

SIMON PENG-KELLER

In der nächtlichen Werkstatt des Heiligen Geistes

Träume auf dem geistlichen Weg

Am 1. August 1964, kurz vor seinem Tod, notiert der große Theologe und Religionsphilosoph Romano Guardini den folgenden Traumbericht in sein Tagebuch:

»Heute Nacht, aber es war wohl morgens, wenn die Träume kommen, dann kam auch zu mir einer. Was darin geschah, weiß ich nicht mehr, aber es wurde etwas gesagt, ob zu mir oder von mir selbst, auch das weiß ich nicht mehr. Es wurde also gesagt, wenn der Mensch geboren wird, wird ihm ein Wort mitgegeben, und es war wichtig, was gemeint war: nicht nur eine Veranlassung, sondern ein Wort. Das wird hineingesprochen in sein Wesen, und es ist wie das Passwort zu allem, was dann geschieht. Es ist Kraft und Schwäche zugleich. Es ist Auftrag und Verheißung. Es ist Schutz und Gefährdung. Alles, was dann im Gang der Jahre geschieht, ist Auswirkung dieses Wortes, ist Erläuterung und Erfüllung. Und es kommt alles darauf an, dass der, dem es zugesprochen wird – jeder Mensch, denn jedem wird eines zugesprochen –, es versteht und mit ihm ins Einvernehmen kommt. Und vielleicht wird dieses Wort die Unterlage sein zu dem, was der Richter einmal zu ihm sprechen wird.«

An dieser Traumnotiz fällt ein Mehrfaches auf: Zum einen hat Guardini die Traumhandlung vergessen. Was im bleibt, ist die Traumbotschaft, von der er nicht weiß, ob sie ihm zugesprochen wurde oder ob sie eher eine Einsicht darstellt, die ihm im Traum zugefallen ist. Zum anderen fließen in Guardinis Tagebucheintrag Traumbericht und Traumdeutung ineinander: Es ist nicht klar, wo das Geträumte endet und das Gedeutete beginnt. Thematisch stehen Traum und Deutung im Horizont des herannahenden Todes. Sie bilanzieren verallgemeinernd die im Laufe eines langen Lebens gewonnene und bewährte Einsicht, dass menschliches Leben sich als Antwort auf einen je einzigartigen Ruf vollzieht. Der Tagebuchschreiber blickt aber nicht nur zurück. Im letzten Satz, der wohl ganz der Traumdeutung zuzurechnen ist, tastet er nach vorn und erwägt die Bedeutung dessen, was ihm als Lebenserfahrung geschenkt wurde, für das, was er im Tod erwartet und erhofft.

An Guardinis Traumnotiz zeigt sich in verdichteter Weise die Bedeutung des Träumens und des Traumdeutens für einen geistlichen Weg: Sie sind Hilfen zur Selbsterkenntnis und Medien der Gottesbegegnung und dienen der Lebensorientierung.

Träume als klärende Antworten und inspirierende Fragen

Nach dem Zisterzienser Wilhelm von St. Thierry (gest. 1148) ist die Nacht »eine Werkstatt der geistlichen Bemühungen und Ort der heiligen Gesichte. Da träumt man gern, worüber man gern nachgedacht hat. Und oft wird dem Schlafenden offenbar, was dem Wachenden unklar war« (Kommentar zum Hohelied, Nr. 187). Wilhelm erkannte, dass sich in den Träumen nicht nur widerspiegelt, was einen während des Tages beschäftigte, sondern dass sie oft auch Klärungen bringen. Und er interpretiert diese besondere Weise, zu innerer Klarheit zu finden, als gottgewirkt. »Der Herr gibt es den Seinen im Schlaf« (Ps 127,2) – möglicherweise stand bereits dem alttestamentlichen Beter diese Erfahrung vor Augen. Dabei scheint es für Wilhelm keine Rolle zu spielen, in welchem Maße man sich seiner Träume erinnert. Was einem klar geworden ist, nachdem man es überschlafen hat, ist von den träumerischen Formen der Lösungsfindung unabhängig. So tritt auch Guardinis Traumbild hinter der Einsicht, die es vermittelt, völlig zurück.

Dass Träume auch dann eine heilsame Wirkung ausüben, wenn man sich nicht an sie zu erinnern vermag, ist im Umgang mit dem Phänomen des Träumens entlastend. Träume erfüllen ihre Funktion auch ohne Zutun des Menschen. Dass erinnerte Träume meist deutungsbedürftig sind und durch kundige Auslegung an klärender Kraft gewinnen, ist allerdings ebenso wahr. Träume, an die man sich erinnert, vermitteln in der Regel keine schlüssigen Antworten, sondern sind eher als inspirierende Fragen an den Träumer selbst zu verstehen. Erinnerte Träume gleichen einem rätselhaften Spiegel, in dem uns bei genauerem Hinsehen symbolisch verdichtete Aspekte unseres Selbst entgegenblicken. Das Wissen, dass Träume helfen können, sich genauer wahrzunehmen, nutzte bereits Evagrius Pontikos (345–399) zur geistlichen Selbsterkenntnis. Nach Evagrius offenbaren Träume den seelischen Zustand sowie die geistliche Reife der Träumenden. Die Traumforschung der letzten Jahrzehnte konnte diese Beobachtung empirisch belegen. Anhand von Kinderträumen lässt sich gut zeigen, wie das geträumte Ich die Persönlichkeitsentwicklung widerspiegelt. Die Fähigkeit, im Traumgeschehen eine initiativ Rolle einzunehmen, entwickelt sich beispielsweise erst mit zunehmendem Alter, bei Mädchen früher, bei Knaben später.

Geistliche Traumauslegung

Um sich im Spiegel der Träume erkennen zu können, bedarf es feiner Instrumente: Wahrnehmungs- und Interpretationshilfen, häufig auch die geschulten Augen von Menschen, die das Handwerk der Traumdeutung verstehen. Traumdeutung ist eine Kunst, die erlernt und geübt werden kann. Wie bei allen Deutungsprozessen ist dabei nicht nur mit Fehldeutungen im Einzelnen zu rechnen, sondern mit grundsätzlichen Interpretationskonflikten. Jede konkrete Auslegung eines Traumes greift auf bestimmte Interpretationsmodelle zurück und vollzieht sich im Horizont eines bestimmten Verständnisses vom Menschen und der Wirklichkeit überhaupt. Eine *geistliche* Traumdeutung deutet Träume im

Horizont des Evangeliums. Das bedeutet weder, jeden Traum als von Gott gesandt zu interpretieren, noch psychologische Gesetzmäßigkeiten zu bestreiten. Auch eine geistliche Traumdeutung greift mit Vorteil auf die unterschiedlichen psychologischen Deutungshilfen zurück. Doch betrachtet ein geistlicher Deutungsprozess, auch das, was sich psychologisch entziffern lässt, im Horizont des Evangeliums. Die Frage ist dann nicht nur, was der Traum mir (über mich) sagt, sondern auch, was der mitteilende Gott mir durch diesen Traum (über mich) sagen möchte. Die Rede von einer *geistlichen* Traumauslegung zeigt aber nicht nur eine besondere Methode der Interpretation an, sondern weist darauf hin, dass nicht nur das Träumen selbst, sondern auch der Prozess der Auslegung ein inspiriertes Geschehen darstellen kann. Nach Thoma von Aquin ist demjenigen, der (Traum-)Visionen zu deuten versteht, das prophetische Charisma mehr zueigen als einem Menschen, der sie hat, ohne sie zu verstehen.

Träume als Weg der geistlichen Selbsterkenntnis

Dass auch geistliche Selbsterkenntnis nur auf dem mühsamen Weg der Selbstartikulation und der Selbstdeutung zu gewinnen ist, zeigt sich im Umgang mit Träumen besonders deutlich. Mühevoll ist nicht nur die Suche nach einer erschließenden Interpretation, sondern oft auch, sich die Wahrheit zusprechen zu lassen. Was für geistliche Selbsterkenntnis generell gilt, kommt hier zur besonderen Anwendung: Sich selbst vor Gott zu erkennen bedeutet, sich als jemanden wahrzunehmen, der von Gott erkannt, angesprochen und herausgefordert ist und der dieser herausfordernden Zusage oft nur wenig entspricht. Wer ich bin, liegt nicht nur in meinem besonderen Selbst- und Weltverhältnis, sondern in Gottes Verhältnis zu mir *und* in meinem responsiven Verhältnis zu Gott: Dass er mich erkennt und bejaht trotz allem, was mir und anderen schwerfällt, an mir anzunehmen, eröffnet einen Raum angstfreier Selbsterkenntnis. Diese Einsicht ist ein wichtiger, vielleicht sogar der zentralste Aspekt geistlicher Selbstwahrnehmung, der sich in der Traumauslegung konkretisieren kann. Die Traumbotschaft, die Guardini kurz vor seinem Tod empfängt und ausdeutet, lässt ihn seine Identität darin finden, von allem Anfang an auf einmalige Weise von Gott angesprochen und herausgefordert zu sein. Die alte Frage ›Wer bin ich eigentlich?‹ wird für ihn auf eine offene Weise beantwortbar.

Träume als Hilfen zur Lebensorientierung

Oft haben Träume einen offenen Ausgang. Wir haben dann das Gefühl, aufgewacht zu sein, bevor die Traumhandlung an ihr Ende gekommen ist. Doch enden Träume nicht zufällig unabgeschlossen: Sie markieren gerade so offene Gestalten und Geschichten unseres Lebens, die zu Ende gelebt, konstruktiv beantwortet und auf diese Weise ›geschlossen‹ werden möchten. Auch in dieser Hinsicht ist Guardinis Traum exemplarisch: Er regt zu einem versöhnlichen Lebensrückblick an. Er ist als Einladung zu verstehen, mit dem Leben, so wie es war, ins

Einvernehmen zu kommen. Träume helfen uns auf den Sprung, ohne uns zu nötigen. Sie weisen uns auf unerkannte Handlungsmöglichkeiten hin, aber auch auf Gefahren. Sie malen uns manchmal drastisch vor Augen, dass wir abzustürzen oder zu ertrinken drohen, wenn wir so weiter machen wie bisher und uns auf unsere Vorhaben und Gewohnheiten versteifen. Auch die neutestamentlichen Josefsträume sind als Warnträume zu verstehen. Ebenso sind sie Ermutigungen, neue Wege zu wagen. Die christliche Spiritualitätsgeschichte ist reich an solchen Träumen. So träumt Evagrius, nachdem er sich in Konstantinopel auf eine Affäre mit einer hochgestellten verheirateten Frau eingelassen hat, dass er gefesselt und in ein Gefängnis geworfen werde, ohne dass man ihm einen Grund für die Verhaftung angibt. Noch im Traum schwört er einem Freund, der ihm verspricht, ihn zu befreien, die Stadt sofort zu verlassen. Aus dem Traum erwacht, flieht er nach Jerusalem. – Dass Träume so eindeutig auf eine ganz bestimmte Handlung hinauslaufen, dürfte die Ausnahme sein. Die meisten Träume lassen verschiedene Antworten zu. Wenn sie wiederkehren, ist dies möglicherweise ein Zeichen dafür, dass die erste Antwort noch nicht hinreichte, um die Gestalt zu schließen. In der Wiederholung tritt das Traummotiv und die darin liegende Anfrage und Herausforderung meist deutlicher und dringlicher hervor. Wenn wir seine Botschaft hören und verstehen, kann es plötzlich auf immer verschwinden.

Träume als Medien der Gottesbegegnung

Manchmal helfen Träume nicht nur zur Selbsterkenntnis und Lebensorientierung, sondern dienen darüber hinaus auch als Medien der Gottesbegegnung. Meist macht sich Gottes geheimnisvolle Nähe indirekt erfahrbar, in Traumbildern und -botschaften, die ein Gefühl von Behütet- und Geborgensein vermitteln. Wer aus solchen Träumen erwacht, erfährt sich als getröstet, von Einsamkeit und Isolation befreit. Er erkennt, dass in den Zufällen und Belanglosigkeiten seines Lebens eine geheimnisvolle Logik waltet, die es zu einem Ganzen fügen. Aus einer skeptischen Beobachterperspektive mag man solche Träume, die sich häufig gerade in Notzeiten einstellen, als imaginierte Wunscherfüllungen interpretieren. Theologisch spricht nichts dagegen, dass sich Gott den Menschen auch mittels solcher psychischer Funktionen mitteilt. Die Träumenden wissen meist sehr wohl zu unterscheiden, zwischen den schönen Traumbildern, in denen sie fliegen und Mauern leichtfüßig überspringen können, und der Traumbotschaft, die in diesen Bildern steckt, aber nicht in ihnen aufgeht. Es ist die durch seinen Traum geschenkte Einsicht, die Guardini tröstet und die ihn angesichts seines zu Ende gehenden Lebens dankbar und erwartungsvoll stimmt.

Anregungen zum geistlichen Umgang mit Träumen

Der geistliche Umgang mit Träumen kann sich einerseits auf die Einstellung vor dem Träumen, andererseits auf die nachträgliche Bearbeitung des Geträumten

beziehen. Das Traumgeschehen und die Traumerinnerung lässt sich meist nicht direkt, oft aber indirekt beeinflussen. Wie und was wir träumen, hängt beispielsweise auch davon ab, mit welchen Gedanken und in welcher Atmosphäre wir in den Schlaf gehen. Nicht umsonst wünscht man sich in Italien vor dem Einschlafen *sogni d'oro*, goldene Träume. Und nicht zufällig, praktizierte man in der Antike den Tempelschlaf mit der Absicht, im Traum eine Lösung für ein Problem zu erhalten. In einem kleinen Dialog, dem *Geistlichen Abendgespräch über den Schlaf, das Gebet und andere Dinge*, formuliert Karl Rahner die Erfahrung, dass sich in Träumen die heilsamen Bilder wiederfinden, mit denen jemand in den Schlaf geht. Wiederkehrende Angstträume lassen sich manchmal dadurch beruhigen, wenn man sie betend zu einem guten Ende imaginiert.

Auch der Boden für die Traumerinnerung wird schon vor dem Einschlafen gelegt: Die meisten Träume verschwinden im Vergessen, wenn man sich nicht vornimmt, sie erinnernd festzuhalten und gleich nach dem Aufwachen zu notieren. Traumerinnerung braucht ebenso wie die Traumdeutung Übung, Disziplin und Zeit. Es ist hilfreich, den Traum möglichst detailliert zu notieren. Auch scheinbar nebensächliche Aspekte sind bedeutungsträchtig. Soll die Traumdeutung nicht fehlerhaft sein, darf sie sich nicht nur an allgemeinen Deutungsschemata orientieren, sondern muss auch den Kontext und die persönlichen Assoziationen der Träumenden mitberücksichtigen. Traumsymbole sind wesentlich mehrdeutig und gewinnen ihre Prägnanz erst auf dem Hintergrund der je besonderen Lebensgeschichte. Klassische Traumotive – der Verlust oder der Fund von Wertesachen, das Verpassen eines Zuges oder die Nacktheit in der Öffentlichkeit – bedeuten je nach Lebenssituation der Träumenden sehr Unterschiedliches.

Wenn er und sie ehrlich mit sich sind, merken die Träumenden meist sehr genau, wann eine Deutung den Nagel auf den Kopf trifft. Ein geistlicher Umgang mit Träumen wird schließlich darauf achten müssen, dass diese Beschäftigung mit der bunten Welt spontaner Imagination nicht zu einem selbstbezogenen Kreisen um sich verkommt. Um einer Flucht in imaginäre Wirklichkeiten entgegenzusteuern, kann man seine Träume darauf hin befragen, zu welchem nächsten Schritt sie uns auffordern: Wozu ermutigt mich das offene Ende des Traumes? Es wäre eigenartig verfehlt, sich nur darüber zu freuen, dass man im Traum einen Schatz gefunden hat, ohne dass man sich im Wachbewusstsein ernsthaft fragt, was ein solches Traumbild für den kommenden Lebensabschnitt (ver-)heißen könnte. | •

SIMON PENG-KELLER, geb. 1969, verheiratet, wohnhaft in Zürich. Dr. theol., Dozent für *Theologie des geistlichen Lebens an der Theologischen Hochschule Chur. Leiter von kontemplativen Exerzitien im Lassalle-Haus/Schweiz und im Geistlichen Zentrum St. Peter im Schwarzwald. Zuletzt erschienen: Aufbruchsfreude und Geistesgegenwart. Gestalten einer erneuerten christlichen Spiritualität, Zürich 2007 (mit A. Schmucki).*