

Cornelia Kunert

Traumssprache und Traumverstehen

Auch China drüben
über dem Meer, es trat mir,
da ichs träumte nah.
Wo nicht Liebe verbindet,
da ist weite Fahrt.

K. Hoshi (9.Jh.)

Einführung

Seit jeher beschäftigt sich der Mensch mit dem Phänomen des Traums, das der Dichter Sten Nadolny mit den Worten erfaßt: "Narrenhaus und Angst, Seele auf den Lippen". Jenseits der Welt in der der Mensch gewohnt ist zu leben, begegnet ihm nachts eine Gegenwelt in der er nicht zuhause aber auch kein Fremder ist. Diese Traumwelt verstand er als Rätsel oder Orakel, als Gottespruch oder Sprachrohr der Seele. Und wenn nicht der Traum selber, so ist zumindest die bewußte Reflexion über den Traum und seine Deutung ein Urphänomen des Menschen. Eine Unzahl literarischer Zeugnisse, auf die näher einzugehen hier nicht Raum ist, zeigen, wie Geistesgeschichte von der Geschichte des Traumverstehens stets begleitet wurde.¹⁾ An der Schnittstelle von gesellschaftlicher Wirklichkeit und dem Schicksal des einzelnen scheint die Beschäftigung mit dem Traum immer schon ihren besonderen Platz gehabt zu haben.

1) vgl. etwa: Die Geschichte der Traumdeutung, in: Erich Fromm, Märchen, Mythen, Träume.

Heute ist demgemäß die psychotherapeutische Praxis jener Ort, in der der Arbeit mit dem Traum eine besondere Bedeutung zukommt. Fast in allen psychotherapeutischen Schulen wird mit dem Traum gearbeitet. Durch ihn werden Inhalte sichtbar, die dem Tagesbewußtsein verborgen geblieben sind. Oft sind es Inhalte, die für das Leben des Träumers zu wichtig sind, um beiseite gedrängt zu werden, denn dort wo das Wichtige vorenthalten wird, beginnt die Verelendung des Lebendigen - bis hin zum neurotischen Dasein, in der das "Wichtige" dann verloren scheint. Das Gemeinsame der Traumarbeit in verschiedenen Therapierichtungen ist die Hinwendung zur Tiefe des menschlichen Lebens. Schon im bloßen Erfragen der Träume gibt sich ein Therapeut zu erkennen als jemand, der nicht nur die Oberfläche sieht, der nicht stehenbleibt beim Vordergründigen, sondern bereit ist, all dem Raum zu geben, was sich aus der Tiefe her äußern will. Diese Tiefe selbst wird allerdings in der Psychotherapie in verschiedenen Aspekten wahrgenommen - je nachdem wie der Mensch gesehen wird (Anthropologie) und ob er überhaupt erscheinen darf als Mensch (Phänomenologie).

Existenzanalytische Traumarbeit

Die Bedeutung der Traumarbeit im Rahmen einer existenzanalytischen Therapie liegt in dem durch sie möglichen Zugang zur personalen Tiefe, zur "Tiefenperson" des Träumers. Da der Mensch auch schlafend Person bleibt, gehen in die Träume nicht nur Elemente des triebhaft Unbewußten, sondern auch solche des geistig Unbewußten ein (vgl. Frankl, 1988, 34).

Der Traum ist also kein besseres Analyseinstrument, um Person nun doch in ihre Bestandteile zerlegen zu können, sondern eine Möglichkeit zu erfahren, wie der Einzelne mit seiner Welt umgeht, also Analyse "auf Existenz hin".

"Die Tiefenpsychologie", schreibt Frankl, "war bisher eigentlich nur der menschlichen Triebhaftigkeit in deren unbewußte Tiefe gefolgt- viel zu wenig jedoch war sie der Geistigkeit des Menschen, der menschlichen Person in deren unbewußte Tiefe nachgegangen; mit anderen Worten, die Tiefenpsychologie war, zumindest mehr oder weniger, eine Psychologie des unbewußten Es, nicht aber des unbewußten Ich geblieben." (Frankl, 1988, 22)

In diesem Sinne ist das Ziel existenzanalytischer Traumarbeit also nicht die Aufdeckung des unbewußt triebhaften Materials, sondern Aufdeckung des geistig Unbewußten, des unbewußten SELBST, um dadurch ein tieferes Verständnis für die eigene Existenz zu ermöglichen. Sich selbst kennenzulernen kann aber demnach nur heißen, die Gründe für das eigene Handeln und Wollen zu verstehen. Diese Gründe sind immer Werterfahrungen in der Art der Betroffenheit von etwas und Entscheidungen für etwas. Daher wendet sich die existenzanalytische Therapie der Emotionalität des einzelnen ebenso wie den bewußten und unbewußten Entscheidungen zu, die er trifft und getroffen hat. "Halten wir fest", schreibt Frankl, "der Existenzanalyse zufolge gibt es nicht nur unbewußte Triebhaftigkeit sondern auch unbewußte Geistigkeit; mit anderen Worten: wir kennen und anerkennen nicht nur ein triebhaft Unbewußtes sondern auch ein geistig Unbewußtes, und in ihm sehen wir den tragenden Grund aller bewußten Geistigkeit. Im Gegensatz zur Psychoanalyse - die den Menschen für ein Wesen hält, das vom Es, von unbewußter Triebhaftigkeit beherrscht wird...-zeichnet sich der Mensch im Rahmen des existenzanalytischen Menschenbildes als ein Wesen ab, das vom Unbewußten getragen wird, und nicht zuletzt von unbewußter Geistigkeit. Der Logos...wurzelt im Unbewußten." (Frankl,1955,11) Der Traum kann mir dabei offenbaren, ob ich einen bestimmten Ruf des Lebens vernommen habe und wie ich darauf antworte und geantwortet habe. Darin ist er ein Weg mich selbst auf der Grundlage meiner (vielleicht unbewußten) Erfahrungen und Entscheidungen zu verstehen. Sosehr der Mensch vom Unbewußten getragen wird, hat er allen Grund sich auch tragen zu lassen. Was kann das aber in unserem Zusammenhang anderes sein, als auf die Stimme des Traumes zu hören und sich auf die Wahrheit seiner Botschaft zu verlassen.

Hat Frankl einmal als das eigentlich Wirksame in der Psychoanalyse das "tiefere Selbstverständnis durch eine existentielle Begegnung" genannt (vgl.Frankl,1983,13), so können wir dasselbe auch für das eigentlich Wirksame der Traumarbeit sagen: was sie so heilsam macht, ist ein tieferes Selbstverständnis durch Begegnung mit dem eigenen Leben im Modus der Evidenzerfahrung. Nicht in der Kenntnis von zuvor unbewußtem 'Material' des Träumers, das nunmehr eine Deutung seines Seins zuläßt, sondern in einem Evidenzerlebnis des Patienten selbst über seine

existentielle Situation und Verfassung liegt der erste Schritt existenzanalytischer Traumarbeit. Wie immer Traumarbeit auch angelegt sein mag und welche methodischen Zugänge auch gewählt werden, dieses Evidenzerlebnis ist ein unverzichtbares Kriterium gelungener Traumarbeit. "Was mir da träumend begegnet ist, es hat mit mir zu tun," diese Erfahrung ist durch keine Theorie und Deutung zu ersetzen (auch nicht durch eine zutreffende). Diese Evidenz führt über die Selbstdistanzierung (ich habe diesen Traum gehabt) hin zur Stellungnahme (ich habe diesen Traum gehabt) in der es dann darauf ankommt, wie ich mit diesem Traum umgehe.

Die eigentliche Kunst der Traumarbeit besteht darin, die Offenheit, die träumend bereits da war, im Dialog, der über den Traum eröffnet wird, aufzunehmen und das, was im Traum an emotionaler Wirklichkeit erfahren wurde, über die personale Begegnung im konkreten Lebenskontext wiederzufinden. Wie dies geschehen kann, hat M.Boss sehr eindrucksvoll gezeigt. "Darum," so schreibt er völlig zurecht, "kann auch das Fragen nach Wesen und Sinn eines Traumgeschehens immer nur heißen, nach dessen Ort zu forschen, der ihm innerhalb einer menschlichen Lebensgeschichte zukommt." (Boss,1975,65) ²⁾

So sehr Sinnerfahrung an die konkrete Situation in ihrer Einmaligkeit und an die Person in ihrer Einzigartigkeit gebunden ist, so ist auch das Traumgeschehen nur vom Träumer selbst und auf seinen konkreten Lebenshintergrund hin zu verstehen. Niemand als der Träumer selbst kann Auskunft darüber geben, woher die Wertberührung stammt und wohinein, in welche Verantwortung sie den Träumer ruft. Nichts ist daher existenzanalytischer Traumarbeit so fremd, wie eine von außen angelegte semiotische Symbolexegese von Traumbildern. Jede andere als eine "autosymbolische" (Jung) Auslegung des Traumes würde der Begeg-

2) Maßgeblich für die phänomenologische Traumarbeit erscheint mir vor allem das Werk von Medard Boss. Auf wichtige Unterscheidungen der phänomenologischen Methode der Traumerhellung, wie sie M.Boss eindrucksvoll vorstellt, zur existenzanalytisch-phänomenologischen Traumarbeit kann hier nur am Rande eingegangen werden. Wie sich allerdings schon aus den vorliegenden Ausführungen ergibt, betrifft dies vor allem die von Boss geforderte Ablehnung der Konzeption des Unbewußten und den daraus sich ergebenden Folgen für die praktische Traumarbeit.

nung des Träumers mit sich selbst und seiner Welt im Wege stehen. Damit aber wäre gleichzeitig der Sinnhorizont verstellt. Dazu braucht es nicht die völlige Ablehnung jeder Symbolhaftigkeit der Traumbilder, wie etwa Boss es fordert, um dem Traum treu zu bleiben, sondern es soll genügen, den Träumer als alleiniges Bezugssystem der Traumauslegung gelten zu lassen. "So waren wir darum bemüht", schreibt Frankl, "mit Hilfe der klassischen Methode freier Assoziation auch unsere Traumdeutungen vorzunehmen. Nur galt es dabei, den phänomenologischen Tatbeständen den ihnen als solchen gebührenden Rang auch zu belassen. Sie waren von einer dermaßen massiven Realität, daß wir es ablehnen mußten, sie einer weiteren analytischen Reduktion um jeden Preis zu unterziehen." (Frankl, 1988, 57)

Dazu ein Beispiel Frankls: "Eine Patientin träumt, gleichzeitig mit der Schmutzwäsche werde eine schmutzige Katze in der Wäscherei abgegeben und werde dann, unter der zurückgekommenen gewaschenen Wäsche tot aufgefunden. Assoziationen: Zur 'Katze' fällt der Kranken ein, daß sie Katzen 'über alles' liebe; allerdings liebt sie ebenso 'über alles' auch ihre Tochter, ihr einziges Kind. 'Katze' bedeutet hier demnach Kind. Warum aber ist diese Katze 'schmutzig'? Das erklärt sich, sobald wir von der Patientin erfahren, in letzter Zeit sei über das Liebesleben ihrer Tochter in deren Umgebung reichlich getratscht worden - es wurde in dieser Hinsicht also tatsächlich 'Schmutzwäsche gewaschen'. Dies ist aber auch der Grund, aus dem die Kranke, wie sie zugibt, ihre Tochter ständig belauert und bevormundet habe. Was besagt demnach der Traum im ganzen? Er stellt eine Warnung dar: die Kranke möge ihre Tochter nicht mit übertriebener Erziehung zu sittlicher 'Reinheit'(!) so lange quälen, bis die Tochter daran zugrunde geht. Der Traum bringt somit die warnende Stimme des eigenen Gewissens zum Ausdruck." (Frankl, 1988, 34 f.)

Gerade dieses Traumbeispiel mag die Unterschiede in der phänomenologischen Arbeit von Boss und Frankl zeigen. Boss lehnt jede Symbolhaftigkeit des Traumbildes und demzufolge auch die freie Assoziation in der Traumarbeit rigoros ab. "Die 'Traumdeutung'", schreibt er, "ist mit der präzisen Beschreibung des träumend Vernommenen beendet. Alles andere, was zusätzlich gesagt wird, gehört nicht mehr zum Traumgeschehen und trägt nichts zu seinem Verständnis als solchem bei." (Boss, 1975, 62) Frankl dagegen scheut sich nicht, die freie Assoziation

anzuwenden, ohne aber dabei das Personale auch nur im geringsten zu vernachlässigen. Er entfernt sich nur soweit von der unmittelbaren Gegebenheit des Geträumten, als es die Lebenswirklichkeit des Träumers erfordert, bleibt aber dabei immer an der "Bewandtnis" des Traumes als Ganzes. Damit geht Frankl über die bloß beschreibende Phänomenologie hinaus (vgl. Kühn, 1990, 245). Für Frankl bedeutet Phänomenologie "Indienstnahme des präreflexiven ontologischen Selbstverständnisses des Menschen", ohne daß "ein gegebenes Phänomen gemäß vorgefertigter Denkmuster zu interpretieren sei" (vgl. Kühn, 1990, 246). Im Zusammenhang dieser von Kühn aufgewiesenen, notwendigen Differenzierung phänomenologischer Ansätze bringt dieser ein Beispiel das auch für das Traumverstehen Gültigkeit hat: "Eine Tür zum Beispiel ist eine ganz gewöhnliche Schranke, aber welcher Signal- und Symbolwert geht von ihr aus, wenn der Durchlass, der Schritt über die Schwelle, existenzwendende Bedeutung erhält: ein wichtiges Vorsprechen bei Jemand, eine verriegelte Zellentür oder gar-poetisch-metaphorisch-Himmels- und Höllentor!" (Kühn, ebd., 250)

Trotz der Einbeziehung der Symbolhaftigkeit der Traumbilder bleibt existenzanalytisch-phänomenologische Traumarbeit aber jedenfalls Vertiefung in ein Traumgeschehen, so wie es sich als Bewandtnis kundgetan hat (Evidenz), ohne in eine, vorgefertigten Denkmustern entsprechende, von außen angelegte Deutung überzuwechseln.

Ein Traumbeispiel soll das verdeutlichen: In einer Traumgruppe erzählte eine Teilnehmerin einen Traum, in dem sie in der Art eines Kindes unter eine Ordinationsliege uriniert. Bei dieser Tätigkeit hat sie Angst entdeckt zu werden. Eine Ärztin kommt herein und entdeckt die Urinflecken, schiebt aber die Verursachung auf Kinder die nichts dafür könnten. Die Träumerin erwacht in dem Gefühl der Erleichterung nicht entdeckt worden und dem der Schuld für die Tat nicht eingestanden zu sein. Im Gespräch über den Traum ließ sich die Träumerin schnell von der Gruppe verleiten, ihn dahingehend zu deuten, daß sie wohl eine sexuelle Handlung aus Scham verberge, was sie sich jedoch andererseits vorwerfe. Diese Idee fiel bei der Träumerin auf fruchtbaren Boden, und sie erzählte vor der Gruppe, daß sie tatsächlich mit ihrem Ehemann ein Abkommen getroffen habe, das beiden Partnern größtmögliche sexuelle Freiheit auch mit

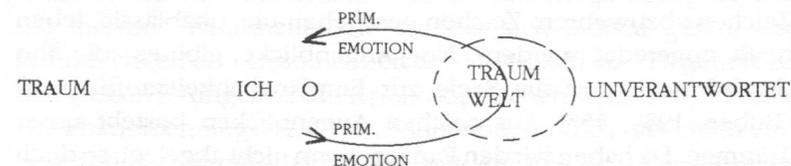
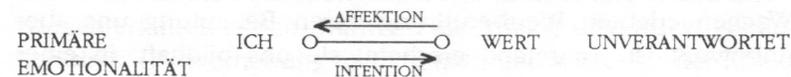
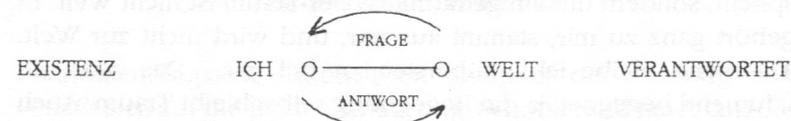
anderen Partnern gewährleisten sollte. So überlegte sie, für welche Tat sie sich nun wohl schämen mußte. Der phänomenologische Blick führte aber auf einen anderen Weg. In ihrer Darstellung vor der Gruppe war keinerlei Scham in sexueller Hinsicht zu bemerken. Offensichtlich konnte sie sich frei über ihre sexuellen Aktivitäten äußern. Ihre eigenen Überlegungen auf die sie von anderen Teilnehmern gebracht worden war, standen also nicht auf der Basis einer Evidenz bezüglich ihrer Betroffenheit von Scham. Das versteckte Urinieren selbst zeigt sich phänomenologisch vielmehr als ganz ursprüngliches Bedürfnis, das aber im Rahmen der gesellschaftlichen Regelungen zur Notdurft werden kann. Auf die Frage, wo in ihrem Leben sie etwas bedränge, das sie nun nicht länger leugnen oder verbergen kann, kommt sie auf den Bereich ihrer existentiellen Not zu sprechen, die in einer tiefen Einsamkeit und dem Gefühl des Verlassenwerdens besteht. Diese Emotionalität konnte sie aber ihrem Ehemann ebensowenig wie sich selbst eingestehen. Ihr Abkommen mit ihm bezüglich ihrer sexuellen Freiheit wird nun verstehbar als unbewußter Versuch, diese primäre, lebensgeschichtlich weit zurückreichende Emotionalität der Trauer über das Verlassensein zu verdrängen. (Assoziationen zu der Gestalt der Ärztin führten zur Erinnerung an ein Verlassenheitserlebnis in der Kindheit während eines längeren Spitalsaufenthaltes.) Gleichzeitig konnte sie dadurch auch jene Nähe in einer Beziehung vermeiden, die ja die Gefahr eines Verlassenwerdens erst in sich bergen würde. Nur unter der Verkleidung des Wasserlassens konnte sie träumend zulassen, daß sie aus innerer Not überfloß. Das Fließen ihrer eigenen Tränen erfüllte sie vor uns anderen nun wirklich mit Scham, so wie das Urinieren im Traum. Zugleich spürte sie aber auch die Befreiende Wirkung ihrer eigenen Offenheit, der Gruppe und sich selber gegenüber. Über das Zulassen der primären Emotionalität hinaus, lag in diesem Traumverständnis der existentielle Anstoß zu personaler Stellungnahme und weiterer sinnvoller Integration dieser Emotionalität in ihr Leben (vgl. Längle, 1991). Im existentiellen Sinn ist ein Traum nur dann verstanden worden, wenn ihm eine personale Antwort folgt, in der die Emotionalität des Traumes ins Leben integriert und der Traum in dieser Weise verantwortet werden konnte.

Traum und Emotionalität

Phänomenologische Traumarbeit unterläßt die Deutung und verläßt sich auf die Evidenzerfahrung. Schon Freud fand, daß die emotionalen Inhalte des Traumes (bei Freud: Affekte) am wenigsten einer sekundären Bearbeitung unterliegen und folglich einen direkten Zugang zum Traum darstellen. Er schreibt: "Die Analyse lehrt uns, daß die Vorstellungsinhalte Verschiebungen und Ersetzungen erfahren haben, während die Affekte unverrückt geblieben sind" (Hervorhebung im Original), und weiter "... der Affekt hat immer recht." (Freud, 1982, 444 f.) Allerdings konnte sich Freud aufgrund seiner naturwissenschaftlichen Absicht nicht genügend darauf einlassen, sondern deutete jede Emotionalität letztlich in einen Wunsch um.³⁾ Erst die Existenzphilosophie und mit ihr die Phänomenologie wendet sich radikal genug der Befindlichkeit und Gestimmtheit des Menschen zu. "Es gehört zu den großen Errungenschaften philosophischen Denkens", schreibt der Phänomenologe H. Vetter, "Stimmungen nicht als einen Appendix der Vernunft aufzufassen, sondern sie als ein konstitutives Moment des ganzen Menschen zu begreifen." (Vetter, 1991) Mit den Bildern, die uns träumend widerfahren, entstehen Gefühle in uns. Es ereignet sich eine je einzigartige Betroffenheit von Welt. (Im vorausgegangenem Traum war es die Betroffenheit von Scham und Schuld.) Träumend erfahren wir uns in eigentümlicher Weise bewegt von etwas uns selbst Betreffendem. Aber die Welt, die uns träumend begegnet, ist Traum-Welt, ungegenständliche Welt. Diese Welt oder das andere im Traum ist nicht das andere selbst in seiner Faktizität. Daher widersprechen wir Boss, der schreibt: "Alles, was faktisch (im Traum; Anm.d.Verf.) zu erfahren ist, entspricht vielmehr durchaus dem Wachgeschehen." (Boss, 1975, 39) Das 'andere' des Traumes ist überhaupt nicht das andere selbst, weil ja die Faktizität es erst zu einem anderen macht, zu einem Mir-gegenübergestellten. Daher ist die Gleichsetzung der Traum-Welt mit der faktischen Welt der Lebenswirklichkeit nicht möglich. Es handelt sich genaugenommen nicht um ein traumhaftes In-der-Welt-sein, von dem die daseinsanalytische Schule

3) vgl. Freuds eigenen Traum über Irma (Freud, 1982, 126ff.) in der aufgrund der Deutung vom Gefühl der Schuld zum Freispruch von ihr gewechselt wird.

spricht, sondern um ein geträumtes. Der Traum ist nicht Welt. Er gehört ganz zu mir, stammt aus mir, und wird nicht zur Welt. Träumend bleibe ich unübersteigbar bei mir. Das, was mir träumend begegnet, ja die Begegnung selbst bleibt Traum. Auch die Betroffenheit vom anderen entsteht nicht im Traum; hier erscheint sie bloß und ich gebe ihr Raum. Wirklich geschehen ist sie am anderen selbst, vor dem Traum, noch wachend in der Welt. Die Betroffenheit klingt gewissermaßen nach aus einer im Wachen erlebten Wertberührung deren Bedeutung uns aber unbewußt ist. Träumend erscheint sie uns bildhaft, in einer ursprünglichen, nicht durch 'sekundäre Bearbeitung' (Reflexion, Deutung, Verleugnung...) entstellten Weise. Träumend sind wir uns undistanzierbar selbst ausgesetzt. "Jeder von uns steckt in einem Panzer", schreibt M.Buber, "dessen Aufgabe es ist, die Zeichen abzuwehren. Zeichen geschehen uns unablässig, leben heißt angeredet werden...Nur Augenblicke gibt es, die ihn durchdringen und die Seele zur Empfänglichkeit aufrühren." (Buber, 1984, 153) Aus solchen Augenblicken besteht unser Träumen. Da haben wir den Panzer, wenn nicht abgelegt, so doch geöffnet und sind berührbar geworden für das, was an emotionaler Wirklichkeit unser Dasein durchdringt. Diese "primäre Emotionalität" (Längle) als ursprüngliche und unverzerrte Welt- und Wertberührung ist die Grundlage für jede existentielle Entscheidung und Sinnerfahrung. Nur im Einlassen darauf, was mich unbedingt angeht und der Stellungnahme dazu, kann sich Person entfalten und sich eine dialogische Beziehung zwischen dem einzelnen und seiner "Weltkonkretheit" (Buber) aufspannen. Im Traum ist die primäre Emotionalität als Grundstimmung während des Traumes selbst oder im Moment des Erwachens wahrnehmbar. Also liegt es nun am Wiedererwachen, diese Traumstimmung als Teil seiner Existenzverfassung zuzulassen (wie im vorausgegangenen Beispiel), sich ihr zuzuwenden, ihr Ausdruck zu verleihen und in der Folge zu ihr Stellung zu nehmen um sie auf diese Weise in das bewußte Leben zu integrieren. Die primäre Emotionalität, der träumend Raum gegeben wird, wartet noch auf meine Stellungnahme, Verantwortung und damit auf Integration. Das ungelebte Leben ruft den Träumer zur existentiellen Verwirklichung, die sich im Traum entweder schon freudvoll ankündigt oder aber in ihrer Verhinderung ängstigend aussteht.



Träume sind zu verstehen als ein Sich-zusprechen primärer Emotionalität über eine selbsterschaffene Traumwelt hinweg.

Was schlafend an mich ergangen ist, ist ein unkonkreter Sinnhinweis. "Traumauslegung", schreibt V.v. Gebattel, "ist nur möglich, wenn es gelingt, den Traum als einen verdichteten Hinweis zu durchschauen auf ein etwas, das nicht der Traum selber ist, das aber in ihm irgendwie angelegt ist, so daß man vom Traum sagen kann, er befände sich auf dem Weg zu seinem Sinn. Dieser Sinn schläft im Traum; der Symbolgehalt des Traumes ist eins mit dem in ihm schlafenden Sinn. Soweit Sinn schläft, ist er noch nicht zu sich selbst gekommen." (Gebattel, 1955, 38) Existenzanalytische Traumarbeit hebt diesen Hinweis aus seiner Verborgenheit und versucht ihn in den Lebenskontext zu stellen, in den er gehört. Die Vergegenwärtigung der eigenen Betroffenheit liegt weit jenseits jeder narzistisch-egozentrischen "Selbstbespiegelung", weil daraus die Gegenwärtigkeit den Dingen der Welt gegenüber wächst. Denkend sind wir leicht Gefangene unserer eigenen Vorstellungen und Prinzipien, die uns von dem,

was uns begegnet und anspricht nur einen Ausschnitt zeigen. Träumend entdecken wir ahnend und fühlend, daß wir mehr sind, als wir uns selber sein lassen. Der Traum gibt Leben frei; er entzieht die Bedeutung der Dinge, die uns träumend widerfahren, unserem Denken und Urteilen und wirft sie uns tiefer ins Herz. Die Betroffenheit ist zum Hinweis geworden auf einen Wert. Für den Träumer kann es wichtig sein, wachend den Ort dieser Wertberührung, auf den der Traum lediglich hinweist, zu finden und zu bewohnen. Insofern kann der Traum mit Frankl als Geschehen verstanden werden, in dem die Stimme des eigenen Gewissens zum Ausdruck kommt. (vgl. Frankl, 1988, 35) M. Heidegger hat das Gewissen gekennzeichnet als "...Anruf des Selbst zu seinem Selbstseinkönnen und damit ein Vorrufen des Daseins in seine Möglichkeiten." (Heidegger, 1986, 274) Nichts anderes geschieht aber im Traum: eine emotionale Wirklichkeit kann, losgelöst vom lebensgeschichtlichen Ort, voll erfahren werden. Ich wache also nicht nur vom Traum, sondern auch zum Ort auf, in den hinein der Traum mich ruft. Der Ort aber ist mein Leben selbst und irgendwo in ihm liegt der Grund meiner Betroffenheit.

Als Beispiel dafür sei hier eine siebenunddreißigjährige Ordensfrau erwähnt, die folgenden Traum erzählte. "Im Traum habe ich geschlafen und geträumt. In diesem Traum hatte ich die Aufgabe, meine Gefühle zu formulieren. Es ist leicht gegangen. Dann wurde ich aufgefordert im Wachzustand weiterzumachen. Ich habe mich zwar bemüht, aber es ist nicht gut gegangen. Jetzt wollte ich wieder einschlafen. Wieso soll ich mich anstrengen, wenn es im Traum viel leichter geht. Ich bin wieder eingeschlafen und hatte einen Traum (im Traum!): Ich war eine von vier Ordensfrauen in Zivil. Wir alle hatten einen Stein am Fuß angebunden. Es war sehr mühsam, den Stein nachzuschleppen. Dann kam ein Aufruf: 'Bindet den Stein los und werft ihn euch gegenseitig hin.' Alle haben gezögert. Ich habe mich gebückt und den Stein in die Hand genommen. Da bin ich erwacht mit dem Gefühl der Unzufriedenheit." Die Träumerin sollte im Traum ihre Gefühle 'formulieren', was ihr auch, im Unterschied zum (geträumten!) Wachzustand leicht gelungen ist. Aus ihrer Erfahrung mit existenzanalytischer Traumarbeit war ihr die Bedeutung des Traumes als Zugang zu ihrer Emotionalität bis in ihren Traum und die Traumwelt hinein gegenwärtig. Sie versucht also im Traum wieder einzuschlafen, um mehr über ihre primäre Emotionalität zu

erfahren, was ihr dann prompt gelingt. Den darauf erfolgten Traum im Traum kommentierte sie folgendermaßen: "Das bin genau ich! Ich schleppe es (einen aktuellen Konflikt mit einer Mitschwester) hinter mir nach ohne es in die Hand zu nehmen. Wieso habe ich den Stein nicht geworfen?" Dazu folgt später ihre Assoziation: Wer ohne Sünde ist, der werfe den ersten Stein. Diese steht im Zusammenhang mit hindernden Schuldgefühlen und daraus resultierender Aggressionshemmung. "Der Traum ist eine Hinführung," fährt sie in ihrer spontanen Erklärung fort, "aber es ändert nichts, wenn ich es nicht anpacke. Ich träume viel, aber radikal das angepackt, was mir der Traum sagt, habe ich nicht. Ich werde versuchen die Situation selbst in die Hand zu nehmen und niemandem die Entscheidung zu überlassen. Ich werde versuchen alles aufzuräumen, was mein Leben einengt. An der A. (der Mitschwester, der sie aufgrund des bestehenden Konflikts aus dem Weg geht) komme ich nicht vorbei!" Das tiefe Verständnis dieser Frau für ihren Traum und die Evidenz ihres Ärgers und ihrer Unzufriedenheit mit sich selbst, führt sie geradewegs zur personalen Stellungnahme gegenüber ihrer Emotionalität. Sie erfährt sich als vom Traum verwiesen auf etwas, das an Existenz noch ausständig ist und sie unzufrieden mit sich selbst sein läßt. Wenn sie auch träumend schon den Stein des Konflikts ergreift, so bleibt ihr dies im Wachen immer noch zur Aufgabe und Verantwortung.

Daher ist die geträumte Tat nie der getanen gleichzuhalten. Die geträumte Antwort ist im eigentlichen Sinne noch keine existentielle Antwort, weil ihr die Entschlossenheit fehlt, in der das andere, das nicht ich selbst bin, ergriffen werden kann. Daher kann der Traum selbst weder echte Wunscherfüllung sein, noch Konfliktlösung. Schlafend bin ich nicht entschlossen, sondern verschlossen der Welt um mich, aber offenstehend dem, was in mir ist. Ich erfahre vielleicht von einem Wunsch, ihn aber zu erfüllen, das kann mir kein Traum abnehmen (es sei denn den Wunsch, wieder einmal etwas zu träumen), das bleibt meinem Mich-selbst-ergreifen und -entwerfen zur Aufgabe, so wie das Nicht-erfüllen meiner Verantwortung bleibt.

Traum und Intentionalität

Jedes Traumgeschehen ist eine Äußerung der Person, in der sich,

wie in jeder personalen Äußerung, Welt- und Wertbeziehung des Träumenden widerspiegelt. Im träumenden Existieren können zwei Aspekte unterschieden werden: Emotionalität und Intentionalität. Diese beiden Aspekte entsprechen im Wachen dem Befragtheit vom Leben und der Weise des Antwortens darauf. War im Vorangegangenen das Augenmerk auf die Emotionalität gelegt, der im Traum Raum gegeben wird, so fällt nun ein kurzer Blick auf diesen Raum selbst, auf die Traumwelt, durch die hindurch die Emotionalität sich zeigt. Es ist keine faktische Welt, die da entsteht, sondern eine fakultative. Ihr Wesen ist die Möglichkeit zu sein. Sie ist, indem sie entsteht, ganz für den Träumer da, entsteht ganz und gar nach seinen inneren Bedingungen. Jedoch entsteht sie nicht von selbst, als Produkt eines biochemischen Zufalls, sondern die Tiefenperson des Träumers läßt sie entstehen. Sie ist das Ergebnis intentionaler Gestaltung. "Der Träumer", schreibt D. Wyss, "entwirft und verwirft 'Welt' nach seinem eigenen Bild, so wie im biblischen Schöpfungsmythos Gott den Menschen ... nach 'seinem Bild' entwarf... Der Solipsismus des Träumers entwirft und verwirft Welt nach dem höchst 'subjektiv' -eigenen Bild, nach der 'ureigensten Erfahrung' die willkürlich-irrational mit den Inhalten der Erfahrung, dem im Wachen Wahrgenommenen umgeht... Denn der Träumer ist ja mit seiner von ihm erzeugten Traumwelt ebenso identisch wie Narziß mit seinem Spiegelbild." (Wyss, 1988, 297 f.) Freud berichtet von einem Ende des 18. Jahrhunderts durchgeführten Experiment, in dem versucht wurde, durch verschiedene Sinnesreize am Schlafenden, Träume zu erzeugen. (vgl. Freud, 1982, 51 f.) Man goß ihm etwa einen Tropfen Wasser auf die Stirn, und er träumte, er sei in Italien, schwitze heftig und trinke weißen Wein von Orvieto. So wie in diesem Beispiel sind die verschiedensten 'Traumreize' möglich und Freud unterläßt es nicht, sie eingehend zu erörtern. (vgl. ebd., 48-67) Trotz des unbestreitbaren Einflusses innerer und äußerer Reize auf den Traum, widerspricht dies keineswegs der Auffassung von der intentionalen Gestaltung des Traumes. Immer, ob schlafend oder wachend, ist der Mensch mitbedingt von körperlich-psychischen Vorgängen. Wirklich verstanden wird er selbst, sein Handeln und Wollen, aber auch sein Träumen, nur in seiner noetischen Dimension, in der er stets als vom Leben Befragter und Antwortender erscheint. Der Traum des Experimentes ist vom Sinnesreiz nicht determiniert. Der Träumer hätte ja

genausogut als Galeerensträfling schwitzen können, anstatt bei einem Glas Wein. Daß es aber gerade Wein ist, weißer Wein aus einer bestimmten Gegend, diese Bewandnis entstammt nicht dem Wassertropfen, der auf seine Stirn fiel, sondern seiner Intentionalität in bezug auf eine emotionale Qualität der Traumsequenz, über die leider, wie in den meisten Beispielen der Traumliteratur, nichts überliefert ist. Immer sind es ganz konkrete Bedingungen, die träumend gestaltet werden, unter denen sich eine bestimmte Emotionalität erst ereignen kann. So und nicht anders muß Welt sein, damit der Träumer sich die primäre Emotionalität zusprechen und sie wahrnehmen kann. Träumend gestaltet er 'Welt', um sie ganz für sich zu gebrauchen. Innere und äußere Reize, Triebimpulse und Tagesreste können zwar Auslöser eines Traumgeschehens sein, spielen aber als Inhalt des Traumes nur eine bescheidene Rolle und tragen zu seiner Bedeutung überhaupt nichts bei. Zur Verdeutlichung stellen wir nun folgendes Gedankenexperiment an: Nehmen wir an, ein Schlafender erleidet einen körperlichen Schmerz, etwa durch den Stich eines Insekts. Dieser Schmerz kann Auslöser eines Traumgeschehens sein. Aber noch immer sind alle Wege für eine Traumhandlung offen. Er könnte beispielsweise von einem Überfall in der U-Bahn träumen, bei dem er von einem Halbstarcken mit einem Messer gequält wird. Ebenso hätte er aber von einer lebensrettenden Injektion träumen können, die ihm ein Arzt verpaßt. Doch auch das Traum - Bild selbst, das er träumend entstehen läßt, sagt noch gar nichts über die Bedeutung des Traumes aus. Verstanden werden kann er erst im Zusammenhang mit der Emotionalität, die das Bild begleitet. Bleiben wir bei dem Beispiel: Es könnte sein, daß der Träumende in seinem Traum von ohnmächtiger Wut über die Mißhandlung erfüllt ist. Dann wäre die Gestaltung des Traumbildes im Hinblick auf die Wut zu verstehen und wir müßten uns fragen, warum der Träumer, um Wut zuzulassen, intentional gerade dieses Geschehen zustande kommen ließ. Es entspräche seiner situativen Existenzmöglichkeit in Hinblick auf die Emotionalität der ohnmächtigen Wut. Ganz anders wäre der Traum zu verstehen, wenn der Träumer etwa Angst empfinden würde, oder das Gefühl der Demütigung. Es wäre sogar möglich, daß er ein Traumbild gestaltet, in dem er deshalb zum Opfer wird, weil er eine andere Person vor dem Gewalttäter beschützt und ihn so während des Geschehens das Gefühl des Heldenmutes durch-

strömt. Dann wieder würde die Traumbewandtnis uns etwas darüber mitteilen, wie die Welt des Träumers gestaltet sein muß, um diese Emotionalität zuzulassen. Alles, was sich im Traum ereignet, ist unbewußt-intentional gestaltet im Dienste einer bestimmten Emotionalität. Daher handelt es sich beim Traum also um eine Quasi-Integration der primären Emotionalität.⁴⁾

Weil nun die entstandene Traumwelt die ganz konkrete Bedingung darstellt, unter der ich mich als solcherart Betroffener wahrnehmen und zulassen kann, hat sie Ausdruckscharakter. Sie entspricht den situativen Existenzmöglichkeiten der Person in Hinblick auf die geträumte Emotionalität. Um diese, sich im Traum offenbarenden Existenzmöglichkeiten wahrzunehmen, braucht es wieder die phänomenologische Methode, als genaues Beschreiben der Bewandtnis des Traumes. Durch sie ist es möglich, nicht nur Einzelelemente, sondern das Ganze des Traumbildes, die Traumstimmung und Atmosphäre, den Zeitpunkt des Aufwachens, die Dichte des Geschehens und andere zur Bewandtnis gehörende Merkmale wahrzunehmen und als Intentionalität zu verstehen.

Wie das an einem konkreten Traum geschieht, soll am folgenden Beispiel gezeigt werden. Der Träumer ist ein 48jähriger Angestellter, der nach einer 20 Jahre dauernden Ehe geschieden wurde und seit einiger Zeit mit einer Freundin, die er nach seiner Scheidung kennenlernte, zusammenlebt. Diese Beziehung, aber besonders ihr Drängen auf Eheschließung, belasten ihn. Immer wieder erwägt er eine Trennung, um aber im gleichen Atemzug zu beteuern, sie sehr zu lieben. Diese Beziehungsproblematik führt ihn in die Therapie. Er erzählt einen Traum, der ihn sehr erschreckt hat: Darin fährt er mit seinem Chef in einem Autobus, den dieser steuert. Er selbst sitzt daneben und legt seinen Kopf in dessen Schoß. Dabei fühlt er sich sehr geborgen und bestätigt dem Lenker, daß dieser die Strecke ja gut genug kenne. Dann schaut er aus dieser geborgenen Situation auf, um einen Blick auf die Straße zu werfen und sieht voll Entsetzen, daß der Fahrer direkt

4) Echte Integration der primären Emotionalität würde die Gegenstände der Wertewelt brauchen, an deren So-sein sich die Person orientiert. Was dem Traum fehlt, ist die objektive Seite der (Werte-)Welt. Träumend fehlt jeder Intentionalität der Modus der Gegenwärtigkeit. Sie bleibt beschränkt auf die subjektive Seite des Es-soll-sein und ist damit gewissermaßen eine passive Intentionalität.

auf eine Mauer zurast. Im letzten Augenblick vor dem Aufprall wacht er schreiend auf. Spontan sagt er, dies wäre die einzige Möglichkeit zur Rettung gewesen, aufzuwachen und in die Wirklichkeit zu kommen. Der phänomenologische Blick fällt zuerst auf die Person des Lenkers, mit dem sich der Träumer auf einem gemeinsamen Weg befindet. Dieser Weg führt aber (für beide!) aufgrund der Destruktivität des Führenden zur Vernichtung. Bei so massiver Destruktivität ist Mißtrauen angebracht, ja sogar lebensrettend. Im Gespräch über den Traum erzählt er, daß er mit seinem Vorgesetzten, -dem Chef, mit dem er träumend im Autobus fährt-, eine Zeitlang befreundet war, dieser aber die Beziehung bald auf verletzende Weise abgebrochen habe. Assoziationen zum Autobus fördern ein Erlebnis aus der Kindheit zutage, das sich auf einem Ausflug mit dem Vater zugetragen hat. Da habe der Vater im Spiel einen Autobus gegen Kinder verteidigt, die versuchten, in diesen einzudringen. Er erzählt über seine Beziehung zum Vater und daß dieser sich stets vor einer Nähe zum Patienten abgeschirmt habe, sosehr dieser sie bis zum heutigen Tage auch gesucht hat. Wegen seiner Herrschsucht wurde der Vater von Bekannten der Familie oft als "Reservechef" bezeichnet. Im Berichten wird ihm die Übereinstimmung des Zurückgewiesenwerdens durch den Vater und durch seinen Vorgesetzten deutlich. Als Thema des Traumes gibt er an: "Genieße die Geborgenheit und sei auf der Hut!" Die primäre Emotionalität ist hier eine zweifache, ambivalente: einerseits Geborgenheit und Vertrauen und andererseits Entsetzen und Angst. In welchen Lebenszusammenhang verweist diese emotionale Qualität? In der Beziehung zur Freundin spürt der Klient die aktuelle Entsprechung dieser Bewandtnis. Auch bei ihr habe er Angst, sich ganz einzulassen. Das ständige Zusammensein mit ihr "streßt" ihn und um sich eine für ihn wichtige Distanz zu bewahren, "schlüpft" er von Zeit zu Zeit in seine eigene Wohnung, um sich zu erholen. Der Entschluß, mit der Freundin zusammenzusein, weicht dann dem Bedürfnis ein einsames, ja mönchisches Leben zu führen. Tatsächlich hat er seit seiner Scheidung mehrmals erwogen in ein Kloster einzutreten oder ein asketisches Leben zu beginnen. Nach solchen Unterbrechungen nimmt er aber die Beziehung zu ihr wieder auf und ist dann sogar bereit, sie "in einiger Zeit" zu heiraten. Dabei fällt ihm ein, daß ihre Tochter am Wochenende davor mit dem Kopf auf ihrem Schoß eingeschlafen war und dieses Bild ihn

nachhaltig und tief beeindruckt habe. Träumend gab der Patient nun selbst einem solchen vertrauensvollen Sich-überlassen, Sich-vergessen auf einen anderen Menschen hin Raum. Diese personale Möglichkeit, in der der Mensch Sinnerfüllung seines Dasein erfährt, gelingt ihm wachend in der Beziehung zur Freundin kaum. Sie ist ihm durch ständige Ambivalenz von Sehnsucht nach Geborgenheit und Angst verwehrt. Das Sich-Einlassen im Vertrauen (Kopf-in-den-Schoß-legen) wird durch das distanzierte Beobachten (auf-die-Straße-blicken) verhindert. Sein Motto: genieße die Geborgenheit und sei auf der Hut, ist ein existentieller Widerspruch und eigentlich nicht lebbar. Der phänomenologischen Schau zeigt sich trotz der Panik, in die das Traumgeschehen mündet, aber auch die Möglichkeit des Vertrauens und nicht etwa nur dessen Gefährlichkeit. Für einen kurzen Moment ist es in den Erfahrungshorizont des Träumers getreten und ist daher unter den Bedingungen, auf die das Traumgeschehen hinweist, möglich. Im Dienste der Emotionalität des Geborgenseins und der Angst wurden die Traumbedingungen intentional gestaltet. Diese Bedingungen sind einerseits die im Traum stattgefundene zeitliche Trennung des kindlichen Sich-anvertrauens vom Auf-den-Weg-und damit In-die-gemeinsame-Zukunft-blicken und andererseits das Abbrechen des (Traum-)Geschehens unmittelbar vor der Katastrophe. Vertrauen kann sein, aber nur unter der Bedingung, daß die von ihm selbst geschaffene Traumwelt im letzten Moment verschwindet und damit die letzte fürchterliche Konsequenz verhindert wird. ("Die einzige Rettung war es, aufzuwachen und in die Wirklichkeit zu kommen.") Diese konkrete Gestaltung des Traumendes hat Ausdruckscharakter im Hinblick auf die Möglichkeit, Vertrauen und Nähe zu erleben. Tatsächlich stellt für den Patienten gerade das Drängen der Partnerin auf Eheschließung und damit nach Dauer der Beziehung eine Überforderung seiner situativen Beziehungsmöglichkeit dar. Der Gedanke an Eheschließung fördert daher nicht die Beziehung, sondern bewirkt im Gegenteil, daß selbst dort, wo Begegnung zur Partnerin situativ, wenn auch nur für kurze Zeit, gelingen kann, erneut eine ängstliche Abwehr wachgerufen wird. Dem zugrunde liegt die Angst vor einem Ich-Verlust im Akt der Selbsttranszendenz. Ein Abgrund gähnt zwischen Ich und Du und so sehr er dieses Du erreichen will, so groß ist zugleich die Angst, in den Abgrund hineinzustürzen. Darüber hinaus verweist der Traum auf den

Einfluß des Vaters bei der Entstehung dieses tiefen Mißtrauens und auf das Fehlen eines Vertrauens-Grundes jenseits des kindlichen Ausgeliefertseins. Vertrauen kann nur entstehen wo das Sich-Einlassen und das Vom-anderen-erwartet-werden einander dialogisch ergänzen. Diese Grunderfahrung war dem Patienten in der Zeit seiner Kindheit gänzlich verwehrt. Schließlich sei noch betont, daß auch Alpträume immer als ein Sich-zusprechen primärer Emotionalität zu verstehen sind. Diese ist aber eine ganz und gar unintegrierte, unverantwortete. Sie ist dem Wachbewußtsein fremd und zuwiderlaufend und darf nur im Traum unter ganz besonderen Bedingungen sein. Wachend aber wird sie nicht wahr- oder ernstgenommen. Träumend ermöglichen wir ihr Sein und damit unser So-sein als ein krisenhaftes, in die Enge getriebenes, ohne das wir aber zu diesem Zeitpunkt unsere Existenz nicht übernehmen können. In der Bedrohung des Alptrahms ist mehr Leben anwesend, als in der oberflächlichen Leugnung der Krise während des Wachens. Der Wiedererwachte steht vor der Aufgabe, sich dem lebensweltlichen Bereich seiner Krise zuzuwenden, nachdem er die Erschütterung des Traumes als einen Ruf, dieses Leben in die Existenz zu übernehmen, verstanden hat.

Für den Träumer des eben besprochenen Traumes hieß das Übernehmen der eigenen, so verängstigten Existenz, von Eheabsichten vorläufig bewußt Abstand zu nehmen, um so der gegebenen Existenzmöglichkeit in Hinblick auf das Vertrauen-können, Rechnung zu tragen. Ständige Versprechungen, die er dann nicht zu halten imstande ist, führen nur zu weiteren Schuldgefühlen und zur Entmutigung beider Partner. Der Traum ließ ihn ahnen, daß es sich bei seinem Problem nicht, wie er zunächst meinte, um einen moralischen Konflikt handelte, der durch gute Absicht zu lösen ist, sondern um eine tiefe Verängstigung, deren Wurzeln weit in die Vergangenheit zurückreichen.

Auch das Fremde und Ängstigende im Traum meint uns selbst, unser ungelebtes Leben, das zu leben wir versäumt haben oder daran gehindert wurden. Es ruft uns zur Stellungnahme und zur Antwort. Dieser Ruf kommt nicht von irgendwo auf uns zu. Er stammt aus der personalen Tiefe unseres Seins und ist daher kein fremder Ruf, sondern uns selbst näher als unser Ich es wachend ist.

Literatur

- Boss M. (1975): Es träumte mir vergangene Nacht... Bern: Huber
- Buber M. (1984): Das dialogische Prinzip. Heidelberg: Lambert/Schneider
- Frankl V. E. (1955): Über die Geistigkeit und das Unbewußte, in: 'das jüdische Echo', Nummer 4 Vol. IV
- Frankl V. E. (1987): Der unbewußte Gott. München: Kösel
- Frankl V. E. (1988): Ärztliche Seelsorge. Wien: Fischer
- Frankl V. E. (1984): Psychotherapy and Existentialism. New York: Washington Square Press
- Freud S. (1982): Die Traumdeutung. Frankfurt: Fischer
- Gebattel V. v. (1955): Traum und Symbol. In: Jahrbuch für Psychologie und Psychotherapie, ders. Hrsg., Würzburg, 3. Jg., Heft 1
- Heidegger M. (1986): Sein und Zeit. Tübingen: Max Niemeyer
- Kühn R. (1990): Sinn und Sein, aus: Thesianum, 12. Jg. 1, 243-253.
- Längle A. (1991): Die biographische Vorgangsweise in der personalen Existenzanalyse. Vortrag, gehalten anlässlich der Tagung der GLE, Hannover.
- Vetter H.: Die Bedeutung der Phänomenologie für die Psychotherapie. Vortrag, gehalten anlässlich der 1. Tagung der Österreichischen Ges. f. Daseinsanalyse am 21.6.91 in Wien.
- Wyss D. (1988): Traumbewußtsein? Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht

*Mag. Cornelia Kunert
Speichberggasse 84/19/6
A-3002 Purkersdorf*