

Fragen an Traumfiguren

Tiefenpsychologisch betrachtet sind Traumfiguren Anteile deiner Selbst. D.h. alles im Traum verkörpert symbolisch gesehen etwas von dir: (Verdrängte) Emotionen, Charaktereigenschaften, So kann eine Traumfigur z.B. für deine Wut, Lebenskraft oder Selbstliebe stehen. Im Klartraum hast du die einmalige Gelegenheit, bewusst im Unbewussten nach Antworten zu suchen, indem du Traumpersonen (oder Gegenständen, Tieren, der Natur, dir selbst, ...) Fragen stellst. Überlege dir vor dem Einschlafen, was du im nächsten Klartraum in Erfahrung bringen möchtest. Oft ist die Traumumgebung, in der du luzide wirst, auf dein Anliegen vorbereitet. Folgende Fragen sind besonders interessant:

- I. **Wer bist du?** Die Antworten sind unzählig: Deine Zukunft, deine Klarheit, dein inneres Wissen, ...
- II. **Kannst du mir bitte bei ... helfen?** Du kannst die Traumfigur alles fragen, was du möchtest. Sie ist mit deinen Themen vertraut (da sie ja ein Teil von dir verkörpert) und kann dir eine hilfreiche Antwort geben, die aus dir selbst heraus entsteht.
- III. **Was bedeutet dieser Traum?** Die Traumfigur kann dir direkt Auskunft über den verborgenen Sinn des Traums geben und dir somit wertvolle Hinweise zu deiner aktuellen Lebenssituation etc. geben.
- IV. **Wer bin ich?** Du wirst überrascht sein, was du mit dieser simplen Frage alles über dich erfahren kannst.
- V. **Hast du eine (wichtige) Mitteilung für mich?** Diese Antworten können sehr überraschend, heilend, berührend und wegweisend sein.
- VI. **Kann ich etwas für dich tun?** Vielleicht wünscht sich eine Traumperson etwas von dir: Aufmerksamkeit, Liebe, Verständnis, ...

Folgendes trägt zu einem erfolgreichen Gespräch bei:

- Sprich die Traumfigur freundlich an.
- Stell dich vor.
- Bekunde Interesse an ihr.
- Versuche, das Gespräch so lange wie möglich aufrecht zu erhalten, bis all deine Fragen geklärt sind.
- Bedanke dich nach dem Gespräch bei ihr.
- Bedenke: So, wie du mit der Traumfigur umgehst, gehst du mit dir selbst um.

Du kannst dich in späteren Träumen mit derselben Traumfigur verabreden und eine Freundschaft aufbauen.

« Im Verlauf des Lebens begegnen wir uns immer wieder selbst in tausend Verkleidungen. » C. G. Jung

Viel Spass beim Erkunden deines Unbewussten!

Herzlichst & traumhaft

Deine Lara



Verfasserin

Lara Vogt - Traumtherapeutin, angehende Psychotherapeutin
Geboren in Basel, lebt und träumt in Österreich und der Schweiz
Homepage www.traumpraxis.com
Facebook: www.facebook.com/die.traumpraxis