

1. Traum und Seelsorge: Seelsorge ist Teilnahme an der Sorge Gottes um den Menschen als Seele in aufmerksamer Zuwendung mit dem Ziel, Lebensgewissheit zu fördern. Da Gott in seiner Sorge um den Menschen Schlafträume benutzt¹, ist das Traumerleben für die Seelsorge ebenfalls von Bedeutung. Für träumende Menschen, von denen die Bibel berichtet, gehörte die Beachtung der Traumrealität zur Gotteserfahrung und zur Lebensgestaltung. Insbesondere in Umbruchs- und Krisenzeiten erlebten sie Träume als richtungs- und zukunftsweisende Impulse von Gott.²

2. Definition: Der Traum entsteht als eine Figur auf dem Hintergrund konkreter Lebenssituationen. Träume sind eine Schöpfung des Unbewussten. Sie sind eine szenische Verdichtung von Sinneseindrücken. In Träumen visualisieren sich Gefühle. Im Traum treten verschiedene Persönlichkeitsanteile des Träumenden in Traumgestalten auf. Die Seele tritt in einen Dialog mit sich selbst. Dabei zeigt sich, wie der Träumende sein Leben erlebt, wie er mit den Menschen und sich selbst umgeht. In der seelsorglichen Arbeit sind zwei Arten von Träumen m. E. besonders relevant: Albträume und so genannte Wiederholungsträume. Sie vermitteln Einblick in unbewusste und ungelöste Lebenskonflikte und fördern ihre entlastende und heilende Bearbeitung.

3. Albtraum: Träume entwickeln eine Dynamik, die sich – ähnlich dem antiken Theater - in vier Schritte unterteilen lässt. Im ersten Schritt entsteht das Bühnenbild. Die Traumelemente versammeln sich zu einer Szene. Im zweiten Schritt kommt Bewegung auf. Traumgestalten kommunizieren miteinander, was auf einen dritten Schritt, den so genannten Höhepunkt, zuläuft. Im vierten und letzten Schritt kommt es zu einer abschließenden und entspannenden Lösung. Für den Albtraum ist typisch, dass dieser vierte Schritt fehlt, weil der Traum am Höhepunkt, bei Schritt drei, abbricht. Die Seele hat von sich aus nicht die Kraft, eine Lösung zu schaffen und ‚beauftragt‘ so den Träumer, selbst nach einer Lösung zu suchen. Der Albtraum weist auf einen gravierenden seelischen Konflikt hin. Es kann sein, dass Persönlichkeitsanteile gegeneinander streiten. Möglicherweise handelt es sich auch um ungeklärte Erlebnisse der sozialen Biografie. Um welchen Konflikt, Beziehung und um welches biografische Ereignis es dabei geht, kann nun im seelsorglichen Gespräch weiter herausgearbeitet werden.

4. Wiederholungstraum: Wiederholungsträume sind Träume, die in Abständen von Wochen oder Monaten, manchmal auch nach Jahren öfter wiederkehren. Dabei können sich die Gestalten bzw. Gegenstände, die im Traum vorkommen, verändern oder wechseln. Das Thema des Traumes aber bleibt immer dasselbe und wiederholt sich in unterschiedlichen Szenen. Wiederholungsträume weisen den Träumenden auf Unerledigtes im Leben hin, das aber längst erledigt sein sollte und das in irgendeiner Weise Lebendigkeit und Entwicklung einschränkt. Folgend Fragen können weiterhelfen: Woher kennst du dieses Gefühl, das du im Traum erlebst, oder mit dem du aufgewacht bist, noch aus deinem Leben? An was erinnert dich die Szene? Was fällt dir zu den einzelnen Gegenständen/Traumgestalten ein? Inwiefern kommt dir die Atmosphäre des Traumes bekannt vor?

5. Weiterführende Literatur:

- *Hark, H.*, Der Traum als Gottes vergessene Sprache. Symbolpsychologische Deutung biblischer und heutiger Träume. Freiburg 1993.
- *Kühn, U.*, Träume – die vergessene Sprache Gottes, Wuppertal 2003.
- *Martin, G. M.* in: *Spiegel, Y.*, (Hg.), Doppeldeutlich. Tiefendimension biblischer Texte. München 1978, S. 111–120.
- *Morgenthaler, C.*, Der religiöse Traum: Erfahrung und Deutung. Stuttgart 1992.
- *Riess, G.*, Träume – eine Quelle religiöser Erfahrung, in: *Pastoraltheologie* 76/1987, S. 348–363.

¹ Im Traum, im Nachtgesicht, wenn der Schlaf auf die Menschen fällt, wenn sie schlafen auf dem Bett, da öffnet er das Ohr der Menschen und schreckt sie auf und warnt sie, damit er den Menschen von seinem Vorhaben abwende und von ihm die Hoffart tilge und bewahre seine Seele vor dem Verderben und sein Leben vor des Todes Geschoss (Hiob 33, 15 – 18).

² Beispiele: 1. Mose 28, 10-12.16.17; 1. Mose 37, 5-7; Mat 1, 2-24; 2,12.