

# Mein Zugang zu Träumen

Letzte Aktualisierung Montag, 15. Januar 2007

Ich sehe in Träumen sinnhafte ganzheitliche Muster, die der TräumerIn dabei helfen, Sinn in ihrem Leben zu finden und alle Teile von sich selbst zu bejahen.

## Mein Zugang zu Träumen

Ich schreibe meine Träume seit dem 8. Lebensjahr auf, regelmäßig und intensiv seit ca. 10 Jahren, und habe bis jetzt rund 3000 eigene Träume aufgeschrieben und in einer Traumdatenbank gesammelt. Neben dem intensiven Studium der psychologischen und psychotherapeutischen Fachliteratur zum Thema Traum vertiefte ich mich weiter in die Topografie des Unbewussten (u.a. Sagen und Mythen, Yoga des Weißen Lichts, Katathymes Bilderleben, Astrologie, biodynamische Körperpsychotherapie, Licht-Arbeit).

Außer Träumen sind Schreiben und Fotocollagen für mich die wichtigsten Tore zu den Schatzkammern des Unbewussten.

Ob als Wanderin auf dem Weg der Träume, als Kapitän des schönen Schiffes auf den Meeren der Träume oder durch die Weiten des Traumhimmels fliegend – immer haben Träume richtungsweisende Funktion bei der Selbstwerdung der TräumerIn. Träume sind für mich wie Türen oder Fenster in andere Dimensionen. Das nomadisierende Traumbild findet einen Weg hinaus aus den befestigten, geregelten Räumen unserer repressiven Vorstellungssysteme, um einen unverformten Ausdruck zu erlangen. Mein Zugang zu Träumen ist geprägt von der praktischen Erfahrung in Traumgruppen: ein interaktiver Umgang mit Träumerinnen und deren Traumbildern; keine Deutung oder Expertinnen-Interpretation von Träumen, vielmehr ein Dialog mit den Traumbildern, das Hineingehen in Träume, "als ob es meine Träume wären". Dabei arbeite ich mit unterschiedlichen kreativen Medien wie Schreiben, Collage, Musizieren, Malen...

## Warum Traumarbeit?

Ich möchte Sie dazu anzuregen, Expertin für das eigene Innenleben zu werden, Ihren Traumprozess, Ihre persönliche Symbolsprache kennenzulernen, Fragen zu stellen an das Unbewusste, anstatt bei Traumexpertinnen oder in Traumsymbolwörterbüchern nach fertigen Deutungen zu suchen. Traumarbeit kann im Lauf der Zeit ein Gefühl des Eingebundenseins in eine beständige, unterstützende, nährnde und führende Matrix vermitteln, eine Verbindung mit einer unerschöpflichen Quelle. Mit Traum-Bildern kann man "spielen", man kann sie aufnehmen, beschreiben, zusammenfassen, neu ordnen, ablegen und erneut aufnehmen, sie malen, tanzen, singen, in Geschichten oder Gedichte verwandeln... Wenn Sie Ihr Verständnis für Träume auf kreative Weise weiterentwickeln möchten, nehmen Sie an der Traumgruppe teil!