

Ingrid Riedel

Träume – Wegweiser in neue Lebensphasen

Patmos Verlag

VERLAGSGRUPPE PATMOS

**PATMOS
ESCHBACH
GRUNEWALD
THORBECKE
SCHWABEN
VER SACRUM**

Die Verlagsgruppe
mit Sinn für das Leben

Für die Verlagsgruppe Patmos ist Nachhaltigkeit ein wichtiger Maßstab ihres Handelns.
Wir achten daher auf den Einsatz umweltschonender Ressourcen und Materialien.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im
Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Alle Rechte vorbehalten

© 2019 Patmos Verlag

Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG, Ostfildern

www.patmos.de

Überarbeitete Neuauflage des gleichnamigen Titels (1. Auflage 1997)

Umschlaggestaltung: Finken & Bumiller, Stuttgart

Umschlagabbildung: © Daniela Ciudad / unsplash.com

Gestaltung, Satz und Repro: Schwabenverlag AG, Ostfildern

Druck: GGP Media GmbH, Pöbneck

Hergestellt in Deutschland

ISBN 978-3-8436-1144-2

Inhalt

Vorwort.....	7
Der Lebensfahrplan.....	9
Träume als Wegweiser.....	20
Die Lebensphasen.....	37
Erwartung – die Adoleszenz.....	43
Verwirklichung – das frühe Erwachsenenalter.....	54
Ernüchterung – das mittlere Erwachsenenalter.....	81
Einverständnis – das spätere Erwachsenenalter.....	118
Bescheidung – das hohe Alter.....	141
Zusammenschau.....	148
Anhang.....	152
Anmerkungen.....	152
Literatur.....	156

Vorwort

Wenn wir unsere Träume wichtig genug nehmen, dass wir sie aufschreiben, vielleicht sogar ein Traumtagebuch führen, dann pflegen wir unseren Träumen meistens ein Datum beizufügen, damit wir später noch wissen, nach welchem Tag, in welcher Nacht wir sie geträumt haben. Dadurch lassen sich die Träume mit den jeweiligen Ereignissen des Vortages oder auch des nachfolgenden Tages in Beziehung setzen. Wie Traumvergleiche zeigen, gibt es tatsächlich solche Beziehungen, hierauf beruht überhaupt die Bedeutung der Träume. Ihre Bedeutung beschränkt sich natürlich nicht auf den Tag davor und danach und ist nicht nur die Erhellung des vorhergehenden und auch nicht nur Wegweisung für den kommenden Tag – dies natürlich auch –, sondern Träume dienen, wie alle, die Traumtagebücher führen, bezeugen, der rückblickenden Durchleuchtung ganzer Lebensabschnitte und der vorausahnenden Anstrahlung, ja dem Entwurf künftiger Lebensphasen. Aus dieser Einsicht heraus, die sich dem Vergleich ganzer Traumserien verdankt, ist auch die gute Gepflogenheit entstanden, Träume, die man veröffentlichen möchte, nie ohne Altersangabe des Träumers und seines Geschlechts hinausgehen zu lassen. Das beruht auf der Erfahrung, dass die emotionale Stimmung von Träumen, ihre Thematik und Problematik sehr viel mit der jeweiligen Lebensstufe des Träumers, der Träumerin zu tun haben und dass sich die Träume, werden sie an den Schwellen der jeweiligen Lebensalter geträumt, darüber hinaus oft schon auf das beziehen lassen, was in der neuen Lebensphase auf den Träumer, die Träumerin zukommen wird. Vielfach werden Träume hierbei zu echten Wegweisern.

Aus der Beobachtung, wie viel die jeweilige Altersstufe der Träumer mit der Art und Botschaft ihrer Träume zu tun hat, ist die Idee entstanden, einmal dem nachzugehen, was Frauen und Männer beim Übergang von ihren Zwanzigern in die dreißiger Jahre, von den Dreißigern in die Vierziger, in die Fünfziger und so fort träumen, und dabei zu erkennen, ob sich in den Übergangskrisen in kommende Phasen auch mögliche neue Lebenschancen entwickeln

lassen. In Gesprächen habe ich oft festgestellt, dass allein die Idee, in Träumen Orientierung über Künftiges zu finden, den Träumern Mut machte für die kommende Lebensphase und in ihnen die Bereitschaft weckte, die darin liegenden Chancen auszukundschaften. Ich hoffe, mein Versuch regt dazu an, entsprechende Erfahrungen und Überlegungen für sich selbst nachzuvollziehen.

Sehr herzlich danken möchte ich an dieser Stelle den Männern und Frauen, die mir für dieses Buch großzügig Traummaterial aus verschiedenen Lebensstufen zur Verfügung gestellt haben. Mein Dank gilt auch Verena Kast für ihre Zustimmung, dass ich einige der Träume, die sie veröffentlicht hat, unter der Perspektive der Lebensübergänge noch einmal neu beleuchte.

Vor allem danke ich meiner erfahrenen Lektorin Christiane Neuen, dass sie eine Neuauflage meines Buches im Patmos Verlag ermöglicht, zumal das Interesse der Leserinnen und Leser an Lebensphasen und Lebensübergängen anhält und sich der Beginn der späteren Lebensphasen, des Alters, bei der heutigen Generation bereits hinauszuzögern scheint, so dass es dafür individuelle Wahrnehmungsmöglichkeiten braucht. Nach wie vor stellen Träume grundlegende Quellen zum Verständnis der Lebensphasen dar und zeigen uns untrüglich an, welcher Übergang für uns selber ansteht.

Kostanz, im Januar 2019

Ingrid Riedel

Der Lebensfahrplan

Ob es wohl so etwas wie eine Wanderkarte für unsere Lebenslandschaft gibt, ein Wege- und Straßennetz gleichsam mit gewissen Hinweisschildern, mit Wegweisern? Vielleicht sogar so etwas wie einen Fahrplan? – Tröstlich wäre es ja.

Bahnträume: Wie wir unsere Züge bekommen

Die überaus zahlreichen Träume von Eisenbahnzügen, die von den unterschiedlichsten Menschen berichtet werden und für die es typisch ist, dass man darin die *Züge*, um die es geht, nur noch mit Mühe oder gar nicht mehr bekommt, sprechen dafür, dass es einen solchen Fahrplan gibt, und sie sprechen zugleich dafür, wie wichtig es ist, dass wir die Wegstrecken samt den Entwicklungsaufgaben, die sie uns stellen, auch befahren, um die entsprechenden Entwicklungsziele zu erreichen. Nach Erik Erikson kommen zwar versäumte Züge zumindest einmal im Leben noch einmal vorbei, die meisten sogar mehrmals, so dass wir eine Entwicklungsaufgabe, die wir in der dafür vorgesehenen Phase nicht lösen konnten, noch einmal angehen können. Das Problem besteht nur darin, dass sie dann zu den Aufgaben einer neuen Phase hinzukommt und die Lebensreise dadurch als ganze komplizierter wird.

Unser Leben verläuft in großen Phasen – Kindheit, Adoleszenz, frühes, mittleres und spätes Erwachsenenalter, hohes Alter –, in Übergängen, die wir, wenn möglich, bewusst erleben sollten, indem wir uns Zeit für sie nehmen. Früher ließ man einen Acker, nachdem er Frucht getragen hatte, eine Zeit lang brach liegen, damit er sich in aller Stille regenerieren konnte. Und in alten Kulturen pflegte man die Schwelle in ein neues Lebensalter mit Scheu, Ehrfurcht und in ausgedehnten Ritualen zu überschreiten. Am Beispiel einiger Träume von Bahnreisen möchte ich bedenken, inwiefern gerade in als krisenhaft erlebten Übergängen von einer Lebensstation zur anderen Träume so etwas wie Orientierungshilfen sein können.

Überflüssiges Lebensgepäck

Eine Frau, 36-jährig, Mutter einer drei Monate alten Tochter, träumt, sie reise in einem Zug, furchtbar schwer beladen mit eigenem Gepäck, mit dem Säugling und auch noch mit fremdem Gepäck, das sie für jemand anderen mit befördert. Als sie aussteigen muss, kann sie nicht alles rechtzeitig aus dem Zug bringen, bevor er weiterfährt. Ihr Kind und einen Teil des eigenen Gepäcks hat sie herausgeholt, ehe der Zug wieder anrollt, ein anderer Teil des eigenen Gepäcks, vor allem aber das gesamte fremde Gepäck fährt weiter.

Der Traum erschreckt sie zunächst. Wie soll sie es verantworten, dass das fremde Gepäck allein weiterreist?

Versuchen wir, dennoch das Wegweisende in diesem Traum zu erkennen. Gerade weil er so unbefriedigend endet, fordert er die Träumerin zum Nachdenken und zum Umdenken heraus. Er zeigt ihr schon auf den ersten Blick, wie sehr sie sich überladen hat – mit eigenem und mit fremdem Gepäck. Im Gespräch über den Traum ergibt sich, dass ein Teil des eigenen Gepäcks die Seminarveranstaltungen sind, die sie selber zu leiten hätte, die sie aber wegen der damit verbundenen Trennung von ihrem Baby, das sie alle zwei Stunden stillt, jetzt noch nicht wieder übernehmen will. Der Traum macht ihr das klar und hilft ihr zu der Entscheidung, eine Verlängerung ihres Mutterschaftsurlaubs zu beantragen. (In der Schweiz, wo die Träumerin lebt, ist er nur knapp bemessen.) Dieser sehr verantwortungsbewussten Frau musste der Traum erst klarmachen, dass sie ein Recht zu einem solchen Antrag hatte.

Zu dem zusätzlichen fremden Gepäck fielen der Träumerin die Probleme ihrer alten Mutter ein, mit denen sie sich selbst stark beladen hatte. Die alte Mutter wollte aus Geldnot die Werkstatt ihres verstorbenen Mannes verkaufen, konnte sich aber nur schwer gegen die Ansprüche eines ihrer Söhne abgrenzen – eine Angelegenheit, in die sich die Träumerin als Beschützerin ihrer alten Mutter gegen den Bruder allzu sehr hatte verwickeln lassen. Zusätzlich belasteten sie die Probleme einer Freundin, von der sie ständig als Beraterin in deren Ehekrise in Anspruch genommen wurde. – Mit all diesem fremden Gepäck könne und dürfe sie sich jetzt, da sie doch ein Baby hat, nicht allzu sehr belasten, sagte der Traum. Er machte ihr, der sehr hilfsbereiten Frau, Mut, sich erst einmal um ihr Kind zu

kümmern, das ihr sehr viel bedeutete, und das Übrige weiterfahren, ja, fahren zu lassen.

Der unerlaubte Transit nach drüben

Eine junge Frau, 26 Jahre alt, die ihren Partner sehr plötzlich verloren hat, träumt, sie fahre mit ihm im selben Zug. Als der Zug jedoch die Grenze erreicht, wird sie von den Grenzbeamten dringlichst aufgefordert, auszusteigen.

Der Traum sagt ihr unmissverständlich, dass sie den Transit noch nicht überschreiten, dem Freund nicht nachreisen darf. In den Grenzbeamten, die ihr das verbieten, erkennt sie beim Nachdenken eigene Gewissensinstanzen, die ihr bewusst machen, wie stark die Impulse in ihr sind, dem Partner nachzusterben. Das ist ihr nicht erlaubt, sie muss ihnen widerstehen. Diesen Traum hätte sie wohl nicht geträumt, wenn ihr die heimliche Sehnsucht, dem Freund nachzusterben, ein suizidaler Impuls, bewusst gewesen wäre. Er machte ihr diese Tendenzen deutlich und half ihr damit, sich dagegen zu schützen.

Unterwegs zum Ruhsitz

Ein 52-jähriger Mann hetzt sich im Traum bis zur Erschöpfung ab, um bestimmte Züge zu bekommen, Busse, Taxis. Er versäumt sie alle, verfährt sich, auch sein Mobiltelefon versagt, bis er schließlich – er ist nun mit dem Fahrrad unterwegs – an eine Wegkreuzung kommt, an der er auf ein groß geschriebenes Hinweisschild stößt: »Nach Ruhsitz«.

In den Ruhestand soll er mit seinen 52 Jahren wohl noch nicht eintreten, doch sagt der Traum ihm unüberhörbar, dass es für ihn darum geht, aus einem hektisch gewordenen, allzu extravertierten Lebensstil herauszukommen und damit aus dem Versuch, die fällige Entwicklungsaufgabe durch beschleunigte Bemühungen und Beförderungsmittel technischer Art zu erledigen. Stattdessen empfiehlt ihm der Traum das Fahrrad, auf dem er sich aus eigener Kraft und nach dem eigenen inneren Zeittakt fortbewegen kann, und zwar in Richtung eines Ruhesitzes. Das muss nicht unbedingt hei-

ßen, dass er sich auf seinen Ruhestand vorbereiten soll, wohl aber, dass er innerlich zu einem Ruhesitz finden muss, um sich überhaupt erst einmal über den inneren und wohl auch äußeren beruflichen Standort klar zu werden, der ihm im Übergang vom mittleren ins späte Erwachsenenalter zugewiesen ist. Erst diese Standortbestimmung im Lebensfahrplan könnte ihn befähigen, die Prioritäten zu setzen, die er für die kommende Lebensphase braucht. Vielleicht geht es auch darum, einmal ins Auge zu fassen, was seinem Leben auch dann noch Sinn und Wert geben könnte, wenn die Zeit der Berufsarbeit beendet ist.

Ein etwa gleichaltriger Mann entdeckte in den Jahren jenseits der fünfzig die Beziehung zu einer Frau wieder – als einen Wert, der auch über die Zeit des Berufes hinaus Gültigkeit behalten würde, und er begann, an dieser Beziehung und ihrer tieferen Erfüllung energisch zu arbeiten.

Türen, die sich vor einem schließen

Eine 61-jährige Frau träumt: »In allerletzter Minute gelingt es mir, einen ICE zu erreichen. Ich springe auf, wie ich in meiner Jugend oft auf die Trittbretter der eben anfahrenden Züge aufgesprungen bin. Doch bei diesen modernen Zügen schließen sich die Türen automatisch. So klebe ich draußen am Zug, als er eben anfährt, halte mich krampfhaft fest und bin bange, wie lange ich mich wohl werde festhalten können ...«

Ein Traum, der besagt, dass sie für diesen Zug eigentlich zu spät dran ist. Auf was sie aufspringt, ist nicht mehr der Zug ihrer Jugend in der Nachkriegszeit mit Trittbrettern und Plattformen. Man ging damals nachsichtiger als heute mit zu spät Gekommenen um; manchmal gab der Zugführer sogar noch ein paar Sekunden zu, ehe er zur Abfahrt piff, wenn jemand außer Atem ankam, der noch mitfahren wollte. Regionalzüge machen das auch heute noch so, nicht aber Fernzüge. Die Träumerin muss an diesem Traum erkennen, dass die Zeit fortgeschritten ist – sie ist 61 Jahre alt. Lebenszüge, die sehr weit hinausfahren, sind superschnell, dafür ist sie »zu spät« dran. Gewisse weitreichende Pläne wird sie opfern müssen. Jetzt noch aufzuspringen wäre lebensgefährlich, mehr noch: Der Traum zeigt ihr die ernsthafte Gefahr für Leib und Leben, die dar-

aus entstehen kann, dass sie sich noch immer krampfhaft an einem Zug festhält, dessen Türen sich bereits vor ihr verschlossen haben. Die Situation ist unhaltbar. Die aufgeschreckte Träumerin muss sich überlegen, was diesem krampfhaften Sichfestklammern an einem fahrenden Zug mit verschlossenen Türen entspricht. Sie muss loslassen lernen.

Lebensübergänge haben trotz der vorgegebenen Phasen auch einen je individuellen Rhythmus und lassen sich nur ungefähr in Jahren angeben. Aber sie kündigen sich an. Typisch für einen anstehenden Phasenwechsel ist wachsende Unzufriedenheit mit sich selbst und mit den Umständen. In solchen Zeiten spüren wir immer genauer, was uns zu einem wirklich erfüllten Leben fehlt – eine Bilanzierung, die sich gelegentlich zur massiven Abwertung der jetzigen Lebenssituation steigern kann. In dieser Zeit der Entwertung des Bisherigen kann es zu einer depressiven Verstimmung kommen, bis wir, wenn auch unter Trauer, schließlich erkennen, was sich nicht länger halten lässt und wovon wir uns verabschieden sollten. Eine solche Verstimmung, aus der sich nur allmählich Fantasien von etwas Neuem abheben, sollten wir keinesfalls überspringen. Rufen wir uns in dieser Phase vielmehr noch einmal ins Bewusstsein, was bisher unser Leben ausgemacht hat, aber auch das, was fehlte und jetzt vielleicht ins Leben hereingeholt werden kann.

In dem Gefühl, an eine Grenze zu stoßen und im Umbruch begriffen zu sein, bilden sich allmählich auch neue Wertvorstellungen heraus, die unter Umständen noch für längere Zeit von alten Werten bekämpft werden, mit denen wir so lange gelebt haben.

Das Pferd in der Diele

Eine Frau Anfang vierzig, die mitten in einem beruflichen Umbruch war, träumte von einem kraftvollen Pferd, das plötzlich mitten in der Diele zwischen den Umzugskisten erschien. Ungeduldig und dringlich verlangte es nach frischer Luft und Bewegung im Freien, auch wenn es zuvor noch tausenderlei scheinbar Dringlicheres zu erledigen galt, zum Beispiel die Schwiegereltern hereinzubitten, die eben unter der Tür auftauchten.

Das Pferd stand für die ursprüngliche Lebensenergie dieser Frau, für ihren Freiheitswillen und ihre Autonomie, die als neue Wertvor-

stellung wieder in ihr zu eng gewordenen Leben drängte. Im Traum entschied sie sich dafür, als Erstes das Pferd ins Freie zu führen, und überließ die Umzugskisten samt den Schwiegereltern zunächst einmal sich selbst.

Krisen und Chancen des Übergangs

In Übergangszeiten erleben wir uns wie ein Haus im Umbau, träumen auch von solchen Häuserbaustellen oder von Umzügen, sind uns unserer Identität unsicher und wissen nicht mehr, ob wir das, was wir sein wollen, noch sein können. In solchen Umbruchszeiten sind wir in vielerlei Hinsicht krisenanfällig. Altbekannte psychische und somatische Störungen können plötzlich wieder akut werden, Komplexe, die wir glaubten überwunden zu haben, brechen noch einmal auf. Damit kommt der »Zug«, den wir in einer früheren Lebensphase vielleicht versäumt hatten, tatsächlich noch einmal vorbei, zugleich aber auch beladen mit unseren immer noch unge lösten Problemen. Gewiss erschreckt es uns, wenn wir zunächst noch einmal in alte Beziehungsschwierigkeiten und Krankheiten zurückfallen, doch angesichts dieses noch einmal vorbeikommenden Zuges besteht auch die Chance, eine der Entwicklungsaufgaben, die wir bis jetzt noch nicht optimal haben meistern können, erneut anzugehen.

Übergänge sind wie Schwangerschaften, nicht leicht durchzustehen. In jedem Fall aber sind es Zeiten, in denen uns ein intensiver Kontakt mit uns selbst guttut, Zeiten, die uns in die Introversion rufen. Frühere Kulturen sahen vor allem für den Eintritt in die Pubertät Rückzugsmöglichkeiten und entsprechende Übergangsrituale vor. Die jungen Siouxindianer wurden beim Eintritt ins Erwachsenenalter in die Einsamkeit geschickt, auf die Suche nach einer Vision für ihr Leben. Für mehrere Tage oder länger blieben sie in der Wildnis. Auch die Mädchen wurden um die Zeit ihrer Reifung von ihrer Familie abgesondert, in Waldhütten oder andere einsame Orte gebracht, wo sie unter der Anleitung älterer Frauen in den Umgang mit den physischen und psychischen Wandlungsvorgängen zur Frau vertraut gemacht wurden. Keine der alten Stammeskulturen überließ in diesem dramatischen Übergangsstadium die jungen Frauen und Männer sich selbst.

Für die schwierige Ablösung zwischen der Mutter und dem herangewachsenen Kind, insbesondere für die Ablösung von der Tochter, wurde in Griechenland während der Eleusinischen Mysterien, die einen einzigen großen Übergangsweg darstellten, das Ritual eines neuntägigen und neunnächtigen Pilgerwegs begangen, das schließlich in einer liturgischen Feier gipfelte, die sich mit einer christlichen Osternachtsfeier vergleichen lässt. Dabei wurde die Neugeburt des Kornes, die Neugeburt eines Kindes für Tochter und Mutter gefeiert. Die Tochter wurde zur Mutter, damit auch die Mutter neu zur Mutter, nun Großmutter wurde, und damit begann für beide Frauen auch eine neue Phase ihrer Beziehung zueinander.¹

Die Schwellen zu neuen Lebensphasen sind gefährliche Übergänge für die Psyche. Dafür bietet die Gesellschaft heute allenfalls ein wenig Beratung an, die aber weit entfernt ist von der Intensität und Wandlungskraft, die den Eleusinischen Mysterien eigen gewesen sein müssen. Denn sie stellten eine liturgisch-rituelle Begehung dar, die in einem überwältigenden Lichtelebnis mündete, vorbereitet durch das schweigende Betrachten einer reifen Ähre, die, emporgehalten wie eine Monstranz, Zeichen sein sollte für die Fruchtbarkeit des Lebens durch alle Wandlungen hindurch. Nach dem Durchgang durch das Dunkel des Beraubtseins – Hades, der Unterweltsgott, das im Mädchenalter einbrechende Männliche, hatte der Korn- und Lebensgöttin Demeter Persephone, ihre Tochter, entführt – traten in diesem Mythos und dem zugehörigen Ritus Hades, Mutter und Tochter einander schließlich als Gleichwertige gegenüber.

Übergangsrituale sind notwendig, vor allem am Lebensende, wo für die Sterbenden der große Transitus ansteht. Und für die Überlebenden und ihren Trauerprozess sind sie nicht minder wichtig. 49 Tage und Nächte lang stand im alten Tibet der Hinterbliebene mit Gebeten und Gedanken dem Verstorbenen bei, damit er sich hinüberbewegen könne in jene andere Welt und nicht mehr zurückgezogen würde in die irdische Existenz. So half er dem Verstorbenen, sich von den irdischen Bindungen zu lösen, und damit auch sich selber, den Verstorbenen an seine neue Existenz freizugeben.

Dieses Freigeben als Notwendigkeit für die eigene Seele und als Wunsch des Verstorbenen spiegelt sich in dem Traum einer 80-jährigen nach dem Tod einer ihr sehr lieben jüngeren Freundin, die viel gemalt hatte: In allen Farben, vor allem aber im Regenbogen,

werde sie ihr künftig wiederbegegnen. Hier taucht das große Versöhnungsmotiv auf vom Ende der Sintflut, der so vieles zum Opfer gefallen war. Dieser Traum ermöglichte der Trauernden nach dem Schock des Verlustes eine erste Versöhnung mit dem Geschehenen.

Haus-Träume: Wie wir unser Leben bewohnen

Übergangsriten sind unentbehrlich bei allen kleineren und größeren Wechselfällen des Daseins, zum Beispiel bei Umzügen, die große seelische Erschütterungen mit sich bringen können. Innerlich nicht vollzogene Übergänge in neue Wohn- und Lebenssituationen zeigen sich oft darin, dass wir von alten Wohnungen träumen, Wohnungen, die oft in einem unhaltbaren Zustand sind, mit bröckelnden Wänden und nicht mehr schließenden Türen. So träumte eine Frau in der Lebensmitte immer wieder von einem von ihr seit Jahrzehnten nicht mehr bewohnten Apartment in einem Hochhaus, und bei starkem Wind bog sich das Hochhaus wie ein zerzauster Baum. Es war Zeit für sie, die innere Bindung an jene Lebensphase, während der sie in jenem Apartment gelebt hatte, loszulassen. Das nicht Bewältigte, noch immer Mitgeschleppte jener Zeit spiegelte sich in diesem immer wiederkehrenden Traum. Die Wahl des Hochhausmotivs weist außerdem oft darauf hin, dass in der Lebensphase, zu der diese Hochhauswohnung gehört, etwas sehr hoch hinauswollte, vielleicht war es auch etwas abgehoben und realitätsfremd.

Vom Hochhaus zurück auf die Erde

Eine Frau Mitte dreißig war außerordentlich überrascht, als sie im Traum auf der obersten Hochhausplattform ein Pferd stehen sah, das sich plötzlich von der Plattform löste und mit einem tollkühnen Sprung auf der Erde landete, bis zum Bauch einsinkend in weiche Gartenerde, doch unverletzt.

Ihr »Pferd«, ihre Vitalität, ihr Körper, wohl auch ihre Sexualität waren in den zuvor vergangenen Jahren hinauf in diese abgehobene Höhe geraten, hatten sich gleichsam verstiegen und vom wirklichen Leben entfernt. Nun löste sich dieses Pferd spontan und sprang

hinab, dorthin, wo es wieder echten Boden, Gartenerde unter die Hufe bekam und wo etwas wachsen konnte. Die Träumerin konnte sich nicht genug darüber wundern, dass das Pferd einen solchen Sprung gewagt hatte und noch dazu heil geblieben war. Darin zeigte sich die innere Notwendigkeit dieses Absprungs.

Verstorbene gleich nebenan

Eine 61-Jährige träumte von einer verwaorlosten Wohnung aus einer viel früheren Lebensphase, in der sie im Traum auch jetzt noch lebte. Ihr zunächst vages Unbehagen wich Entsetzen, als sie zufällig bemerkte, dass ihre Vermieterin in den Nebenräumen deren verstorbene Eltern in einbalsamiertem Zustand aufbewahrte.

In Gestalt ihrer Vermieterin zeigte der Traum ihr die eigene Unfähigkeit, sich von den verstorbenen Eltern, vom Elternhaus zu lösen. Der Traum mit dem Entsetzen angesichts der einbalsamierten Leichen samt dem Impuls, unverzüglich aus dieser Wohnung auszuziehen, ließ sie erkennen, wie sehr die »unbegrabenen« Eltern ihren Lebensraum, ihr Lebensgefühl belastet hatten. Er gab ihr den entscheidenden Anstoß zu einer endgültigen Ablösung von den Elternkomplexen. Sie fand ein äußerliches Ritual, indem sie ihre heutige Wohnung mit duftenden Kräutern und Essenzen ausräucherte, und griff damit ein altes Totenritual auf. Dabei spürte sie, wie sich etwas von ihren Elternkomplexen auflöste und sie frei zu werden begann.

Neue Übergangsriten

Übergangsriten sind erst recht notwendig bei schmerzlichen Verlusten, zum Beispiel dem Verlust von Arbeitsstellen, die heute so oft »wegrationalisiert« werden, so dass der Betreffende womöglich umschulen muss. Gerade auch bei den heute vielfach unfreiwilligen Umzügen, zu denen viele gezwungen sind, um an anderen Orten Arbeit zu finden – auch die Lebensthematik der sogenannten Wirtschaftsflüchtlinge gehört hierher –, wären klare Abschiedsrituale in der alten und Ankunftsrituale in der neuen Umgebung hilfreich, um die Entwurzelung zu bewältigen.