

4. Träume

Jetzt bricht die Liedkapitel-Ära an, und ich zähle nicht mehr die Tage dieses Projekts. Ich will einfach drauf los schreiben, so wie immer. Doch die Worte winden sich auf diesem Level mit aufgesetzten Anspruch wie ein Kamel durch ein Nadelöhr. Manchmal starre ich minutenlang in den Monitor ohne Worte. Manchmal schreibe ich Sätze, die ich sofort wieder lösche. Die sonstige Leichtigkeit beim Schreiben wird eine launische Freundin und zwingt mich zur Entdeckung der Langsamkeit, dran bleiben ist alles, und so feiere ich demütig jedes Absätzchen.

Ich sitze im Schneidersitz, den Laptop auf den Oberschenkeln und höre, dass das erste Lied nun leise anfängt zu sprechen, sich mitteilen will. Ja, es ist Zeit für:

Träume

Träume erinnern, Träume vergehen, Träume erkennen,
sie sind kein Versehen.
Träume leuchten, Träume erschrecken, Träume sind flüchtig,
sie können erwecken.

**Träume, Träume sind Schäume,
schlafe, und sie werden vergehen.
Träume, Träume sind Räume,
in denen du wohnst.
Träume, Träume sind Bäume,
wenn du, wenn du dazu stehst.
Wenn du dazu stehst, wenn du dazu stehst
und sie lebst.
sie einfach lebst.**

Träume beeindruckten, Träume sind sacht, Träume sind zeitlos,
sie sind nicht nur in der Nacht.
Träume leben, Träume visionieren, Träume ohne Verstand,
die mich missionieren.

**Träume, Träume sind Schäume,
schlafe, und sie werden vergehen.
Träume, Träume sind Räume,
in denen du wohnst.
Träume, Träume sind Bäume,
wenn du, wenn du dazu stehst.**

Träumst du dich wirklich, wirklich, träumst du? (3x)

(evt. aufsteigend)

Wenn du dazu stehst, wenn du dazu stehst, wenn du dazu stehst.

Träume! *(Flüstern)*

wenn du dazu stehst, wenn du dazu stehst, wenn du dazu stehst.

Träume! *(Flüstern)*

**Wenn du dazu stehst, wenn du dazu stehst
und sie lebst, sie einfach lebst.**

Träume sind Führen vom Unbewussten zum Bewussten

Über die Macht des Unterbewusstseins ist schon genug gesagt und geschrieben und ich bin kein Fan von schubladenorientierten Traumdeutungen. Jeder Mensch ist einzigartig und auch ähnliche Träume haben für jeden eine andere Bedeutung, eine andere Symbolik.

-

Mit dem Träume-Lied verbinde ich die Kraft der inneren Bilder. Oft völlig aus der Logik gerissen, findet sich hier die Kläranlage der Seele. Nächtliche Träume inspirieren manchmal eine andere Lebensrichtung einzuschlagen, etwas loszulassen, andere Perspektiven einzunehmen oder sich Ängsten zu stellen. Ich glaube, dass die nächtliche Wanderschaft ein multidimensionales Abenteuer ist, das sich selten ganz klar in unsere normale Erinnerung hinüberretten lässt.

Als Kind hatte ich Angst vor Spinnen und träumte von mutierten Riesenausgaben, die unter meinem Bett lauerten. Der Schreck darüber weckte mich und ich brauchte, wenn ich ganz mutig war 5 Minuten, um das Licht anzumachen und mit pochendem Herzen unter mein Bett zu schauen. Erleichtert bewunderte ich das gewohnte spinnenfreie! Chaos und sank dann in die Kissen zurück.

Einige Jahrzehnte später transformierte sich diese kindliche Spinnenangst als ich einer Spinne beim Netzbau zugeschaut habe. Wie perfekt sie ihre Arbeit verrichtete, ein Koordinatensystem schafft, einen Raum abmisst. Einige traditionelle Heiler und Schamanen nutzen die (energetische) Spinnenkraft für Heilsitzungen, „weben“ Körper, Geist und Seele wieder im Einklang miteinander. Manchmal in Aufstellungen oder Hypnos Sitzungen kommen mir Worte und Sätze für meine Klienten*innen, die zerrissene Lebensfäden wieder verbinden und ich bin dankbar die Spinne und ihre Fähigkeit als Patin für meine Arbeit nun hinter mir zu haben.

Wiederkehrende Albträume begleiteten mich durch Kindes- und Jugendalter, immer das Gleiche, eine Atombombe fiel aus dem Flugzeug, pfeifen und bumm, dann der Pilz. Vor ca 20 Jahren träumte ich wieder diesen Anfang und die Bombe fiel zu Boden, der Pilz und wow alles Gold. Es war eine Bewusstseinsbombe und das war das Ende dieses wiederkehrenden Alb. Nach Recherchen fiel mir auf, dass meine Zwillingsschwester und ich auf den Tag genau 33 Jahre nach dem Abwurf der Hiroshima-Bombe geboren waren. Also war es kein Wunder, dass mir Umweltthemen damals immer sehr nahe gingen und aus dieser Angst der Wunsch entstanden ist einen Teil dazu beitragen zu wollen die Welt besser zu machen.

Tagträume sind Wunschvorstellungen, die unsere Sehnsüchte offenbaren. Es tut gut die Begrenzungen und den inneren Zensor für eine Weile hinter sich zu lassen und sich für die Welt der Imagination zu öffnen. Gleichzeitig dienen Tagträume der Verarbeitung von Gedanken und Gefühlen, die wie in einer Trance die äußeren Reize abschirmt und die Aufmerksamkeit nach innen lenkt.

In der Schulzeit hatte ich während des Unterrichts und bei den Hausaufgaben oft Tagträume, die mich von dem nüchternen, z.T. abstrakten Lernstoff wohltuend ablenkten. Es ist ein gegenwärtiges Raustreten, ein Flirt mit einer alles-ist-möglich-Zukunft.

Ich mache hier jetzt keinen Diskurs über Realitätsverleugnende Strategien, sondern nehme ein mich immer schon stärkendes Tool näher unter die Lupe, denn die Bilder des Tagträumens kommunizieren, sie sagen etwas aus über meine Bedürfnisse, Sehnsüchte,

Wünsche, das, was ich wirklich will. Ich kann das einfach in meiner Imagination als Seifenblase eine kurze Zeit bewundern, dieses kurze schillernde Abheben bis es platzt. Ich kann den Traum bewusst wahr nehmen, lebendig halten, dazu stehen. Es gibt tonnenweise Geschichten und Filme in denen Menschen es geschafft haben trotz (oder auch weil) widriger Umstände ihre tiefsten Wünsche zu erfüllen und ich bin ein großer Fan davon.

INSPIRATION 4:

Was wolltest Du als Kind mal werden, wovon hast Du geträumt? Wovor hattest Du als Kind Angst? Wenn es ein Tier war, konntest Du die Eigenschaften des Tieres integrieren, bewusst machen?

Was träumst Du nachts, was tagsüber?

Was ist der Inhalt Deiner Träume? Hast Du wiederkehrende Träume? Was sagen sie Dir? Wenn du den Satz spontan vervollständigst: „Ich würde so gerne mal...“ Und was ist, wenn Du es einfach machst oder anfängst so wie ich Absatz für Absatz?



**EMPOWER
YOURSELF**

Innovatives Coaching Training Counseling

0174 199 2999
www.greencoaching.eu



greencoaching
Janin Boecker