

REINHARD STENGEL


Die schamanische TRAUM DEUTUNG

Botschaften der Seele und der Anderswelt verstehen



Mit
Lexikonteil
zu Traum-
symbolen

 Schirner
Verlag



Bestimmt kennst du diese Bilder
aus deinen Träumen. Entdecke,
was sie und viele weitere dir
sagen wollen:

- Blumen
- Betrug
- Boot
- Engel
- Fallen
- Flucht
- Geld
- Meer
- Reise
- Tiere
- Tür
- Wald
- Zähne

REINHARD STENGEL

Die schamanische TRAUM DEUTUNG

**Botschaften der Seele und der
Anderswelt verstehen**

Mit
Lexikonteil
zu Traum-
symbolen



Wir verzichten auf das Einschweißen unserer
Bücher – **UNSERER UMWELT ZULIEBE!**

ISBN Printausgabe 978-3-8434-1586-6
ISBN E-Book 978-3-8434-6561-8

| | |
|--|---|
| Reinhard Stengel: Die schamanische Traumdeutung Botschaften der Seele und der Anderswelt verstehen © 2025 Schirner Verlag GmbH & Co. KG Birkenweg 14 a, 64295 Darmstadt E-Mail: gpsr@schirner.com | Umschlag: Jennifer Maar & Hülya Sözer, Schirner, unter Verwendung von # 2432502017 (© Brian A Jackson), # 300334265 (© Ksenia Lokko), # 1926358538 (© Umuarus), # 2177832841 (© Olga_Angelloz) und # 324481763 (© Elena Eskevich), www.shutterstock.com Layout: Jennifer Maar, Schirner Lektorat: Bastian Rittinghaus, Schirner Druckproduktion: Ren Medien GmbH, Filderstadt Printed in Czech Republic |
|--|---|

www.schirner.com

1. Auflage Juli 2025

Alle Rechte der Verbreitung, auch durch Funk, Fernsehen und
sonstige Kommunikationsmittel, fotomechanische oder vertonte
Wiedergabe sowie des auszugsweisen Nachdrucks vorbehalten

Inhalt

| | |
|---|----|
| Vorwort | 9 |
| Über dieses Buch und wie du es nutzen kannst..... | 11 |

Mein Weg zum Traumdeuter 14

| | |
|--------------------------------|----|
| Vom Bodensee nach Montana..... | 15 |
| Ausbildung zum Schamanen | 20 |

Träume – Botschaften der Seele und der Anderswelt 24

| | |
|--|----|
| Träume in verschiedenen Kulturen | 25 |
| Träume aus wissenschaftlicher Sicht | 29 |
| Wann deine Träume stattfinden..... | 31 |
| Warum manche Träume so realistisch wirken..... | 33 |
| Träume schamanisch betrachtet | 35 |
| Traumfänger..... | 42 |
| Träume als Spiegel der Seele..... | 48 |
| Warum man seine Träume leben sollte | 50 |
| Die Kunst des luziden Träumens | 54 |

Mit Traumdeutung das Leben verändern 56

| | |
|--|----|
| Grundthemen der Traumdeutung | 63 |
| Besonderheiten der schamanischen Traumdeutung..... | 65 |
| Versteckte Botschaften | 68 |
| Träume als Verpflichtung..... | 71 |

Schamanische Traumdeutung leicht gemacht76

| | |
|---|-----|
| Alkohol | 78 |
| Armut | 79 |
| Augen..... | 80 |
| Auswandern | 82 |
| Auto | 83 |
| Ballon..... | 84 |
| Betrogen werden | 85 |
| Blumen..... | 87 |
| Boot/Schiff | 88 |
| Chef oder Chefin..... | 90 |
| Clown..... | 91 |
| Dolch..... | 92 |
| Drache..... | 93 |
| Drogen | 94 |
| Einbrecher oder Einbrecherin | 95 |
| Einhorn..... | 96 |
| Engel | 97 |
| Erbschaft..... | 99 |
| Erdbeben..... | 100 |
| Erfindungen | 100 |
| Fallen | 101 |
| Feuer | 103 |
| Finsternis/Dunkelheit | 104 |
| Fliegen..... | 105 |
| Flucht/Verfolgung..... | 107 |
| Friedhof | 108 |
| Frühkindliche Traumata/Erlebnisse | 109 |
| Geburt/Schwangerschaft..... | 110 |
| Gefängnis | 111 |
| Geld..... | 112 |

| | |
|--------------------------------------|-----|
| Gespentst/Geist | 113 |
| Hexe/Schamane oder Schamanin | 114 |
| Hochzeit | 116 |
| Kampf/Krieg | 117 |
| Leiter | 118 |
| Meer/Ozean | 119 |
| Motorrad | 121 |
| Nacktheit | 122 |
| Prüfung/ Durchfallen | 123 |
| Reise | 124 |
| Rollstuhl | 126 |
| Schlafwandeln | 127 |
| Schornsteinfeger oder -fegerin | 128 |
| Seitensprung | 129 |
| Sonne | 131 |
| Spritze | 132 |
| Straße | 133 |
| Tiere | 135 |
| Bär | 136 |
| Biene | 137 |
| Delfin und Atlantis | 138 |
| Fische | 141 |
| Fuchs | 142 |
| Katze/ schwarze Katze | 144 |
| Kuh | 146 |
| Pferd | 147 |
| Schlange | 149 |
| Schmetterling | 150 |
| Spinne | 151 |
| Storch | 153 |
| Vögel | 154 |
| Wolf | 156 |

| | |
|---|------------|
| Tür | 159 |
| Umzug | 161 |
| Unfall | 162 |
| Verstorbener oder Verstorbene/Tod | 163 |
| Wahrträume der Zukunft | 164 |
| Wald..... | 165 |
| Warnträume von Krankheit..... | 167 |
| Wasser..... | 168 |
| Weg ohne Rückkehr..... | 170 |
| Wunschträume | 171 |
| Wüste | 172 |
| Zahlen | 174 |
| Zähne/Zahnausfall | 176 |
| Zirkus..... | 177 |
| | |
| Schlusswort..... | 180 |
| | |
| Über den Autor | 181 |
| | |
| Bildnachweis | 182 |



Träume schamanisch betrachtet

Die Traumdeutung, die ich bei den Crow lernen durfte, ist eine Form der Seelenkommunikation. Ähnlich wie schamanische Reisen oder die Suche nach Visionen in der Wildnis befasst sie sich mit den tieferen Schichten unseres Lebens und bringt unbewusste Wünsche und Sehnsüchte oder verborgene Weisheiten an die Oberfläche.

Im Schlaf ist unser denkender Geist nicht aktiv, und daher sind auch manche Filter ausgeschaltet, die sonst unsere Wahrnehmung bestimmen. Wenn wir träumen, können deshalb Botschaften zu uns vordringen, die wir im Wachzustand nicht an uns heranlassen würden.

Mein Schamane Fred lehrte mich, dass Träume immer wichtige Botschaften aus unserem Unterbewusstsein sind. Selbst Dinge, die uns nach dem Aufwachen vielleicht banal erscheinen, enthalten oft wichtige Nachrichten für uns. Möglicherweise träumen wir lediglich davon, dass wir barfuß über eine Wiese spazieren ... und ansonsten passiert nicht viel. Doch das kann ein Hinweis aus der Anderswelt beziehungsweise von unserer Seele sein, die sich danach sehnt, in wirklichen Kontakt mit der Natur zu treten, indem wir die Erde unter unseren Füßen spüren und uns von ihr tragen lassen.

Schamanische Traditionen verbinden Träume daher oft mit tiefen spirituellen Bedeutungen, Heilung und persönlicher Entwicklung. Ebenso sehen Medizinmänner Träume als Tor zu anderen Welten oder Dimensionen. Sie glauben, dass sie Botschaften von Geistern, Vorfahrinnen und Vorfahren oder aus früheren Leben, aber auch von der Natur enthalten, die Führung und Einsicht bieten können.



Träume sind somit wertvolle Werkzeuge für die spirituelle Kommunikation und Heilung. Jede und jeder von uns spricht anders mit Mutter Erde, hört andere Botschaften und hat persönliche Schwerpunkte beziehungsweise Lernaufgaben, die auf ihrer beziehungsweise seiner Seelenreise wichtig sind. Und auch wenn wir alle miteinander verbunden sind, haben alle Menschen ihren eigenen Zugang zu ihrer Seelenwelt. Daher legt die schamanische Traumdeutung viel Wert auf persönliche Symbolik anstelle allgemeiner Symbole. Was ein Zeichen für dich ganz persönlich bedeutet, ist wichtiger, als was es für die Allgemeinheit repräsentiert.

Du träumst etwas, *dir* erscheint ein Bild, *du* erhältst eine Botschaft – darum ist es ungeheuer wichtig, dass du deiner Intuition vertraust und die Botschaften deiner Träume selbst entschlüsselst. Dafür braucht es ein wenig Übung, wozu dir dieses Buch viele Beispiele liefern möchte. Diese kannst du lesen, in sie hineinspüren und schauen, welche Deutung zu dir spricht, welche Interpretation eines bestimmten Bildes dir nah ist. Mithilfe der intensiven Beschäftigung mit deinen Träumen wirst du langsam herausfinden, was deine Seele dir sagen möchte und worauf du in deinem Alltagsleben dein Augenmerk legen solltest.

In schamanischen Traditionen werden Träume und ihre Deutung oft genutzt, um emotionale, mentale oder sogar körperliche Heilung zu fördern. Die Inhalte werden ernst genommen, sogar als genauso real wie die Erlebnisse unseres Alltagsbewusstseins betrachtet. Niemand spricht davon, dass dieses oder jenes »nur ein Traum« war. Es ist ein Traum und somit eine wichtige Botschaft aus der Anderswelt und den Tiefen unserer Seele.

Wenn diese Bilder selbst gedeutet oder mit dem Schamanen beziehungsweise der Schamanin des Dorfes besprochen werden, kristallisiert sich oft ein klarer Auftrag heraus, den der oder die Träumende zu erledigen hat, um wieder ganz und somit heil zu werden.

Ein Beispiel: Eine indigene Frau in einem Dorf hat seit Monaten Schmerzen in den Füßen und Beinen. Jetzt träumt sie von rot angemalten Geistern, die sie im Traum bedrängen. Mit dieser nächtlichen Erfahrung geht sie zu ihrem Schamanen und erzählt ihm den Traum. Gemeinsam sprechen die beiden über diese inneren Bilder, identifizieren die rot angemalten Gestalten als Erdgeister und finden gemeinsam heraus, dass die Frau sich vor etwa einem halben Jahr bei der Ernte ihrer Felder respektlos gegenüber der Erde verhalten hat. Der Schamane leitet aus dem Traum einen Auftrag ab und bittet die Frau, mit einigen Maiskörnern zurück auf ihre Felder zu gehen, sich bei den Erdgeistern zu entschuldigen, ihnen zu danken und ihnen die Maiskörner zu opfern. Ein paar Tage später sind die Schmerzen der Frau verschwunden. Ihr Füße und Beine, also die Teile des Körpers, die jeden Tag der Erde am nächsten sind, werden energetisch wieder ganz, sodass Heilung geschehen kann, nachdem die seelischen Wunden zwischen der Frau und der Erde behandelt wurden.

Das Beispiel ist natürlich vereinfacht, aber du kannst vielleicht erkennen, welches Muster solchen Träumen und den daraus hervorgehenden Heilungen zugrunde liegt.

Schamanen und Schamaninnen oder Medizinmänner und -frauen praktizieren neben dieser Deutung (und dem Erzählen einer Heilungsgeschichte mit dem entsprechenden inneren Auftrag für den

Patienten oder die Patientin) auch manchmal bewusstes Träumen oder Klarträume, bei denen sie während des Träumens die Kontrolle über das Geschehen behalten. Sie sind also nicht dem Ansturm innerer Bilder ausgesetzt, sondern steuern die Handlung in einem gewissen Sinn. Wie bei jedem Menschen tauchen in ihrem Schlaf Bilder auf, doch sind sich die Schamanen und Schamaninnen der Tatsache bewusst, dass sie in diesem Moment träumen, und können Wesenheiten der Anderswelt aufsuchen, ihnen Fragen stellen oder von ihnen lernen. Mit dieser sehr fortgeschrittenen Technik werden also ganz gezielt Einsichten gewonnen und Botschaften empfangen, zu denen es im Wachbewusstsein keinen Zugang gibt.

Da die Traumwelten so wichtig sind, arbeiten indigene Völker oft mit Ritualen, die das Träumen fördern, und auch, um sie zu interpretieren.

Dazu gehören neben dem Führen eines Traumtagebuchs auch Meditationen vor dem Schlafengehen, bei denen bestimmte Kräuter wie Salbei und Beifuß zum Einsatz kommen, die die Bewusstheit erhöhen. Auch Gebete werden genutzt, um die Anderswelt zu bitten, klare und aussagekräftige Träume zu schicken. Dies kannst du dir ebenfalls zu eigen machen.




Übung: Ein Traum-Gebet



Nimm dir abends vor dem Schlafengehen einige Augenblicke, um in dich zu gehen. Atme ein paarmal tief und langsam durch. Dann bitte die Anderswelt in deinen eigenen Worten um einen guten und heilsamen Traum. Bitte ebenfalls darum, dass du dich am folgenden Morgen deutlich an deinen Traum erinnern wirst. Versichere der Anderswelt, dass du für die Botschaften offen sein und dich bemühen wirst, aufmerksam zuzuhören.

Schreibe deine Worte vielleicht in deinem Traumtagebuch auf, sodass du sie wie ein kleines Gebet immer abends aufsagen kannst. Durch diese immer gleiche Wiederholung kann es sich in deinen Geist einschleifen und wird zu deiner zeremoniellen Vorbereitung auf das Träumen.

Zusätzlich gibt es deinem Körper und deinem Geist das Signal, dass nun der Tag vorbei ist und es Zeit zum Schlafen wird. Viele Menschen, die solch ein kleines Ritual am Abend durchführen, sagen, dass sie nie besser geschlafen haben.




Schamanische Traditionen stellen Träume oft in einen Zusammenhang mit der Natur und ihren Elementen. Und auch ich machte die Erfahrung, dass meine Träume häufig auf eine Verbindung zur Erde hinweisen. Sie zeigten mir immer wieder Wege: gewundene Wanderwege, Abzweigungen, zugewucherte Trampelpfade, endlose Highways – und diese Hinweise konnte ich auf meinen Alltag übertragen und so Wegweiser für wichtige Entscheidungen entdecken. Manchmal war mir im Traum völlig klar, dass mich nur der kleine Tram-


pelpfad, auf dem noch nicht so viele Menschen unterwegs gewesen waren, zu meinem Ziel bringen würde und dass ich den Highway oder Mainstream verlassen musste. Auch Antworten auf drängende Lebensfragen konnte ich in den Traumbildern finden. Manches Mal waren die Bilder recht verschlüsselt, und ich musste mich lange mit ihnen auseinandersetzen, mit ihnen meditieren und sie regelrecht verdauen, um die in ihnen verborgenen Fingerzeige zu erkennen. Bisweilen waren es aber auch völlig klare Bilder oder kurze Antworten, die ich bekam und bei denen ich erst einmal lernen musste, loszulassen und zu vertrauen. Wie auch immer die Träume ausfielen, sie waren immer transformative Erfahrungen, die mir tiefere Einblicke in mich selbst und meine Verbindung zur Welt ermöglichten.

Vielleicht hast du auch schon einmal eine Antwort erhalten und sofort gedacht: »Derart einfach kann das doch nicht sein!« So kann es uns auch mit Träumen gehen. Wir müssen genau hinschauen, aufmerksam lauschen und dann vertrauen.

Träume und die Traumwelten überlappen sich nach Vorstellung indigener Kulturen mit schamanischen Reisen und der Anderswelt. Deshalb werden schamanische Reisen in die Anderswelt, für die sich Schamaninnen und Schamanen mithilfe von Trommeln, Rasseln oder Gesang in Trance versetzen, um dort Lösungen für die Nöte Einzelner oder des ganzen Stammes zu finden, auch manchmal als Traumreisen bezeichnet. Nach ihrer Rückkehr aus der Anderswelt werden die empfangenen Bilder und Symbole mit der ganzen Gemeinschaft diskutiert. Genauso kannst du deine eigenen Traumerlebnisse mit einem Gefährten oder einer Gefährtin erörtern.




Übung: Ein Traumgefährte/ eine Traumgefährtin



Manchmal fällt es uns schwer, allein hinter die Bedeutung eines Traums zu kommen. Wir sind uns selbst und unserer eigenen Geschichte einfach zu nah und sehen den Wald vor lauter Bäumen nicht. Daher kann es hilfreich sein, einen Gefährten oder eine Gefährtin an unserer Seite zu haben, der oder die sich ebenfalls mit Traumdeutung beschäftigt. Gemeinsam können wir dann unsere Träume besprechen, die Bilder interpretieren ... und ganz wichtig: einander Fragen stellen. »Was bedeutet dieses Bild für dich? Wie fühlst du dich, wenn du über diesen Traum sprichst? Was fällt dir ganz spontan ein, wenn du XY aus deinem Traum beschreibst?«

Zu zweit kommen wir häufig leichter auf Antworten, weil unser Gegenüber uns mit seinen Fragen leitet oder auch einmal nicht lockerlässt, wenn wir schon aufgeben wollen. Auf diese Weise können wir viele unserer Träume viel einfacher deuten. Probier es einfach, und sprich einen Freund oder eine Freundin auf solch ein Miteinander an!





Schamanische Traumdeutung leicht gemacht





Trotz aller Individualität enthalten Träume oft universelle Symbole, die in verschiedenen Kulturen ähnlich interpretiert werden. In vielen Fällen wirst du intuitiv wissen, was dein Traum dir sagen möchte, aber manchmal ist es gut, sich mit solchen traditionellen Deutungen zu befassen, um auf die richtige Spur geführt zu werden. Träume können ab und an recht verwirrend sein, und dann ist es gut, wenn man erfährt, wie Menschen vergangener Zeiten Symbole verstanden haben. Zumindest erhält man eine Idee davon, in welche Richtung man hier weiterdenken könnte.

Im folgenden Teil des Buches habe ich in alphabetischer Reihenfolge häufig vorkommende Traumbilder aufgeführt und eine grundsätzliche Deutung hinzugefügt, die sich aus psychologischen, mythologischen und archetypischen Quellen speist.

Hier kannst du nachschlagen, wenn du einmal nicht viel mit deinem Traum anzufangen weißt und dich fragst, was dieses oder jenes Traumbild dir wohl sagen möchte. Du findest Hinweise, die dir weiterhelfen und deine eigene Interpretation unterstützen.

Es kann natürlich auch vorkommen, dass du die Interpretationen, die dieser Buchteil dir bietet, nicht nachvollziehen kannst beziehungsweise die Bilder für dich auf etwas anderes hinweisen. Vertraue in diesen Fällen immer auf dein Bauchgefühl, und folge deiner eigenen Auffassung. Du bist selbst dein bester Traumdeuter oder deine beste Traumdeuterin!



Alkohol

Wenn du in deinem Traum Alkohol konsumierst, kann das darauf hinweisen, dass du Problemen, negativen Gefühlen, Stress oder Ängsten zu entkommen versuchst. In dir existiert möglicherweise der Wunsch, zu fliehen oder dich zu betäuben, weil du manche Aspekte deines Lebens nicht mehr gut aushältst.

Ebenso kann Alkohol aber auch dafür stehen, deine Hemmungen einmal fallen zu lassen und dich locker zu machen. Vielleicht benötigst du dringend eine Phase der Entspannung, oder in dir ist das starke Bedürfnis gegenwärtig, endlich einmal wieder das Leben zu genießen und dich einfach grundlos zu freuen. Siehst du dich im Traum auf einer Feier, bedeutet dies möglicherweise, dass du dir Zeit für deine Freundinnen und Freunde und die Gemeinschaft nehmen solltest.

Wenn du in deinem Traum wirklich stark betrunken bist oder dich dabei erlebst, wie du übermäßig Alkohol konsumierst, kann auch dies zweierlei Bedeutungen haben: Zum einen kann es auf eine problematische Beziehung zu Genussmitteln hinweisen und dir aufzeigen,

dass du verstärkt auf dich achten solltest. Zum anderen kann der Traum auch ein Zeichen dafür sein, dass du dich nach Veränderung in spiritueller Hinsicht sehnst, nach einer neuen Wahrnehmung der Realität beziehungsweise nach einer Öffnung deines Geistes.

Alkohol spielt übrigens in schamanischen Traditionen eine eher untergeordnete Rolle. In Ritualen wird zumeist Pflanzenmedizin verwendet, um andere Bewusstseinszustände zu erzeugen. Alkohol kommt in dieser Funktion eigentlich nur in der Mongolei zum Einsatz, ansonsten halten es die meisten Schamanen und Schamaninnen für eine Substanz, die den Geist trübt, statt ihn zu befreien.

Nach realem Alkoholkonsum können die Bilder im Traum übrigens oftmals verzerrt sein. Du solltest dann aufpassen, dass du nicht Botschaften hineininterpretierst, die gar nicht so gemeint waren.

Armut

Erlebst du dich in deinem Traum verarmt, auf der Straße lebend oder hungernd, kann das auf tief sitzende Ängste hindeuten: Innere Unsicherheit, das Gefühl, nicht zu genügen oder nicht genug zu bekommen, Verlustängste, Selbstzweifel und die Sorge vor sozialem Abstieg beziehungsweise Isolation finden so ihren Ausdruck. Wenn es dir generell an Selbstwertgefühl fehlt, kleidet dein Unterbewusstsein diesen Mangel in etwas klar Greifbares wie echte Armut.

Auch tatsächliche finanzielle Sorgen und allgemeine Zukunftsängste können sich auf diese Weise zeigen. Vielleicht bedeutet ein solcher Traum aber auch, dass du den immateriellen Werten in deinem Leben mehr Raum geben darfst oder dass du allgemein zu verschwenderisch lebst und dich in Bescheidenheit üben solltest.

Auch die Angst, nicht genug geliebt zu werden, kann sich im Traum als Armut zeigen.

Grundsätzlich ist ein Traum von Armut eine Einladung, dein Leben zu überdenken und dich gegebenenfalls neu zu orientieren: Was bereitet dir Sorgen? Wo denkst du, nicht so auszureichen, wie du bist? In welchen Situationen zweifelst du an dir, und sind diese Zweifel wirklich berechtigt? Lebst du deinen finanziellen Möglichkeiten entsprechend, oder gibst du Geld aus, das du eigentlich gar nicht hast? In welchem Bereich deines Lebens hast du Verlustängste? Welche Dinge, auf die du dich verlässt, bieten dir nur scheinbar Sicherheit? Was gibt dir wirkliche, echte Stabilität? Wie kannst du dein Leben gestalten, um dich sicher und geborgen zu fühlen? Was darf gehen, um Neuem Platz zu machen?

Augen

Augen sind ein Traumsymbol, das zahlreiche Bedeutungsebenen hat. Wie unsere Augen im Wachzustand viele unterschiedliche Emotionen ausdrücken können, sind sie auch im Traum Fenster in unser Innenleben.



Zuerst einmal stehen Augen natürlich für das Sehen – darüber hinaus für das Erkennen und Verstehen einer Situation, den klaren Blick, die bewusste Wahrnehmung. Sie lassen uns die Umgebung wahrnehmen, aber auch die Gefühlslage unserer Mitmenschen und ebenso unser eigenes Leben beziehungsweise den Weg, den wir eingeschlagen haben.

Ein Traum, in dem sehr deutlich Augen vorkommen, stellt dir folgende Fragen: Wo musst du genauer hinschauen? Was kannst du in dieser Situation wirklich erkennen? Wovor verschließt du deine Augen? Wo darfst du mehr Klarheit gewinnen?

Tauchen sehr viele Augenpaare auf, kann das auf deine gesteigerte Wahrnehmung verweisen oder aber auf deine Ängste, beobachtet zu werden.

Träumst du von blinden Augen, stellen sich manche Fragen noch viel deutlicher: Was willst du nicht sehen, nicht wahrhaben? Wovon wendest du deinen Blick ab? Wo hast du dich entschieden, blind zu sein?

Wir neigen dazu, Dinge zu verdrängen – und Blindheit ist ein weit verbreitetes Symbol für diese Tendenz der freiwillig gewählten Ignoranz.

Es gibt auch Träume, in denen rote beziehungsweise blutende Augen auftauchen. Diese eher erschreckenden Bilder können dich auf emotionale Verletzungen hinweisen oder auf Situationen, Mitmenschen, Geschehnisse, die du einfach nicht mehr sehen kannst, die dich überfordern und Stress auslösen. Ebenso können Frust und angestauter Ärger dem Traumbild zugrunde liegen.

Die Augen von Fremden können dir aufzeigen, dass es sinnvoll wäre, deine Situation einmal aus einer anderen Perspektive zu betrachten. Intensiver Augenkontakt und tiefe Blicke sind Symbole für das Bedürfnis nach emotionaler Nähe und Austausch.



Auswandern

Träume von Reisen sind nicht ungewöhnlich – unser Geist hat etwas Nomadenhaftes, und so taucht das Motiv des Unterwegsseins auch entsprechend oft auf.

Träume, die ganz konkret das Auswandern thematisieren, also das Verlassen des Heimatlandes und einen Neustart in einem fremden Land, sind seltener. Hier geht es um tiefgreifende, umfassende Veränderungen, die anstehen. Solche Träume weisen auf dein inneres Bedürfnis hin, alles hinter dir zu lassen und einen völlig neuen Lebensabschnitt zu beginnen, der frei ist von den Verstrickungen der Vergangenheit. Hierbei kann es sich sowohl um berufliche als auch private oder emotionale Situationen handeln, die du ändern möchtest.

Und manchmal bilden sich in dem Motiv auch Fluchttendenzen ab. Du möchtest bestehende Probleme hinter dir lassen, sozusagen Tabula rasa machen und noch einmal neu anfangen.

Wenn das Auswandern in deinen Träumen eine prägnante Rolle spielt oder wiederholt auftaucht, bist du eingeladen, dir folgende Fragen zu stellen: In welchem Bereich deines Lebens wird es Zeit für eine Veränderung? Wo nimmst du schon viel zu lange Umstände in Kauf, die dich unglücklich machen? Welche neuen Erfahrungen willst du machen? Welche Erlebnisse würdest du am liebsten vergessen und zurücklassen? Welche Freiheit möchtest du dir nehmen? Was brauchst du dazu, diese Freiheit leben zu können?

Frage dich auch, wofür das Land steht, in das du im Traum ausgewandert bist. Spiegelt es für dich eine Qualität wider, die du in deinem Leben vermisst?

Auto



Auch wenn Autos ganz profane Objekte unseres Alltags sind, mit denen wir uns von A nach B bewegen, sind sie in Träumen doch oft mit Symbolik aufgeladen. Wie bei nahezu allen Deutungen muss hier aber auch der kulturelle Kontext bedacht werden, denn ob du nun in Deutschland lebst – traditionell einem Land der Autobauerinnen und Autofahrer – oder in Indien, wo nahezu niemand ein Auto hat, beeinflusst auch deine Traumbilder und ihre Bedeutung.

In unserer Kultur würde ich sagen, dass ein Auto generell auf die Reise des Lebens hinweist, auf die Frage, ob wir auf ihr hinter dem Steuer sitzen. Dabei geht es um das Thema Selbstbestimmung und, wie wir damit umgehen. Träumst du also intensiv von einem Auto, kannst du dich fragen: Wie gestaltest du die Reise deines Lebens? Übernimmst du die Kontrolle und lenkst unabhängig deine Geschichte? Oder überlässt du anderen das Steuer und bist eher passiver Beifahrer?

Das gilt ebenso für deine spirituelle Reise, die du in diesem Leben unternimmst. Wie gelangst du durch die unterschiedlichen Phasen deines Lebens? Wie bewegst du dich durch die spirituellen Ebenen deines Daseins? In welcher Weise reist deine Seele durch die Welt?

Und es ist hilfreich, genau zu beobachten, wer mit dir im Auto ist. Sind es Personen, die du kennst, oder vielleicht Helfer aus der Geistigen Welt? Führt dein Krafttier mit dir mit? All diese Informationen helfen dir, deinen Traum richtig zu deuten.

Es kann auch wichtig sein, zu sehen, wo du entlangfährst: Ist dir die Gegend bekannt? Ist es ein Ort, den du dir schon immer einmal ansehen wolltest? Geht die Fahrt problemlos vonstatten, oder gibt es Schwierigkeiten? Hast du vielleicht eine Panne oder gar einen Unfall?

Ebenso kann ein Auto für deine innere Energie stehen und symbolisieren, wie du auf deinem Lebensweg vorankommst. Fährst du im Traum ein zuverlässiges, fortschrittliches und schnelles Auto? Oder musst du dich mit einer alten Klapperkiste über holprige Straßen quälen? Die Antworten auf diese Fragen können dir aufzeigen, wie es um dein Energieniveau bestellt ist und wo es in deinem Leben vielleicht Blockaden gibt.

Die Technik des Autos und der Vorgang der Reise, die auch eine innere Reise sein kann, können auch darauf hinweisen, dass es in deinem Leben darum geht, die Moderne mit der Spiritualität zu verknüpfen und nicht das eine vom anderen zu trennen.

Ballon

Wenn du von einem oder mehreren Ballons träumst, die in den Himmel aufsteigen, kann dies auf eine Sehnsucht nach Freiheit hindeuten oder danach, dich über die Dinge deines Alltags zu erheben und sie von oben, also aus einer neutralen Perspektive zu betrachten. Auch der Wunsch nach höheren Zielen oder nach einem Aufstieg in spirituellere Sphären können Auslöser des Traums sein. Nostalgie kann sich ebenfalls in dem Bild ausdrücken, da Ballons oft mit der Kindheit assoziiert werden. Hier stellt sich dann für dich die Frage, ob du ein bestimmtes Gefühl aus deiner Kindheit vermisst und ob du es wieder in dein Leben einladen kannst.

Wichtig ist, zu beachten, dass ein Ballontraum sich von Träumen, in denen du selbst fliegst, unterscheidet: Weil der Ballon ein luftiges Gebilde ist, das leicht platzen oder auch vom Wind davongetragen werden kann, drückt er auch aus, dass du Sorge vor der Flüchtigkeit deines Glücks oder deiner Freiheit hast. Frage dich, was dich in Bezug auf deinen Weg unsicher macht. Bist du schon öfter enttäuscht


worden, nachdem du dich über etwas gefreut hattest? Wurden deine Hoffnungen nicht erfüllt? Oder ist es vielleicht nötig, dass du eine illusionäre Hoffnung endlich loslässt?

Auch zu Geburtstagen, Hochzeiten, Taufen und anderen Festtagen spielen Ballons in unserem Alltag eine Rolle. Wenn Ballons in deinem Traum auftauchen, kann das mit solchen Festlichkeiten in Zusammenhang stehen. Dabei kann es einerseits um freudige Erinnerungen gehen, andererseits um den Wunsch, mehr Ereignisse in deinem Leben zu haben, die du mit anderen feiern könntest.

Betrogen werden

Betrogen zu werden, ist ein schreckliches Gefühl. Selbst wenn du es nur träumst, kann dich das emotional aufwühlen. In einem solchen Fall solltest du dir nach dem Aufwachen erst einmal Zeit nehmen, um genau zu unterscheiden: Träumst du von Betrug, weil du diese Erfahrung tatsächlich gemacht hast? (Sind es also Erinnerungen, die diesen Traum ausgelöst haben?) Oder hast du Angst, dass dir das passieren könnte? (Sind es also Ängste, die vielleicht gar nichts mit der Realität zu tun haben?) Oder bist du es



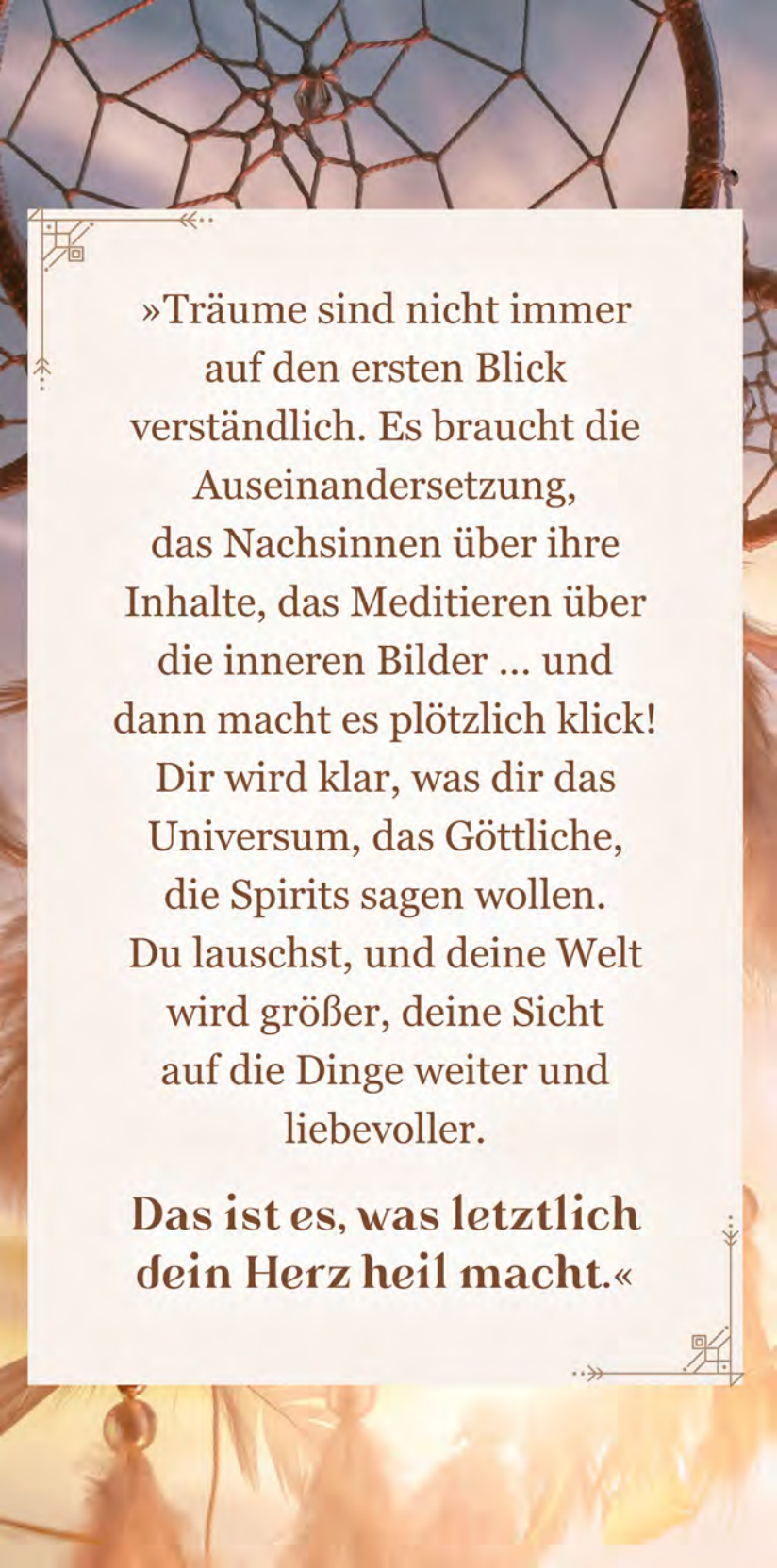


vielleicht selbst, der dich betrügt? (Machst du dir etwas vor und willst Dinge nicht wahrhaben?)

Grundsätzlich kann man sagen, dass solch ein Traum eine Einladung an dich ist, genau hinzuschauen und sehr ehrlich mit dir und deinen Gefühlen zu sein. Wo verbirgst du die Wahrheit? Wo bist du vielleicht nicht authentisch im Ausdruck deiner Gefühle? Durch welche Vorkommnisse fühlst du dich enttäuscht, und wie gehst du damit um? Wie kommst du mit dir und der Welt wieder ins Reine?

Ebenso kann ein Traum von Betrug darauf hindeuten, dass du genau hinschauen solltest, wem du dein Vertrauen schenkst. Möglicherweise kannst du manche Dinge oder Aussagen von Menschen genauer prüfen. So kann ein solcher Traum auch eine Botschaft aus der Anderswelt sein, dir deine Beziehungen und andere Lebenssituationen genau anzusehen und dich zu fragen, ob dies alles deinem höchsten Wohl und deiner gesunden Entfaltung dient. Oft folgen wir unbewusst alten Mustern, die uns aber schon lange nicht mehr guttun. So verletzen wir uns selbst und sollten eine Möglichkeit suchen, uns selbst einen Raum der Heilung zu erschaffen.

Ein Traum von Betrug kann auch ganz allgemein als emotionale Herausforderung verstanden werden – eine Aufgabe, an der du wachsen kannst und die dich innerlich stärker werden lässt.



»Träume sind nicht immer
auf den ersten Blick
verständlich. Es braucht die
Auseinandersetzung,
das Nachsinnen über ihre
Inhalte, das Meditieren über
die inneren Bilder ... und
dann macht es plötzlich klick!
Dir wird klar, was dir das
Universum, das Göttliche,
die Spirits sagen wollen.
Du lauschst, und deine Welt
wird größer, deine Sicht
auf die Dinge weiter und
liebevoller.

**Das ist es, was letztlich
dein Herz heil macht.«**



Jede Nacht betreten wir ein **MAGISCHES REICH:**

die Welt unserer Träume, die Brücke zwischen unserem Bewusstsein und der geistigen Ebene. Was wir im Schlaf erleben, wurde in der schamanischen Tradition immer als bedeutsamer Teil unserer spirituellen Reise verstanden. Denn wir lauschen im Traum nicht nur unserer Seele, die uns Wünsche, Ängste und Bedürfnisse offenbart. Wir erhalten auch Botschaften und Ratschläge aus der Anderswelt, die uns auf unserem Lebensweg leiten.

Finde heraus, was 70 typische Traumsymbole wie »Fliegen«, »Prüfung«, »Nacktheit« oder »Verstorbene« bedeuten. Reinhard Stengel, der beliebte »Rainbow-man«, gibt dir zudem Tipps zum Führen eines Traumtagebuchs oder dem Bau eines Traumfängers. Das Besondere an der schamanischen Traumdeutung ist, dass sie immer deine persönlichen Erfahrungen und Gefühle in den Mittelpunkt stellt. Denn es ist dein Traum und dein Seelenweg!

