

C. G. Jung

Traum und Traumanalyse

EDITION C. G. JUNG

VERLAGSGRUPPE PATMOS

PATMOS
ESCHBACH
GRÜNEWALD
THORBECKE
SCHWABEN
VER SACRUM

Die Verlagsgruppe
mit Sinn für das Leben



Die Verlagsgruppe Patmos ist sich ihrer Verantwortung gegenüber unserer Umwelt bewusst. Wir folgen dem Prinzip der Nachhaltigkeit und streben den Einklang von wirtschaftlicher Entwicklung, sozialer Sicherheit und Erhaltung unserer natürlichen Lebensgrundlagen an. Näheres zur Nachhaltigkeitsstrategie der Verlagsgruppe Patmos auf unserer Website www.verlagsgruppe-patmos.de/nachhaltig-gut-leben

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

© 2024 Patmos Verlag

Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG, Ostfildern
www.verlagsgruppe-patmos.de

Dieser Band enthält die Schriften »Die Traumanalyse« (1909), GW 4, §§ 64–94, »Allgemeine Gesichtspunkte zur Psychologie des Traumes« (1928), GW 8, §§ 443–529, »Die praktische Verwendbarkeit der Traumanalyse« (1934), GW 16, §§ 294–352, »Vom Wesen der Träume« (1945), GW 8, §§ 530–569. Die Texte wurden auf die reformierte neue deutsche Rechtschreibung umgestellt.

Umschlaggestaltung: Finken & Bumiller, Stuttgart

Umschlagabbildung: Patientenbild von C. G. Jung, »Traum vom 9. August«, 5.12.1934, Gouache auf Papier, 33,9 × 25,8 cm, Bildarchiv C. G. Jung-Institut Zürich, Küsnacht, 047 CVAN © C. G. Jung-Institut Zürich, Küsnacht.

Foto: Ulrich Peters

Gestaltung, Satz und Repro: Schwabenverlag AG, Ostfildern

Druck: GGP Media GmbH

Hergestellt in Deutschland

ISBN 978-3-8436-1562-4

EDITION C. G. JUNG im Patmos Verlag

Inhalt

Die Traumanalyse	7
Allgemeine Gesichtspunkte zur Psychologie des Traumes	19
Die praktische Verwendbarkeit der Traumanalyse	77
Vom Wesen der Träume	107
 Bibliografie der genannten Werke	 129

Die Traumanalyse¹

Im Jahr 1900 veröffentlichte Sigmund Freud in Wien ein umfangreiches Werk über die Traumanalyse. Es folgen hier die wichtigsten Ergebnisse seiner Untersuchungen.

Der Traum ist keineswegs eine verworrene Mischung von zufälligen und sinnlosen Assoziationen, wie man allgemein annimmt, und auch nicht nur eine Folgeerscheinung von körperlichen Reizen während des Schlafes, wie viele Leute glauben, sondern ein autonomes und sinnreiches Produkt psychischer Tätigkeit und wie alle anderen psychischen Funktionen einer systematischen Analyse zugänglich. Die organischen Empfindungen während des Schlafes sind nicht die Ursache des Traumes; sie spielen eine zweitrangige Rolle und liefern nur die Bestandteile (das Material) für die psychische Arbeit. Nach Freud ist der Traum wie jedes komplexe psychische Produkt eine Schöpfung, ein Werk, das seine Motive, seine vorhergegangenen Assoziationsketten hat; er ist wie eine überlegte Handlung die Folge eines logischen Prozesses, eines Konkurrenzkampfes zwischen verschiedenen Tendenzen, von denen schließlich eine den Sieg davonträgt. Wie alles, was wir tun, hat auch das Träumen eine Bedeutung.

Man wird mir vielleicht entgegenhalten, dass jede Erfahrungswirklichkeit dieser Theorie widerspricht; denn Träume machen auf uns ganz offenkundig den Eindruck von Zusammenhanglosigkeit und Dunkelheit. Freud nennt diese Abfolge von verworrenen Bildern den *manifesten Trauminhalt*; es ist die Fassade,

¹ Ursprünglich französisch geschrieben und erschienen unter dem Titel *L'Analyse des rêves* in: *Année psychologique* XV (Paris 1909) S. 160–167. Übersetzt von Klaus Thiele-Dohrmann. In: GW 4, §§ 64–94.

hinter der er das Wesentliche sucht, nämlich die Idee des Traumes oder den *latenten Inhalt*. Man könnte fragen, warum Freud glaubt, der Traum selbst sei nur die Fassade eines sehr großen Gebäudes und habe eigentlich eine Bedeutung. Freuds Vermutung basiert weder auf einem Dogma noch auf einer Idee a priori, sondern auf Erfahrung – auf der allgemeinen Erfahrung nämlich, dass keine psychische (oder physische) Tatsache zufälliger Natur ist. Sie muss demnach ihre Kausalkette haben, da sie immer das Produkt einer komplizierten Verbindung von Phänomenen ist; denn jedes geistige Element ist das Resultat vorangehender psychischer Zustände und muss theoretisch analysiert werden können. Freud wendet auf den Traum dasselbe Prinzip an, das wir immer instinktiv benutzen, wenn wir die Ursachen menschlicher Handlungen erforschen wollen.

Er fragt sich ganz einfach: Warum träumt *dieser* Mensch gerade *diese* Sache? Er muss seine besonderen Gründe haben, sonst wäre es ein Bruch des Kausalitätsgesetzes. Der Traum eines Kindes unterscheidet sich von dem eines Erwachsenen, der Traum eines gebildeten Menschen von dem eines ungebildeten. Im Traum steckt etwas Individuelles: Er entspricht der psychischen Disposition des Menschen. Worin besteht diese psychische Disposition? Sie ist selbst das Resultat unserer psychischen Vergangenheit. Unser gegenwärtiger Geisteszustand hängt ab von unserer Geschichte. In der Vergangenheit jedes Menschen gibt es Elemente von unterschiedlichem Wert, die die psychische »Konstellation« bestimmen. Ereignisse, die keine starken Emotionen auslösen, beeinflussen unsere Gedanken oder Handlungen kaum; dagegen sind diejenigen, die starke gefühlsmäßige Reaktionen hervorrufen, von großer Bedeutung für unsere spätere psychische Entwicklung. Solche Erinnerungen mit starkem Gefühlston bilden Assoziationskomplexe, die nicht nur dauerhaft, sondern auch sehr wirksam und eng miteinander verknüpft sind. Ein Gegenstand, den ich mit geringem Interesse betrachte, ruft wenig Assoziationen hervor und verschwindet bald aus meinem intellektuellen

Blickfeld. Ein Gegenstand jedoch, für den ich mich sehr interessiere, wird zahlreiche Assoziationen wecken und mich lange beschäftigen. Jede Emotion erzeugt einen mehr oder weniger weitreichenden Komplex von Assoziationen, den ich als den »gefühlsbetonten Komplex« bezeichnet habe. Bei der Betrachtung eines individuellen Falles entdecken wir immer wieder, dass der Komplex die stärkste »konstellierende« Kraft entfaltet, und wir schließen daraus, dass wir in jeder Analyse sofort auf ihn treffen werden. Die Komplexe bilden die Hauptkomponenten der psychologischen Disposition in jeder psychischen Struktur. So treffen wir zum Beispiel im Traum die emotionalen Komponenten an, denn begreiflicherweise hängen alle Produkte psychischer Aktivität vor allem von den stärksten »konstellierenden« Einflüssen ab.

Man braucht nicht lange zu suchen, um den Komplex zu entdecken, der Gretchen im »Faust« singen lässt:

Es war ein König in Thule,
gar treu bis an das Grab,
dem sterbend seine Buhle
einen goldenen Becher gab.

Der versteckte Gedanke ist Gretchens Zweifel an der Treue Fausts. Das Lied, das Gretchen unbewusst gewählt hat, ist das, was wir das *Traummaterial* genannt haben, welches dem geheimen Gedanken entspricht.

Man könnte dieses Beispiel auf den Traum anwenden und unterstellen, dass Gretchen diese Romanze nicht gesungen, sondern geträumt hätte.² In dem Fall ist das Lied von der tragischen Liebesgeschichte eines fernen Königs aus alter Zeit der »manifeste

² Man könnte einwenden, dass eine solche Hypothese nicht zulässig sei, da zwischen einem Lied und einem Traum ein großer Unterschied bestehe. Aber dank den Untersuchungen Freuds wissen wir jetzt, dass alle Produkte traumähnlicher Zustände etwas gemeinsam haben. Erstens sind sie alle Variationen des Komplexes und zweitens sind sie nur eine Art von symboli-

Inhalt« des Traumes, seine »Fassade«. Jemand, der Gretchens geheimen Kummer nicht kennt, wüsste nicht, warum sie von diesem König träumt. Aber wir, die wir den *Traumgedanken* kennen, nämlich ihre tragische Liebe zu Faust, können verstehen, weshalb der Traum sich gerade dieses Liedes bedient, denn es handelt von der seltenen Treue des Königs. Faust ist nicht treu, und Gretchen möchte gern, dass er ihr so treu wäre, wie es der König in der Geschichte war. Ihr Traum, in Wirklichkeit also ihr Lied, drückt in verschleierte Form den heißen Wunsch ihrer Seele aus. Hier berühren wir die wahre Natur des gefühlbetonten Komplexes; es handelt sich immer um *Wunsch und Widerstand*. Wir verbringen unser Leben im Kampf um die Erfüllung unserer Wünsche: Alle unsere Taten gehen aus dem Wunsch hervor, dass etwas Bestimmtes geschehen oder nicht geschehen möge.

Das ist es, wofür wir arbeiten und woran wir denken. Wenn wir einen Wunsch nicht in Wirklichkeit erfüllen können, realisieren wir ihn wenigstens in der Fantasie. Die religiösen und philosophischen Systeme aller Völker zu allen Zeiten sind dafür der beste Beweis. Die Idee der Unsterblichkeit, auch in philosophischer Gestalt, ist nichts anderes als ein Wunsch, für den die Philosophie nur die Fassade ist, wie auch Gretchens Lied nur die äußere Form ist, ein wohltätiger Schleier, der ihren Gram verhüllt. *Der Traum stellt ihren Wunsch als erfüllt dar*. Freud sagt, dass *jeder Traum die Erfüllung eines unterdrückten Wunsches darstelle*.

Verfolgen wir nun unser Beispiel weiter, so sehen wir, dass Faust im Traum durch den König ersetzt wird. Eine Verwandlung hat stattgefunden. Faust ist der ferne König aus alter Zeit geworden; Fausts Persönlichkeit, die einen starken Gefühlston enthält, ist durch eine neutrale, legendäre Person ersetzt worden. Der König ist eine Analogie-Assoziation, ein *Symbol* für Faust, wie die »Buhle« für Gretchen. Man wird vielleicht fragen, was der Zweck

schem Ausdruck des Komplexes. Aus diesem Grund glaube ich diese Unterstellung machen zu dürfen.

dieser Umformung sei, warum Gretchen sozusagen indirekt von ihrem Gedanken träume, weshalb sie ihn nicht klar und unzweideutig fassen könne. Diese Frage ist leicht zu beantworten: Gretchens Traurigkeit enthält eine Vorstellung, bei der man nicht verweilen möchte, denn sie wäre zu schmerzlich. Ihr Zweifel an Fausts Treue wird verdrängt und unterdrückt. Er erscheint wieder in Form einer melancholischen Geschichte, die, obgleich sie den Wunsch realisiert, nicht von angenehmen Gefühlen begleitet ist. Freud sagt, dass die Wünsche, die den Traumgedanken bilden, nicht Wünsche sind, die man sich offen eingesteht, sondern solche, die wegen ihres schmerzenden Charakters unterdrückt worden sind; und da sie im Wachzustand von der bewussten Reflexion ausgeschlossen werden, tauchen sie indirekt in Träumen auf.

Diese Beweisführung ist durchaus nicht erstaunlich, wenn wir die Geschichte der Heiligen betrachten. Man kann unschwer die Art der Gefühle begreifen, die die heilige Katharina von Siena unterdrückte, die indirekt in der Vision ihrer himmlischen Hochzeit wieder erschienen; oder auch die Wünsche, die sich mehr oder weniger symbolisch in den Visionen und Versuchungen der Heiligen offenbaren. Wie wir wissen, besteht zwischen dem schlafwandlerischen Bewusstseinszustand eines Hysterikers und dem normalen Traum ein ebenso geringer Unterschied wie zwischen dem intellektuellen Leben von hysterischen und von normalen Menschen.

Wenn wir jemanden fragen, warum er diesen oder jenen Traum gehabt hat und welche geheimen Gedanken darin ausgedrückt seien, so kann er uns natürlich darauf keine Antwort geben. Er wird sagen, dass er am Vorabend zu viel gegessen, auf dem Rücken geschlafen, dies und das am Tag zuvor gesehen oder gehört habe, – kurz: alles, was man in den zahlreichen wissenschaftlichen Büchern über Träume lesen kann. Was den Traumgedanken betrifft, so kennt er ihn nicht und kann ihn auch nicht kennen, denn nach Freud ist der Gedanke verdrängt worden, weil

er zu unangenehm ist. Wenn jemand uns also feierlich versichert, dass er in seinen eigenen Träumen nie etwas von dem gefunden habe, wovon Freud redet, dann können wir nicht umhin, darüber zu lächeln; denn der Betreffende hat sich bemüht, etwas zu sehen, was man unmöglich direkt sehen kann. Der Traum entstellt den verdrängten Komplex, um zu verhindern, dass er erkannt wird. Indem sie Faust in den König von Thule verwandelt, macht Gretchen die Situation harmlos. Freud bezeichnet diesen Mechanismus, der den unterdrückten Gedanken daran hindert, sich offen zu zeigen, die *Zensur*. Die Zensur ist nichts anderes als der Widerstand, der uns auch bei Tag davon abhält, einen bestimmten Gedanken bis zu Ende zu verfolgen. Die Zensur lässt einen Gedanken erst dann durchgehen, wenn er so entstellt ist, dass der Träumer ihn nicht erkennen kann. Wenn wir versuchen, den Träumer mit der Idee bekannt zu machen, die hinter dem Traum steht, wird er uns immer den gleichen Widerstand entgegenzusetzen, den er seinem verdrängten Komplex gegenüber zeigt.

Wir können uns nun eine Reihe von wichtigen Fragen stellen. Vor allem: Was müssen wir tun, um hinter die Fassade, in das Innere des Hauses zu gelangen, das heißt, vom manifesten Trauminhalt zur wirklichen, geheimen Idee, die dahintersteckt?

Kehren wir zu unserem Beispiel zurück und nehmen wir an, Gretchen sei eine hysterische Patientin, die mich wegen eines unangenehmen Traumes konsultieren möchte. Ich will außerdem annehmen, dass ich nichts über sie weiß. In diesem Fall würde ich meine Zeit nicht damit verschwenden, sie direkt zu befragen, denn gewöhnlich können solche geheimen Kümmernisse nicht freigelegt werden, ohne den heftigsten Widerstand hervorzurufen. Ich würde vielmehr versuchen, das durchzuführen, was ich ein »Assoziationsexperiment« genannt habe³, das mir ihre ganze Liebesaffäre (ihre geheime Schwangerschaft usw.) enthüllen würde. Die Schlussfolgerung wäre leicht zu ziehen, und ich könnte ihr

³ Vgl. Jung (Hg.): *Diagnostische Assoziationsstudien*.

ohne Zögern den Traumgedanken zeigen. Aber man kann auch vorsichtiger verfahren.

Ich würde sie zum Beispiel fragen: Wer ist nicht so treu wie der König von Thule oder wer sollte es eigentlich sein? Diese Frage würde sehr schnell die Situation erhellen. In unkomplizierten Fällen wie diesem beschränkt sich die Deutung oder Analyse eines Traumes auf wenige einfache Fragen.

Hier ist das Beispiel eines solchen Falles. Es handelt sich um einen Mann, von dem ich nichts weiß, außer dass er in den Kolonien lebt und momentan zufällig in Europa Urlaub macht. Bei einer unserer Unterredungen erzählte er einen Traum, der ihn tief beeindruckt hatte. Zwei Jahre zuvor hatte er geträumt, *er befände sich an einem wüsten, verlassenem Ort und sähe auf einem Felsen einen schwarzgekleideten Mann, der sein Gesicht mit beiden Händen bedeckte. Plötzlich ging er auf einen Abgrund zu, als eine Frau erschien, ebenfalls in schwarzer Kleidung, und versuchte, ihn zurückzuhalten. Er stürzte sich in den Abgrund und zog die Frau mit sich.* – Der Träumer erwachte mit einem Angstschrei.

Die Frage: Wer war der Mann, der sich in eine gefährliche Situation begab und eine Frau ins Verderben riss? bewegte den Träumer zutiefst, denn jener Mann war der Träumer selbst. Zwei Jahre vorher hatte er eine Forschungsreise durch ein felsiges, ödes Land unternommen. Seine Expeditionsgruppe wurde unerbittlich von den wilden Einwohnern jenes Gebietes verfolgt und nachts angegriffen, sodass etliche der Teilnehmer ums Leben kamen. Er hatte diese äußerst gefährliche Reise unternommen, weil zu der Zeit *das Leben keinen Sinn für ihn hatte*. Das Gefühl, das er hatte, als er sich in dieses Abenteuer einließ, war, dass er *das Schicksal versuchte*. Und die Ursache seiner Verzweiflung? Mehrere Jahre lang hatte er allein in einem Land mit sehr gefährlichem Klima gelebt. Während eines Urlaubs in Europa vor zweieinhalb Jahren machte er die Bekanntschaft einer jungen Frau. Sie verliebten sich ineinander, und die junge Frau wollte ihn heiraten. Er wusste jedoch, dass er in das mörderische Klima der Tropen zu-

rückkehren musste, und er wollte keine Frau dorthin mitnehmen, um sie nicht einem nahezu sicheren Tode preiszugeben. Nach langen inneren Kämpfen, die ihn in tiefe Verzweiflung stürzten, löste er deshalb das Verlöbnis. In diesem Seelenzustand begann er seine gefährliche Reise. Die Analyse des Traumes endet nicht mit dieser Feststellung, denn die Wunscherfüllung ist noch nicht evident. Da ich aber diesen Traum nur zitiere, um die Aufdeckung des zugrundeliegenden Komplexes zu zeigen, ist der Fortgang der Analyse für uns ohne Interesse.

In diesem Fall war der Träumer ein offener und mutiger Mann. Ein bisschen weniger Offenheit oder ein Gefühl von Verlegenheit oder Misstrauen mir gegenüber, und er hätte den Komplex nicht eingestanden. Es gibt sogar Leute, die feierlich versichert hätten, der Traum habe keinerlei Bedeutung und meine Frage sei völlig irrelevant. In derartigen Fällen ist der Widerstand zu groß, und der Komplex kann nicht aus der Tiefe direkt ins Bewusstsein gehoben werden. Gewöhnlich ist der Widerstand so stark, dass eine direkte Befragung, wenn sie nicht von einem sehr erfahrenen Analytiker durchgeführt wird, ergebnislos bleibt. Mit der Entdeckung der »psychoanalytischen Methode« hat Freud uns ein wertvolles Instrument zur Lösung oder Bewältigung der zähesten Widerstände in die Hand gegeben.

Diese Methode wird folgendermaßen praktiziert: Man wählt einen besonders auffallenden Teil des Traumes und fragt dann die betreffende Person nach Assoziationen, die sie daran knüpft. Sie wird aufgefordert, offen zu sagen, was ihr zu diesem Teil des Traumes einfällt, wobei jede Kritik so weit wie möglich ausgeschaltet werden soll. Kritik ist nichts anderes als die Zensur; sie ist der Widerstand gegen den Komplex und neigt dazu, das Wichtigste zu unterdrücken.

Der Betreffende sollte deshalb absolut alles sagen, was ihm in den Sinn kommt, ohne überhaupt darauf zu achten, was es ist. Das ist zuerst immer schwierig, besonders bei einer introspektiven Befragung, bei der die Aufmerksamkeit nicht so weit unterdrückt

werden kann, dass die hemmende Wirkung der Zensur ausgeschaltet wird. Denn gegen sich selbst hat man die stärksten Widerstände. Der folgende Fall zeigt den Verlauf einer Analyse bei starken Widerständen.

Ein Mann, dessen Innenleben ich nicht kannte, erzählte mir folgenden Traum: *»Ich befand mich in einem kleinen Zimmer und saß an einem Tisch neben Papst Pius X., der viel schönere Gesichtszüge hatte als in Wirklichkeit, was mich überraschte. Nebenan sah ich einen großen Raum mit einem prächtig gedeckten Tisch und vielen Damen in Abendkleidern. Plötzlich fühlte ich das Bedürfnis, zu urinieren, und ging hinaus. Bei meiner Rückkehr wiederholte sich das Bedürfnis; ich ging wieder hinaus, und so geschah es mehrere Male. Schließlich wachte ich auf, mit dem gleichen Bedürfnis.«*

Der Träumer, ein sehr intelligenter und gebildeter Mann, erklärte sich selbst den Traum natürlich als durch Blasenreiz verursacht. Tatsächlich werden Träume dieser Art immer so erklärt.

Er bestritt nachdrücklich die Existenz irgendwelcher Komponenten von großer individueller Bedeutsamkeit in diesem Traum. Es stimmte, dass die Fassade des Traums nicht sehr durchsichtig war, und ich konnte nicht wissen, was dahintersteckte. Meine erste Folgerung war, dass der Träumer einen starken Widerstand hatte, weil er so viel Energie darauf verwandte, zu behaupten, der Traum sei bedeutungslos.

Infolgedessen wagte ich nicht, die indiskrete Frage zu stellen: Warum haben Sie sich mit dem Papst verglichen? Ich fragte ihn nur nach seinen Assoziationen zu »Papst«. Die Analyse entwickelte sich folgendermaßen:

Papst. »Der Papst lebt herrlich in der Welt ...« (ein bekanntes Studentenlied). Man muss wissen, dass dieser Mann einunddreißig Jahre alt und unverheiratet war.

Neben dem Papst sitzen. »Genau so saß ich neben einem Scheich einer muselmanischen Sekte, bei der ich in Arabien zu Gast war. Der Scheich ist eine Art Papst.«