemahnt hat, wenn er sagt: „Auch wenn du selber nicht weißt, woher du kommst und wohin du gehst, nicht weißt, was für Mächte auf dich einwirken und wie sie es tun, nicht weißt, in was für Zusammenhänge du eingebettet bist – du darfst sicher sein, dass du in sinnvollen Zusammenhängen stehst“ (Lange, 1982, 39-51). Nach ihm sind Märchen „der dichterische Ausdruck des Vertrauens, dass wir in einer sinnvollen Welt geborgen sind und selber uns sinnvoll in sie fügen, sinnvoll handeln und leben, auch wenn wir diese Welt als Ganzes nicht überschauen und nicht verstehen“ (Ebd.). Als *Option für Sinn* in einer Zeit, da *Sinn* knapp geworden

ist, werden Märchen zu Verbündeten des Glaubens. Märchen und christlicher Glaube haben gemeinsam, dass der auf Hilfe angewiesene und mit Gaben beschenkte *Held* in der Kraft seines Charismas ein aktiv Handelnder ist und *Erlösung* eine zentrale Kategorie für beide darstellt. Eine weitere Entsprechung findet sich in der Tatsache, dass sowohl im Märchen wie im christlichen Glauben die *Niedrigen* erhöht werden.

Der Verweis auf den *abwesend-anwesenden* Gott in den Volksmärchen drückt jene Hoffnung aus, die zur Aufforderung wird: „Finde dich nicht mit dem ab, was du vorfindest, resigniere nicht gegenüber den zugesperrten Türen“ (zit. n. Halbfas, 2012, 117). Im Märchen bleibt Gott stets *inkognito* übersehbar. Doch wer grundsätzlich gastfreundlich ist, ein offenes Haus und ein freigebiges Herz hat, wird diesen *wandernden* Gott aufnehmen. 

Prof. Dr. Bernhard Schörkhuber,
Kirchliche Pädagogische Hochschule
Wien/Krems, Bildungswissenschaften,
Religionspädagogik, Theologie

LITERATUR

- Bauschke, M. (2010): Abraham und Aschenputtel. Brückenschlag zwischen Bibel und Märchen. Stuttgart: Radius.
- Betz, F. (1996): Die Seele atmen lassen. Mit Kindern Religion entdecken. München: Kösel.
- Canetti, E. (1982): Die Fackel im Ohr. Lebensgeschichte 1921-1931. München: Hanser.
- Eliade, M. (1986): Mythen, Träume und Mysterien. Salzburg: Müller.
- Halbfas, H. (2012): Religiöse Sprachlehre. Theorie und Praxis. Ostfildern: Patmos.
- Höfer, A. (1979): Die neuen Glaubensbücher. Graz: Styria.
- Laarmann, H. (2004): Das große Buch der Familiengottesdienste. Märchen und Symbole erzählen von Gott. Freiburg: Herder.
- Lange, G. (1982): Märchen aus der Sicht eines Religionspädagogen, in: Janning, J./Gehrts, H./Ossowski, H./Thyen, D.: Gott im Märchen. Kassel: Röth.
- Lüthi, M. (2008): Es war einmal. Vom Wesen des Volksmärchens. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Zimmer, H. (1997): Abenteuer und Fahrten der Seele. Ein Schlüssel zu indogermanischen Mythen. Düsseldorf: Diederichs.

AGNES KRIBBEL

Träumen als Gottes Wirken

Prophezeiung, dass
ein Kind geboren werde,
den Monat genau
wissend, noch vor der Zeugung.
Das wurde mein Matensohn.

Schmerzen anderer
träumend im Schlaf begleiten,
dass Heilung werde.

Eine Gabe uns
allen geschenkt, weil uns wie
in biblischer Zeit
Gott nächstens träumend besucht
und das Mitwirken zutraut.

A.K. am 30 April 2022

ANDREA KLIMT

Wie die Träumenden - ein Lied für den Weg

wie die Träumenden
so werden wir sein
weil Gott selbst
mit uns geht

viel haben wir geweint
schwer war die Zeit des Säens
arbeitsreich und anstrengend
tränenreich

freudenreich dagegen
und voller Lachens
die Zeit der Ernte

so wird es sein
lachend
werden wir davon sprechen
wie Gott an uns handelt
befreiend
mitten unter uns ist

freuen werden wir uns
angst-frei
stress-frei
scham-los
hass-befreit
werden wir sein

tränen-reich
war der Weg
freudentränen-reich
wird er sein

weil Gott selbst
mit uns ist
uns befreit

das ist unser Traum

nach Psalm 126

Das aktuelle Interview mit Dr. Brigitte Holzinger

Sehr geehrter Frau Dr. Holzinger, danke für die Bereitschaft für ein Interview. – Dürfen wir Sie zuerst bitten, sich mit ein paar Eckpunkten vorzustellen?

Bin in Wien geboren, habe in Wien und Kalifornien (Stanford) Psychologie studiert; bin also Klinische Gesundheitspsychologin. Dissertation über luzide Träume; habe immer in der Forschung gearbeitet, und zwar über Traum und Schlaf. Habe das Schlafcoaching entwickelt und erkannt, dass luzides Träumen (auch Klarträumen genannt) therapeutisch höchst effektiv ist.

Wie ist Ihr Zugang zur Integrativen Gestalttherapie?

Das Psychologiestudium war für mich unbefriedigend. Ich wollte unbedingt auch den Körper einbeziehen und habe die Bioenergetik und Integrative Gestalttherapie schätzen gelernt. Bei der Gestalt ist der Körper dabei. Ich habe alle wesentlichen Schulen der Gestalttherapie kennenlernen dürfen und fühle mich der Gestaltpsychologie, -theorie und -therapie sehr verbunden, v.a. Laura und Fritz Perls. Nach meiner Ausbildung bei Richard Picker und Mag. Grillmeier wurde ich auch Lehrtherapeutin beim ÖAGG.

Das Thema des aktuellen Heftes unserer Zeitschrift lautet: *Träume und Gestaltarbeit* – Was sind dazu Ihre ersten Assoziationen?

Träume sind Gefühle und Bilder. Das, was der Traum bewirkt, macht den Traum zum Spiegel der Seele. Der Traum ist gleichsam eine Therapie der Gefühle. Das Credo in der modernen Traumforschung ist: Alles, was im Traum vorkommt, ist ein Teil von mir selber – das kommt von der Gestalttherapie. Der Traum ist wie ein Kunstwerk. Es geht um das Wiedererleben, d.h. sich noch einmal auf den Traum einlassen. Nicht interpretieren! Wie der Künstler

möchte auch der Traum bewirken und bewegen. Der Traum ist wie eine Psychotherapie.

Sie leiten das Institut für Bewusstseins- und Traumforschung in Wien. Wie beschreiben Sie Ihren Aufgabenbereich?

Ich habe das Institut vor über 30 Jahren gegründet, da ich auf einer Uni zu sehr auf taube Ohren gestoßen wäre mit dem, was ich will, nämlich Traum und Schlaf wissenschaftlich zu erschließen. Der Traum ist ein Schatz, der gehoben werden muss. Jeder hat ein Recht darauf, mit dem eigenen Traum arbeiten zu dürfen; das hat etwas Emanzipatorisches. Das stärkt mich und gibt mir Selbstbewusstsein.

Was verstehen Sie unter Schlafcoaching? Was hat es mit der These auf sich: „Wer wach sein will, muss schlafen“?

Schlafcoaching habe ich auf der Basis der Gestaltarbeit entwickelt; es ein Coaching und keine Therapie; es ist eine Methode zur schnellen und nachhaltigen Behandlung von Schlafstörungen. Diese Methode baut auf gestalttherapeutischen Grundgedanken auf. Sie betrachtet das Selbst des Menschen im Zwischenspiel mit seinem Umfeld.

Im Rahmen der offenen Grundhaltung des Schlafcoachings wird mittels vier Elementen die Schlafstörung aufgedeckt und behandelt:

- 1 die Schlafedukation und das Wissen über den Schlaf,
- 2 das Schlafraining mit seinen Wurzeln in der Kognitiven Verhaltenstherapie,
- 3 der Einsatz von Entspannungstechniken, zu denen auch Hypnose- und Meditationstechniken zählen und
- 4 die Traumarbeit (auch Albtraumbewältigung), denn viele Leute haben eine Traumatisierung.



© cochicphotography

Dr. Brigitte Holzinger

1962 in Wien geboren, hat in Wien und Kalifornien (Stanford) Psychologie studiert; Lehrtherapeutin für Integrative Gestalttherapie, Gründerin und Leiterin des Wiener Instituts für Bewusstseins- und Traumforschung, Autorin vieler Sachbücher rund um die Themen des Schlafs.

Wir bieten auch Seminare, z.B. zum Schlaf bei Kindern. Für Menschen aus dem medizinischen Bereich bieten wir einen 5-semestrigen postgraduellen Hochschullehrgang zur Behandlung von Schlafstörungen und „Schlafcoaching“ an der Medizinischen Universität Wien an.

Sie beschäftigen sich u.a. mit dem „Posttraumatischen Belastungssyndrom“ (PTBS). Was leisten dabei Träume?

Alpträume geben meiner Entwicklung einen Schubs, damit etwas weitergeht ... Die Suche nach Alternativ-Enden von Alpträumen hat sich besonders bei der Behandlung von PTBS bewährt, da man durch ein positives Ende dem traumatisierenden Erlebnis den Schrecken nimmt und dem Träumer die Möglichkeit gibt, die Kontrolle zurückzuerlangen, die zuvor verloren gegangen war.

Was versteht man unter „luzides Träumen“ und inwiefern ist es eine Therapie bei Angst- und Alpträumen?

Beim luziden Träumen (oder Klarträumen) kann ich selbst entscheiden. Luzides Träumen ist eine erlernbare Technik zur Bewältigung von Alpträumen, die auch positive Auswirkungen auf andere Beeinträchtigungen hat, z.B. Verbesserung der Schlafqualität.

Sich mit Träumen zu beschäftigen und den Wunsch zu haben, sie luzid zu erleben, ist bereits ein erster Schritt im Erlernen des luziden Träumens. Als zweiten Schritt empfehle ich das Führen eines Traumtagebuchs; dadurch erinnern wir uns öfters an unsere Träume – ein großer Gewinn an Selbst-

erkenntnis. Wir entdecken, womit sich unser unbewusstes Selbst beschäftigt. Menschen, die viel meditieren, träumen oft spontan luzid. Gestalttherapeuten empfehlen: Mit „awareness“ den Tag erleben, meditieren, den Geist von Stress befreien und mit dieser Ruhe und Gelassenheit in den Schlaf eintauchen. Ist diese Haltung erst verinnerlicht, wird sie auch in die Welt der Träume einfließen, sodass die Pforten zu dieser wundervollen Welt des luziden Träumens sich öffnen.

Sie sind Psychotherapeutin und Integrative Gestalttherapeutin. – Welche Settings sind besonders hilfreich für die Traum-Arbeit?

Wir arbeiten sowohl in Einzel- als auch Gruppensitzungen; in der Gruppe ist die Traumarbeit besonders effektiv, denn: wenn alle mitschwingen, bewegt das mehr. Wir kombinieren es mit Entspannungstechniken und Autogenem Training. Auf jeden Fall ist wichtig: Träume ernstnehmen, heißt, sich selber ernstnehmen. Der Traum soll nicht das Wachleben ersetzen, sondern bereichern. Ich empfehle das Führen eines Traumtagebuchs, da man damit aufmerksamer wird. Ein Traumtagebuch stärkt das Selbst, das Teil eines großen Daseins ist.

Downloads, Events, Fort- und Weiterbildungen, inkl. Webinare zum Träumen, teilw. auch online
www.traum.ac.at

MasterULG Schlafcoaching an der MedUni Wien:
www.meduniwien.ac.at/postgraduate/schlafcoaching

Träume



Günter Eich
Träume
in: 15 Hörspiele
Suhrkamp 1973

MARGARETHE WERITSCH

Die Wahl dieses Textes, entstanden 1953, ist nicht so sehr dem Titel geschuldet, wo doch heute ein Hörspiel kaum Aufmerksamkeit erregt, sondern vielmehr dem immer noch sehr zeitgemäßen Inhalt.

Der etwas in Vergessenheit geratene Autor **Günter Eich (1907 – 1973)** gilt als repräsentativster Hörspielschreiber der Nachkriegszeit, der v.a. die Mitverantwortung jedes Einzelnen am Geschehen in der Welt betont.

In diesen Texten, in denen Zeitangst und Traumanalyse die Hauptmotive bilden, spannt er einen Bogen über alle Erdteile und stellt zugleich die träumenden Personen in einen klaren Zeitrahmen mit zusätzlichen persönlichen Angaben, womit er das Erzählte scheinbar relativiert. Heute aber scheinen diese „Träume“ gar nicht zeitgebunden, sondern vielmehr wieder von besonderer Aktualität.

Jedem Traum ist eine lyrische Einstimmung vorangestellt, die auf den Inhalt vorbereiten soll, aber gleichzeitig einen Gewissensappell an die Hörer darstellt. Er beginnt mit der Feststellung *Ich beneide sie alle, die vergessen können, die sich beruhigt schlafen legen und keine Träume haben ...* und dem Aufruf *Alles, was geschieht, geht dich an!*

Im 1. Traum geht es um eine Familie, herausgerissen aus dem früheren, geordneten Leben, das die Kinder als dumme Fantasie der Erwachsenen abtun. *Es gibt keine andere Welt außer der unseren hier!* Sie kennen nur ihr eigenes enges Gefängnis; alles, was draußen ist, macht Angst.

Der 2. Traum weist, könnte man meinen, voraus auf ein hochaktuelles Thema: Die Geschäfte mit dem


Menschen als „Ersatzteillager“ und die skrupellose Ausbeutung der Besitzlosen oder in Not Geratenen. Trotzdem verweist der Zwischentext auf selbstverständliche Schönheiten.

Im 3. Traum geht es um fehlende Solidarität in höchster Not, um Verrat und Vertreibung, und dass plötzlich alle Gemeinsamkeiten der Vergangenheit nicht mehr zählen, nur mehr die Sorge um sich selbst.

Der 4. Traum schildert schließlich den Verlust aller Sicherheiten auf der Suche nach einem Ziel, das dem Gedächtnis schließlich auch noch völlig entgleitet.

Im 5. Traum wird dann der Zusammenbruch einer schönen Scheinwelt beschrieben, innen völlig ausgehöhlt, ohne dass die betreffenden Personen die fortschreitende Leere und Zersetzung rechtzeitig bemerkt hätten. Eine Art Untergang ihrer Welt.

Die Sprache der „Träume“, sehr klar und nichts beschönigend, unterscheidet sich deutlich von den appellativen, lyrischen Zwischentexten. Diese fordern auf, die verdrängte Beunruhigung ins wache Bewusstsein zu heben. *Nein schläft nicht, während die Ordner der Welt geschäftig sind. Seid misstrauisch gegen ihre Macht ...* Die Katastrophen können nur abgewendet werden, wenn man sich gegenseitig „wach“ hält. *Wacht darüber, dass eure Herzen nicht leer sind, wenn mit der Leere eurer Herzen gerechnet wird.*

Gerade in unserer jetzt zutiefst bedrückenden, bedrohlichen Situation, der wir ausgeliefert scheinen, ein durchaus wieder aktueller Text. 

What Dreams May Come

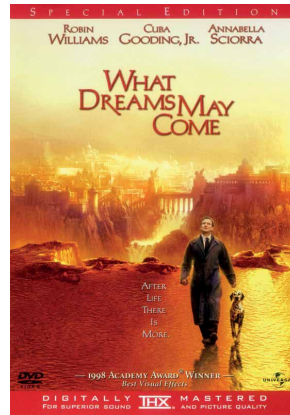
"To die, to sleep – to sleep, perchance to dream – ay, there's the rub, for in this sleep of death what dreams may come..."

(Hamlet, 3,1)

CHRISTIAN WESSELY

„What Dreams May Come“ lautet der Originaltitel eines Filmes von Vincent Ward, der 1998 gedreht wurde. Dieser im besten Sinne des Wortes „märchenhafte“ Film, dessen Hauptrollen mit Robin Williams, Max von Sydow, Annabelle Sciorra und Cuba Gooding Jr. prominent besetzt sind, hat das dies- und jenseitige Schicksal eines Ehepaares zum Thema, das durch eine Reihe von Schicksalsschlägen zunächst im Dies- und dann auch im Jenseits getrennt wird. Während der von Robin Williams dargestellte Ehemann Chris im Himmel landet und dort mit Verstorbenen zusammentrifft, die ihm lieb waren, landet seine Frau Annie (Annabelle Sciorra), die in einen Strudel von Depressionen gezogen wurde, nach ihrem Suizid in der Hölle. Als Chris dies erfährt, beschließt er, sie aus der Hölle zu retten ...

Der deutsche Titel „Hinter dem Horizont“ führt am theologisch interessanten Aspekt dieses Filmes vorbei, denn durch diese Titelwahl wird die Darstellung zu einer eng geführten Darstellung einer Vorstellung von Himmel und Hölle, die seit dem 19. Jahrhundert keinen Platz mehr in einer zeitgemäßen Theologie findet: Der Idee eines Automatismus, der Tun und Ergehen miteinander in untrennbaren Zusammenhang zu bringen scheint. Und doch gehört der Traktat der Eschatologie, die Abhandlung von Tod, Gericht, Himmel, Hölle und Fegefeuer – zu Recht! – nach wie vor zum dogmatischen Kernbestand der katholi-



Vincent Ward

**What Dreams May Come
(Hinter dem Horizont)**

USA 1998
108 min

schen Lehre, um den man sich nicht leichtherzig herumdrücken darf.

Es ist hilfreich, diesen Film im englischen Original zu sehen. Hier wird, erstens, deutlich gemacht, dass dieses „mediale Jenseits“ ein Traumgebilde ist: Etwas, was die Produktionsseite als (Wunsch-)Vorstellung möglichst publikumskompatibel einzufangen und abzubilden versucht (der Film wurde von der Kritik hinsichtlich der visuellen Gestaltung gelobt). Es wird, zweitens, die Entscheidungskompetenz des Individuums hervorgehoben: Es ist nicht das Urteil eines strafenden oder rächenden Gottes, das hinsichtlich des Schicksals eines Individuums ausschlaggebend ist, sondern dessen je eigene Entscheidung, sich dem Leben (im Sinne von Joh 10,10) zuzuwenden oder Gott den Rücken zu kehren. Und es wird, drittens, die Grenzenlosigkeit barmherzigen Handelns aufgezeigt, das imstande ist, auch in der größten Verlassen- und Selbstbefangenheit jegliche Grenze zu überwinden, auch die scheinbar unüberwindbarsten. Insofern ist dieser Film aber eine bildgewordene Sentimentalität, denn der Monolog des Hamlet, aus dem der Titel entlehnt ist, verweist gerade auf die Unwägbarkeit dieser „letzten Träume“ und so überspielt der Film eine wichtige theologische Aussage: Dass es im Letzten das Vertrauen auf die Gnade Gottes ist und nicht auf eigene Handlungsmöglichkeiten, was angesichts der „letzten Dinge“ zu tragen vermag. ✪

Imaginationen im Religionsunterricht

VERONIKA FEINER

„Zeit für sich haben“, „zur Ruhe kommen“, „eine Zeit lang dem Stress des Schulalltags entfliehen“ – das sind einige Beweggründe, warum sich Schüler:innen gerne auf Traum- und Phantasieereisen einlassen. Gerne nutze ich einige Minuten zu Stundenbeginn, um gemeinsam mit Kindern und Jugendlichen zu äußerer und innerer Ruhe zu kommen und Bilder aufsteigen zu lassen.


Wichtig erscheint mir in einem ersten Schritt dabei, eine gute Körperwahrnehmung zu schulen. Wir achten dabei auf eine Körperhaltung, in der man längere Zeit verweilen kann: aufrecht sitzend berühren die Füße – gut geerdet – den Boden, der Rücken ist entweder aufrecht durch die Sessellehne gestützt oder der Kopf in die verschränkten Arme am Tisch abgelegt. Zunächst bitte ich die Kinder / Jugendlichen, bewusst ein- und auszuatmen. Dabei sollen sie ihren eigenen Atem ganz bewusst wahrnehmen und in ihren eigenen Atemrhythmus kommen. In einem weiteren Schritt leite ich eine „Reise durch den Körper“ an: Wir richten die Aufmerksamkeit auf einzelne Körperteile, ruhen dort einen Augenblick, spüren, wie es sich anfühlt und wandern so durch den Körper: Beginnend bei den Füßen gehen wir mit der Aufmerksamkeit über Knöchel und Unterschenkel zu den Knien, weiter über die Oberschenkel zum Becken. Wir spüren Bauch, Rücken, Schultern, Oberarme, Unterarme, Hände und Finger werden wahrgenommen, bis die Aufmerksamkeit wieder über Schultern, Nacken, Hinterkopf zu Stirn und Gesicht geht. Das Bewusstsein geht zu Mund, Wangen, Augen, Ohren, Nase. Immer wieder soll Zeit für ein kurzes Verweilen sein. Zuletzt wird die Aufmerksamkeit vom Gesicht gelöst und das Bewusstsein für den ganzen Körper geöffnet.

Anschließend kann man verschiedene Arten von Traumreisen zu biblischen Themen anbieten.

Ein reicher Schatz an Phantasieereisen finden wir in den gestaltpädagogischen Büchern von Albert Höfer.

Eine gute Möglichkeit bieten z.B. auch Imaginationen in Anlehnung an die aus der östlichen Tradition stammende Metta-Meditation, der Meditation der liebenden Güte: Gerade jüngeren Schüler:innen hilft die Vorstellung, im Herzen eine Schatzkiste voll mit Edelsteinen zu haben: Einzelne Edelsteine werden ausgesucht und hergeschenkt. Zunächst beschenkt man sich selbst mit dem Wunsch „Möge ich glücklich und zufrieden sein!“. Einen weiteren kostbaren Stein bekommt ein nahestehender Mensch. Danach verschenkt man einen Edelstein jemanden, dem man neutral gegenübersteht und schließlich jemanden, mit dem man nicht so gut zurechtkommt – immer verbunden mit dem Wunsch: „Mögest du glücklich und zufrieden sein“.

Eine weitere Übung in Anlehnung an die paulinische Rede vom Leib und den vielen Gliedern könnte so erfolgen: Das Durchwandern der einzelnen Körperteile kann jeweils verbunden werden mit der Frage: „Was kann ich mit diesem Körperteil tun? Was tut dieser Körperteil für mich?“. Hier wird sich die Aufmerksamkeit auf Füße, Beine, Hände, Arme, aber auch die Sinnesorgane konzentrieren. Schließlich kann noch auf die Bedeutung des/der Einzelnen in den Gruppen, denen sie sich zugehörig fühlen, eingegangen werden: „Welche Gabe habe ich einzubringen?“.

Das Einlassen auf Traum- und Phantasieereisen kann schöne und wohltuende Momente im Schulalltag bereiten. 

Mag.^a Veronika Feiner, Pädagogin div. Fächer in einem steirischen Gymnasium, Schulbuchautorin.

Träume und Lebensvisionen

STANKO GERJOLJ

Wenn jemand als „Träumer“ bezeichnet wird, gilt er oft als Mensch, der an Realitätsmangel leidet bzw. der Visionen vor Augen hat, die nicht unbedingt realisierbar zu sein scheinen. Oft wird eine solche Bezeichnung mit einer gewissen abwertenden Konnotation belegt.

Andererseits können wir uns die bekannte Rede „I have a dream“ von Martin Luther King (1963) in Erinnerung rufen. Man kann sehr wohl ahnen, dass er in einer Situation sprach, die noch weit von realen Möglichkeiten entfernt lag, trotzdem einen Impuls setzte, der die Menschheitsgeschichte ausschlaggebend beeinflussen konnte. Dieselbe Hoffnung weckt in uns auch der Aufruf „Let us dream“ von Papst Franziskus (2020), der ebenso manche Visionen öffnet, die in der Gegenwart noch unrealistisch erscheinen mögen.

An gewisse Konflikte zwischen Träumen und Realität stoßen wir oft, wenn wir etwas gewagter über die Zukunft denken. Hätte allerdings Martin Luther King seinen „unrealistischen“ Mut nicht zu erspüren gewagt, hätten wahrscheinlich seine Träume nie den Weg in die Realität finden können.

Mut zu Träumen – mögen diese noch so unrealistisch erscheinen – gehört zur Gestaltung der Lebensvisionen. Es scheint aber wichtig zu sein, dass dieser Mut insofern in der Realität wurzelt, dass das Träumen eine konkrete Realität verändern will – auch wenn dies im ersten Augenblick nicht möglich scheint. Gerade in solchen Lebenskontexten ist die Fähigkeit holistischer Denkweise und ganzheitlichen Herangehens gefragt, da nur diese Dimensionen die Diskrepanz zwischen Träumen und Realität überbrücken können.

Sowohl Holistik als auch Ganzheitlichkeit wollen jeweils beide Gehirnhälften aktivieren. Wäh-

rend der mathematisch-pragmatische Blick die Realität gut analysieren kann, jedoch vor jeglicher gewagten Veränderung „Angst“ hat, ist die rechte Gehirnhälfte mutiger, verliert leichter den Realitätsbezug. Solchen Situationen kommt die Aktivierung sämtlicher Intelligenzen zugute, die Herausforderungen und das In-Verbindung-Bringen beider Gehirnhälften ausbalancieren kann. Wenn wir nämlich – an die Zukunft denkend und über diese träumend – Synonyme schreiben, Bilder malen, verbalisieren sowie das Verbalisierte rhythmisch wiederholen und singen, dazu möglicherweise die durch die in die Zukunft schauend erwachten Emotionen mit tanzenden Körperbewegungen begleiten, können wir in unserem Inneren ein tragendes und mit Ressourcen gefülltes Gefühl erspüren, das uns ermutigt, gewagte Veränderungsschritte zu planen, die sehr wohl in der Realität wurzeln. Sehr sinnvoll ist es, wenn ich solche „Träume“ in Ziele umsetze, dann, aufgrund der pragmatischen Sicherheit, diese in einem Vertrag mit mir selbst konkretisiere und ihn von einigen Zeugen unterzeichnen lasse, die mich anschließend auf dem Weg des Realisierens überprüfend begleiten dürfen. Auf diese Weise könnten sich zahlreiche Träume bewahrheiten und verwirklichen.

In ähnlichem Kontext können auch manche „tatsächliche“ Träume gesehen werden. Als „Magen der bewusst erlebten Lebenssituationen“ transformieren sie sämtliche Erlebnisse in Bilder, die uns jedoch Signale geben, wie wir aus unserer Vergangenheit heraus für die Zukunft ganzheitlich vorbereitet sind. ❁

DDr. Stanko Gerljolj, em. Prof. an der Theologischen Fakultät der Uni Ljubljana, Gestaltpädagoge und -trainer.

Traumarbeit nach Ortrud Grön

Die Bayerische Akademie für Gesundheit, Lauterbacher Mühle – Osterseen e.V. fördert gemeinnützige Zwecke der Gesundheitspflege und bietet schwerpunktmäßig Traumarbeit nach Ortrud Grön.

*Die Welt ist das Bilderbuch,
in dem die Menschen lesen
lernen können, was unsere
Liebe zum Leben braucht.*

(Auszug aus einem Traum von Ortrud Grön)

Zielgruppen für Fortbildungsseminare sind Ärzte, Psychotherapeuten, Sozialarbeiter und andere beratend oder therapeutisch Tätige.

Auf der Website wird Ortrud Grön zitiert: *„Ich bin in meiner Forschungsarbeit dem Gedanken gefolgt, dass wir mit unserem gesamten Denken, Fühlen und Handeln in die Ordnung der Natur eingebunden sind. Die Natur liefert uns in allen ihren Bildern Analogien für unsere sich ständig erneuernde Kraft, Leben zu gestalten. Das verlangt, die Bedeutung der Naturgesetze auf die geistige Ebene zu transformieren. Alle anderen Bilder eines Traumes werden ebenfalls als Gleichnis für die Verhaltensweisen des Träumenden erarbeitet. Dabei folgen die Traumszenen einer Struktur, die das Problemumfeld, den Zwiespalt und die Lösungswege aufzeigt“* (Ortrud Grön).

In ihrer Traumforschung folgte sie dem Gedanken des Biologen und Theologen Teilhard de Chardin: *„Ich glaube, dass die Welt eine Evolution ist, ich glaube, dass die Evolution auf den Geist hinstrebt, ich glaube, dass sich der Geist im Personalen vollendet.“*

Die Methode der Traumarbeit von Ortrud Grön (TAOG)

Träume werfen einen sehr genauen inneren Blick auf seelische Reifungsprozesse, wodurch sie den Einstieg in die Problematik des Träumers unmittelbar ermöglichen. Die präzise Problemfokus-

sierung gehört zu den wesentlichen Elementen der Traumarbeit von Ortrud Grön (TAOG). Sie ergibt sich aus folgenden Ansätzen:

- Der materiell-sachlichen Bedeutung eines Traumbildes und der Transformation dieses Inhaltes auf die subjektiv seelisch-geistige Ebene der träumenden Person sowie
- der Struktur des Traumes, die das Problem, das Problemverhalten des Träumenden und die Lösungsschritte daraus beschreibt. Voraussetzung dafür ist, dass der Träumende lernt, seine Situation und sein Verhalten in der bildhaften Sprache des Traumes zu erkennen. Dies geschieht über einen Dialog zwischen den sachlich-objektiven und den persönlich-subjektiven Inhalten der Bilder sowie deren sinnvoller Verknüpfung mit dem Problemfeld, dem Problemverhalten und der Problemlösung. Durch das präzisierte Verständnis der Bilder können auch in Kurzzeittherapien tiefgreifende Einsichten erworben werden.
- Die Folgerichtigkeit der Naturgesetze findet ihr Abbild in der Reifung der menschlichen Seele. Die Natur zeigt uns im Traum die Kräfte, die wir dafür gewinnen müssen. Die enge Einbettung des Traumgeschehens und seiner Bilder in die Geborgenheit und die Präzision allgemeiner Naturgesetzlichkeit, ermöglicht in der TAOG eine besonders genaue Eingrenzung der bildsprachlichen Deutung. Träume im Spiegel von Naturgesetzen ist daher ein wesentliches Unterscheidungsmerkmal der TAOG.

**Bayerische Akademie für Gesundheit
Lauterbacher Mühle Osterseen e.V.**

Unterlauterbach 1

D-82402 Seeshaupt

www.bayerische-akademie.eu



Georg Schützler

**Aufrecht.
Religion als Rückgrat
stärkende Ressource.**

Echter Verlag 2022
136 Seiten
ISBN 978-3-429-05739-8
€ 12,90

Mit Glück⁸ (2019) und weiteren aufbauenden Publikationen (<https://www.schuetzler-lb.de>) kämpft der Autor gegen eine Religion, die „den Menschen in den Staub“ drückt, „ihn klein“ macht und „seinen aufrechten Gang“ behindert. Solche Fehlform gehört „mit einem Besen aus dem Haus der Religionen“ hinausgekehrt, so der Gestaltpädagoge, als Citypfarrer bekannt für seine begeisterten "Nachteulengottesdienste".

„Allezeit aufrecht durch das Leben gehen zu können, ... das wäre ein Traum“ (19). Doch: Vielfältige Ängste (vor Hunger, Krankheit, Mobbing, Katastrophen, Enge ...) gefährden den aufrechten Stand, der dem Menschen als „aufrechtem Zweibeiner“ eigen ist. Im umfangreichen 3. Kap. interpretiert Schützler in zutiefst ansprechenden Worten zentrale Bibelstellen und zeichnet damit Religion als stärkende Ressource. Die Metapher Baum als Bild für den Menschen durchzieht konsequent das aufrichtende Büchlein: Wie die Zeder des Libanon aus der göttlichen Verwurzelung zu leben, vom Sorgen befreit, in einer Welt, in der Verkrümmte aufgerichtet gehören und auch schwarze Schafe willkommen sind. Werden Religionen als verschiedene Aufstiegsrouten verstanden, „die alle auf denselben Berggipfel führen“ (100), besteht „die Chance, dass die Menschheit sich als eine wahrhaft ökumenische Familie versteht“ (102), die allen Familienmitgliedern ein aufrechtes und selbstbestimmtes Leben ermöglichen will. Das Buch ermutigt, „die Religion wieder neu zu entdecken als Zugewandtheit, ... als Quelle der Liebe, die sich verströmt“ (123), an der sich der Mensch aufrichten kann.

Eine unermessliche Zahl an Publikationen schreibt von Verkrümmung durch Religion und religiöse Erziehung – Schützlers Büchlein ist dazu ein wohlthuendes Kontrast-Buch – es sei allen Eltern und ReligionspädagogInnen ans Herz gelegt.

FRANZ FEINER



**TRAUM – GOTTES REDE
IN DER NACHT?
Welt und Umwelt
der Bibel Nr. 93**

24. Jg (3/2019)
80 Seiten
ISBN 978-3-948219-40-6
€ 11,80

Eine große Vielfalt fundierter Beiträge findet sich in diesem Heft der Reihe „Welt und Umwelt der Bibel“; z.B. erläutert Christian Wetz in seinem Artikel aktuelle Forschungen zum neurologisch-psychologischen Traumverständnis, die Darstellung eines Hypnogramms mit fünf Schlafzyklen und integrierten REM-Phasen in einer Nacht, und dass auch die Non-REM-Phase traumaktiv ist (Was man heute über Träume weiß, 8 – 13). Im antiken Griechenland ist Epidauros mit seinem Rundtempel bekannt; weniger bekannt ist, dass es in Griechenland über 200 Heilorte dieser Art gab: Die Kranken schliefen und träumten im Abaton, einer unzugänglichen Tabuzone im Innersten des Tempelgebäudes, sozusagen im Allerheiligsten. Auch die Sumerer empfahlen vor einer Entscheidung: Du legst dich hin, um einen Traum zu sehen. Schon in der Antike gab es Traumforschung: Von Artemidor von Daldis (2. Jh. n. Chr.) gibt es eine Sammlung von 1.400 Traumsymbolen. Von der Antike bis zur Aufklärung waren seine Oneirokritika (= Traumunterscheidungen, Traumdeutungsschlüssel) ein Bestseller. Gut eingebettet in die antike Traumforschung sind kompakte Artikel über die Träume im Ersten und Neuen Testament (B. Leicht, 20-23).

Diese Nummer der Zeitschrift bietet – wie jedes Heft – eine Fülle von Darstellungen aktueller Funde aus dem Orient, z.B. die Rekonstruktion des Heiligtums in Epidauros: In der Mitte der kreisförmige Tholos, links daneben die 70 m lange Säulenhalle, in der sich die Kranken zum Heilschlaf niederlegten (S. 48) oder ein Relief aus dem 4. Jahrhundert v. Chr. (Arch. Museum Piraeus): Asklepios heilt eine Kranke, in dem die liebevolle Zuwendung des Gottes wunderbar dargestellt ist. Dieses Heft ist ein großer Anreiz zum eigenen Studium über Träume – höchst empfehlenswert.

FRANZ FEINER

Träume – Helfer aus der Tiefe

P. ANSELM GRÜN

In unserem Gästehaus gebe ich oft Kurse mit dem Thema „Träume auf dem geistlichen Weg“. Die geistliche Tradition hat immer die Träume beachtet. Für die spirituelle Tradition gehörte es dazu, auf die Träume zu hören. Sie waren eine wichtige Sprache Gottes für den, der sich auf den geistlichen Weg machte. So war es üblich, in der geistlichen Begleitung – etwa bei den Wüstenvätern – auch die Träume anzuschauen und gemeinsam zu besprechen.

Wenn wir die Träume auf dem spirituellen Weg betrachten, dann beschränken wir uns nicht auf religiöse Träume. Auch die Träume, die sehr irdisch sind und manchmal chaotisch, sind wichtig für den geistlichen Weg. Denn sie decken uns auf, wie es um uns steht. Und spiritueller Weg heißt für uns, dass wir unsere ganze Wahrheit Gott hinhalten, damit Gottes Geist alles, was wir ihm hinhalten, erhellen möge. Gott möge auch das Dunkel und Chaos unseres Unbewussten erhellen. Unter geistlichem Weg verstehen wir nicht nur ein geistliches Programm, das wir uns aufstellen, sondern einen Prozess der Verwandlung. Und zu dieser Verwandlung gehört auch, dass alles in uns – auch die Tiefen unseres Unbewussten – von Gottes Geist durchdrungen wird. Die Träume laden uns ein, auch die Bilder unseres Unbewussten Gott hinzuhalten, damit die Verwandlung durch Gottes Geist in der Tiefe unserer Seele geschehen kann. Wir brauchen dann vor nichts in uns Angst zu haben. Auch wenn die Träume uns noch soviel Chaos oder Grausames aufdecken, sie vermitteln uns zugleich die tröstende Botschaft: Alles in dir kann verwandelt werden. Nichts in dir ist wirklich gefährlich, wenn du es Gott hinhältst. Denn Gottes Geist möchte in die Tiefe deiner Seele dringen, damit alles in dir vom Licht Gottes erhellt wird.



Zeit des Wandels – Beatrix Prinz
Foto: © Beatrix Prinz

Für mich haben die Träume, die ich auf meinem geistlichen Weg anschau, vier Bedeutungen:

1. Sie geben an, wie es um mich steht. Oft fragen wir einander: Wie geht es dir? Meistens antworten wir dann recht oberflächlich. Es geht mir gut. Die Gesundheit ist in Ordnung. Und beruflich läuft alles gut. Doch der Traum antwortet auf diese Frage in Bildern. Da träumen wir z.B. von einem chaotischen Zimmer oder von einem Auto, das die Straße nicht findet, die weiter führt. Der Traum sagt: Nach außen hin ist alles in Ordnung. Aber in dir ist Unordnung. Und du bist nicht auf dem richtigen Weg. Du hast dich irgendwie verirrt. Solche Antworten, die der Traum uns gibt, wollen wir nicht so gerne hören. Aber es täte uns gut, uns vom Traum, bzw. von Gott die Antwort auf die Frage nach unserem Befinden geben zu lassen. Sie wäre ehrlicher als die Antworten, die wir oft geben.

2. Die Träume zeigen, welche Schritte ich tun soll. Sie sind oft eine Mahnung, bewusster und achtsamer zu leben, die Augen aufzumachen. Wir legen uns ja oft selber ein geistliches Programm zurecht. Doch der Traum sagt uns, was wir eigentlich beachten sollten. Ich habe eine Schwester vor ihrer ewigen Profess in Exerzitien begleitet. Auf die Frage, was sie anschauen möchte, meinte sie: die Gemeinschaft. Da gäbe es Probleme. Doch in der ersten Nacht der Exerzitien träumte sie: Sie ging von ihrer Arbeitsstelle über eine Wiese zum Kloster. Auf einmal kam eine Schlange und schlang sich um sie. Als sie mir den Traum erzählte, musste ich schmunzeln. Ich sagte ihr: „Du hast gedacht, dass die Gemeinschaft dein Problem ist. Doch der Traum zeigt dir, dass du ein anderes Thema anschauen solltest, bevor du dich für immer an die Gemeinschaft bindest. Du musst dich mit der Schlange aussöhnen. Du kannst nicht ohne Schlange ins Kloster gehen. Schlange steht hier für die Sexualität und für den Instinktbereich. Du musst also mit deiner Sexualität ins Kloster gehen. Du kannst sie nicht draußen lassen. Daher geht es darum, dich mit deiner Sexualität auseinander zu setzen und sie in dein geistliches Leben zu integrieren.“

3. Die Träume sind oft eine Verheißung. Kinderträume zeigen uns z.B., dass in uns etwas Neues geboren wird, dass wir in Berührung kommen mit unserem einmaligen Bild, das Gott sich von uns gemacht hat. Die Träume sagen uns etwas zu, was wir bei uns bewusst noch nicht wahrgenommen haben. Aber oft verbinden die Träume die Zusage mit einer Mahnung. Wenn ich z.B. das ursprüngliche Bild in mir vernachlässige, dann gehe ich im Traum nicht achtsam um. Eine Frau stellte im Traum den Kinderwagen, in dem das Kind schlief, in den Keller ab. Sie verdrängte das Neue wieder ins Unbewusste. Der Keller steht hier für das Unbewusste. Der Traum war Zusage: In dir entsteht Neues. Du kommst in Berührung mit deinem

ursprünglichen Bild Gottes in dir. Aber zugleich war er Mahnung: Geh sorgfältig mit dem inneren Kind in dir um. Verdränge es nicht wieder in deinem Alltag.

4. Die Träume sind Ort der Gotteserfahrung. Das gilt vor allem für die religiösen Träume, etwa für die Kirchenträume, oder für Träume, in denen religiöse Symbole auftreten. Diese Träume verstärken meinen Glauben. Sie geben mir die Gewissheit, dass das Licht Gottes wirklich in mir ist, dass Gott bei mir ist und mein Leben trägt. C.G. Jung meint einmal: Im Traum gibt es keinen Atheisten. Da hat jeder religiöse Symbole wie etwa: Kugel, Kreis, Kreuz, Licht. Solche Träume sind oft ein Geschenk Gottes an mich, um meinen Glauben zu vertiefen.

Aber nicht nur diese religiösen Träume sind für den geistlichen Weg wichtig, sondern alle Träume. John A. Sanford, ein anglikanischer Geistlicher und Jungschüler, nennt daher die Träume „Gottes vergessene Sprache“. Gott selbst spricht im Traum zu mir. Er deckt mir meine Wahrheit auf. Er mahnt mich, den Weg zu gehen, der meinem Wesen entspricht. Er zeigt mir auf, dass ich innerlich schon weiter bin, als es die äußere Situation anzeigt. Und Gott selbst stärkt meinen Glauben durch religiöse Träume. 🌿

P. Anselm Grün, geb. 1945, trat mit 19 Jahren nach dem Abitur in die Benediktinerabtei Münsterschwarzach bei Würzburg ein. Langjähriger wirtschaftlicher Leiter der Abtei und damit für rund 300 Mitarbeiter in über 20 Betrieben verantwortlich. Zahlreiche Kurse und Vorträge. Rund 300 aktuell lieferbare Bücher mit einer Gesamtauflage von über 14 Millionen Büchern weltweit; viele Titel in 30 Sprachen übersetzt.

ZUR KÜNSTLERIN



Beatrix Prinz
Jahrgang 1947

Bildende Künstlerin

Fachausbildung zur Textildesignerin in Wien. Abendstudium Werbung, Mode, Schriftgrafik, Malerei und Kunstgeschichte in Wien. Masterstudium ISA Salzburg: Malerei bei A. Bitran und Arik Brauer. Studium der Religionspädagogik in Graz.

Zahlreiche Ausstellungen in Österreich, Schweden, in der Schweiz und in Peru.

Lebt und arbeitet als freischaffende Künstlerin in Stainach, Steiermark.

Keiner Modeströmung, keinem Kunstdiktat, keinem Zeitgeist unterworfen, stets gegen den Strom schwimmend, trotzdem am Puls der Zeit. Mit profunder Kenntnis der Vielfalt bildnerischen Gestaltens, unter dem Einfluss mythischer, spiritueller, existenzieller Erfahrungen, entstanden in den vergangenen Jahren, abseits vom Mainstream, zahlreiche Arbeiten im steirischen Ennstal.

beatrix.prinz.art@gmail.com
www.beatrix-prinz-art.jimdofree.com

TERMINE	ORT	THEMA / REFERENTIN	VERANSTALTER / ANMELDUNG
IIGS – Landesgruppe Steiermark			
14.–16.08.2022	Haus der Frauen	Lehrgang GP: Lasst den Glanz Gottes in euren Leibern aufstrahlen!	Anmeldung bis 16.11.2021 unter irmgard.pucher@casanostra.org
IIGS – Landesgruppe Kärnten			
09. Juli 2022	Haus Sodalitas/ Tainach	Landesgruppentreffen 1 Drink gratis 17.00 Uhr – Open End	gestaltkurse@gmail.com
24.–26.06.2022	Sonnenhotel Hafnersee	Beginn des Gestaltlehrganges 2022-2024	gestaltkurse@gmail.com
IGB – Integrative Gestaltpädagogik in Schule, Seelsorge und Beratung – Bayern			
01.–05.08.2022	Haus Werdenfels Nittendorf	Einführung in die Integrative Gestaltpädagogik und heilende Seelsorge- Schnupperkurs- Bibliodrama <i>mit Christine Seufert & Gerhard Gigler</i>	Haus Werdenfels anmeldung@haus-werdenfels.de www.haus-werdenfels.de
30.09.- 03.10.2022	Burghausen	Einführung in die Integrative Gestaltpädagogik und heilende Seelsorge: Eine Schlange, die sich nicht häutet, stirbt – Schnupperkurs <i>mit Regina Kadach & Andreas Döberl</i>	Tina Weihe info@igb-bayern.de

TERMINE	ORT	THEMA / REFERETIN	VERANSTALTER / ANMELDUNG
03.–07.10.2022	Haus Werdenfels Nittendorf	Einführung in die Integrative Gestaltpädagogik und heilende Seelsorge- Schnupperkurs- Bibliodrama <i>mit Christine Seufert & Gerhard Giger</i>	Haus Werdenfels anmeldung@haus-werdenfels.de www.haus-werdenfels.de
IGNW – Institut für Integrative Gestaltpädagogik und heilende Seelsorge in Nord-West-Deutschland			
27.06.- 01.07.2022	Haus Maria Immaculata Paderborn	Block 3 des Grundkurses mit Ulla Sindermann und Hans Neuhold	IGNW anmeldung@IGNW.de
28.-30. 10.2022	Schönstatt Au Kapellenstraße 60 463325 Borken	„Das richtige Werkzeug finden und gut und sicher anwenden“ Supervision mit Methoden der Gestaltarbeit nach Dr. Albert Höfer <i>mit Ulla Sindermann</i>	IGNW anmeldung@IGNW.de
IGBW – Institut für Gestaltpädagogik in Erziehung, Seelsorge und Beratung – Baden-Württemberg e.V.			
03.–07.08.2022	Schönenberg Ellwangen	Partnerschaft lebendig gestalten – unsere Beziehung vertiefen <i>mit Hans Neuhold</i>	IGBW birgit.vollmer@igbw-ev.de
04.–07.09.2022	Liebfrauenhöhe Ergenzingen	„Unterwegs... zu mir selbst!“ Seminar mit dem E-Bike <i>mit Franziska Wagner-Lutz & Gudrun Gaspers-Jacob</i>	IGBW gudrun.gaspers-jacob@igbw-ev.de
03.–05.11.2022	Kloster Bonlanden	Gestaltpädagogik im Religionsunterricht <i>mit Hilturd Hermann, Barbara Layer, Birgit Vollmer</i>	IGBW gudrun.gaspers-jacob@igbw-ev.de
igps – Institut für Gestaltpädagogik, Persönlichkeitsentwicklung und Spiritualität – Rheinland-Pfalz/Saarland e.V.			
29.–31.07.2022	Herz-Jesu-Kloster Neustadt a.d. Weinststraße	Grundkurs Gestaltpädagogik Schnuppereinheit <i>mit Maria Walter & Gisela Schlarp</i>	IGPS Rheinland-Pfalz/Saarland maria.walter@igps.de www.igps.de
IGCH – Institut für Integrative Gestaltpädagogik in Schule, Seelsorge und Beratung Schweiz			
9.–11.09.2022	Haus der Begegnung Illanz	Herzensbildung Coremotion <i>mit Martina Maria Meshesha</i>	ro-bruggmann@bluewin.ch
15.–20.10.22	Haus der Begegnung Illanz	Einführung in die Integrative Gestaltpädagogik und heilende Seelsorge <i>mit Janina Stenzel & Klaus M. Fischer</i>	ro-bruggmann@bluewin.ch

Impressum

Eigentümer, Herausgeber u. Verleger: Institut für Integrative Gestaltpädagogik und Seelsorge, A-8047 Graz, Berliner Ring 54 i. A. d. ARGE-IGS

Redaktionsteam: Franz Feiner (franzfeiner1@gmail.com), Hans Neuhold (hans_neuhold@aon.at) – Chefredakteure, Andrea Klimt (andrea@klimt.co.at), Hans Reitbauer (jonny.reitbauer@iigs.at), Cornelia Stefan (conni.stefan@gmail.com), Nadja Schönwetter (nadja.schoenwetter@gmail.com) – Layout, Reinhardt Schwarzenberger (reinhardt@langstemmer.at) – Versand

Erweitertes Redaktionsteam – v.a. für inhaltliche Gestaltung: Stanko Gerjolj aus Laibach (stanko.gerjolj@guest.arnes.si), Heinrich Grausgruber aus Grieskirchen/OÖ (GRH@Ph-linz.at), Alois Müller aus Ellwangen (a.mueller.ellwangen@t-online.de), Holger Gohla aus Karlsruhe (holger.gohla@t-online.de)

Redaktionsrat – F.d.I.v.: Kornelia Vonier-Hoffcamp (Vorsitzende ARGE-IGS), Julia Grzesiak (GNP), Stanko Gerjolj (DKGP), Sr. Cecile Leimgruber (IGCH), Ursula Sindermann (IGNW), Stefan Berzel (IGPS), Viliam Arbet (IIGDF), Yvonne Achilles (IGB), Martin Kläsner (IGH), Brigitte Semmler-Bruckner (IIGS)

ZVR: 356542037

Druck: Reha-Druck, Kalvarienberggürtel 62, 8020 Graz

Preis: € 6,90 Einzelpreis. € 20,60 Jahresabo.

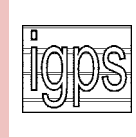
ARGE IGS – MITGLIEDER



Institut für Gestaltpädagogik
in Erziehung, Seelsorge und
Beratung

Baden-Württemberg

www.igbw-ev.de



Institut für Gestaltpädagogik,
Persönlichkeitsentwicklung
und Spiritualität
Rheinland-Pfalz/Saarland

www.igps.de



Integrative Gestaltpädagogik
in Schule, Seelsorge und
Beratung

Bayern

www.igb-bayern.de



Institut für Integrative
Gestaltpädagogik & Seelsorge

Österreich

www.iigs.at



Društvo za Krščansko Gestalt
Pedagogiko

Slowenien

gestaltpedagogika.rkc.si



Institut für Integrative
Gestaltpädagogik und
heilende Seelsorge in Nord-
West-Deutschland e.V.

www.ignw.de



Gestaltpädagogik für Schule
und Bildung, Seelsorge und
Beratung Niedersachsen e.V.

Niedersachsen

www.gestaltpaedagogik-niedersachsen.de



Inštitút Integratívnej
Geštaltpedagogiky a
Duchovnej Formácie

Slowakei



Institut für integrative
Gestaltpädagogik in Schule,
Seelsorge und Beratung

Schweiz

www.igch.ch



Društvo Integrativne
Geštal Pedagogije

Kroatien

DIE NÄCHSTEN AUSGABEN

- Nr. 106: Angst in pandemischen Zeiten
- Nr. 107: Freiheit und Verbundenheit
- Nr. 108: Gestaltpädagogik als Anleitung zur Lebenskunst?
- Nr. 109: Symbolarbeit und Gestalt (aktives Symbolisieren)

 **Post**
ÖSTERREICHISCHE POST AG

Bar freigemacht/Postage paid
8026 Graz
Österreich/Austria

Österreichische Post AG
Info.Mail Entgelt bezahlt