

Anhang  
LERNEN DIE ZEICHEN GOTTES  
ZU LESEN:  
TRAUMARBEIT ALS  
SPIRITUELLE ÜBUNG

*Traumarbeit ist die moderne Entsprechung  
der alten Sufi-Lehrgeschichten.*

Irina Tweedie

Die Ideen, die in diesem Buch dargestellt wurden, müssen gelebt werden, müssen ein Teil unserer Alltagsrealität werden. Unser Bewußtsein muß sich verändern, muß eingestimmt werden auf das Göttliche, das in jedem Augenblick lebendig ist. Sufi-Traumarbeit ist ein Beispiel für eine spirituelle Übung, die uns lehrt, wie wir für diese Gegenwart erwachen und lernen können, die Zeichen Gottes zu lesen.

#### DIE TRADITION DER SUFI-TRAUMARBEIT

Die Interpretation von Träumen ist immer schon ein wichtiger Teil der Sufi-Tradition gewesen. In frühen Sufi-Schriften sind Abschnitte über Träume zu finden, die eine

Unterscheidung zwischen »wahren« und »falschen« Träumen machen, letztere sind Träume ohne psychologischen oder spirituellen Wert. »Wahre Träume« sind jene, die Führung bieten. Traditionell werden Träume vom *sheikh* oder vom Stellvertreter des *sheikh* gedeutet. Der Sufi Najm ad-dîn Kubra aus dem 12. Jahrhundert unterstrich die Wichtigkeit von Träumen und ihrer Interpretation und schloß in die Regeln des Pfades zusammen mit »ständiger Stille, ständigem Rückzug und ständigem Gottesgedenken« auch die »ständige Führung durch einen *sheikh*, der die Bedeutung der Träume und Visionen erklärt« mit ein. In diesem Jahrhundert gibt Irina Tweedie in *Der Weg durchs Feuer* einen zeitgenössischen, autobiographischen Bericht über eine Schulung bei einem Sufi-Meister, der ihre Träume als wichtiges Instrument der Führung ansah. Zu Beginn ihrer Schulung sagte er zu ihr: »Sie müssen mir Ihre Träume erzählen und ich werde sie Ihnen interpretieren. Träume sind von Wichtigkeit; sie sind Führer.«<sup>1</sup> Im Jahre 1966, nach seinem Tod, kehrte Frau Tweedie nach England zurück, wo sie eine Naqshbandi-Meditationsgruppe eröffnete. Als ich am Anfang in den kleinen Raum im Norden Londons kam, wo sie lebte, erzählten wir ihr unsere Träume oder Visionen und sie oder jemand, den sie darum bat, interpretierte sie. Doch mit den Jahren fand eine Veränderung statt: die Traumarbeit entwickelte sich zu einem Gruppenprozeß. Träume wurden in der Gruppe erzählt und diskutiert, Leute wurden dazu ermutigt, ihre eigene Interpretation eines Traumes zu liefern. Langsam

wurde Traumarbeit in der Gruppe ein wichtiger Teil unserer Treffen. Wir meditierten, hatten Zeit für Tee und Gespräch, und dann erzählten und besprachen wir Träume. Da der Pfad sich ausbreitete und sich Meditationsgruppen ohne die physische Anwesenheit eines Lehrers bildeten, wurde die Kombination aus Meditation und Traumarbeit das Muster dieser Treffen.

Der Sufismus entwickelt sich entsprechend der Anforderungen der Zeit, des Ortes und der Menschen. Obwohl die innere Essenz der Tradition sich niemals ändert, paßt sich die äußere Form als Reaktion auf die sich verändernden Bedürfnisse an. Das wird in der Entwicklung der Traumarbeit in dieser Naqshbandi-Tradition gespiegelt. Bahâ ad-dîn Naqshband, der Ordensgründer, war als Deuter von Träumen berühmt. Auch er betonte den Wert der Gruppendiskussion. Mit den Worten von Bahâ ad-dîn: »Unser Weg ist die Gruppendiskussion.« Als dieser Pfad sich im Westen entwickelte, sind diese beiden Aspekte des Naqshbandi-Pfades in Form der Traumarbeit in der Gruppe zusammengekommen. Wie viele Sufi-Übungen arbeitet spirituelle Traumarbeit auf verschiedenen Ebenen. Auch sie hat einen Zweck, der auf die Anforderung der Gegenwart bezogen ist, nämlich das Bedürfnis, ein symbolisches und mystisches Bewußtsein zurückzugewinnen.

## FÜHRUNG AUF DEM PFAD

Unser Naqshbandi-Sufi-Pfad hat wenig äußere Form oder Struktur. Abgesehen von unseren grundlegenden Übungen der Meditation des Herzens und des stillen *dhikr* wird uns selten gesagt, was zu tun ist, oder direkte äußere Führung gegeben. Wir lernen, nach innen zu horchen, auf die Führung, die aus unserem Herzen und von unseren Träumen kommt. Indem wir einen Traum in der Gruppe erzählen, bekräftigen wir diese innere Führung. In dem einfachen Mitteilen eines Traumes wird etwas von den anderen, die mit uns auf dem Pfad sind, anerkannt und geschätzt. Auch lernen wir allmählich etwas über die Weisheit des Traumes, wie er uns innerlich und äußerlich führt und leitet. Wir sehen, wie die verborgene Bedeutung eines Traumes verstanden werden kann, wie seine Bilder und Symbole psychologisch und spirituell interpretiert werden können.

Der Naqshbandi-Pfad hat immer ein starkes psychologisches Element gehabt. Vieles von der Arbeit der Reinigung ist psychologischer Art und bezieht die Konfrontation mit dem Schatten wie auch andere psychologische Prozesse mit ein. Traumarbeit führt uns durch das Labyrinth unserer eigenen Psyche, deckt zurückgewiesene und verstoßene Aspekte von uns auf und enthüllt das verborgene Licht in der Dunkelheit. Durch unsere Träume können wir auch spirituelle Aspekte von uns zurückgewinnen, die wir mißverstanden haben, zum Beispiel eine Qualität der Hingabe und des Dienens, die in der äußeren Welt

wenig Echo findet. Unsere Träume enthüllen unser Licht und unsere Dunkelheit, und oft zeigen sie uns, daß der Pfad nicht so ist, wie wir es erwartet haben.

Indem wir unsere Träume mitteilen und denen anderer zuhören, lernen wir auch die Einzigartigkeit unseres eigenen Pfades, unsere ganz eigene Art, nach Hause zu reisen, zu schätzen. Jeder von uns wird auf seine eigene Weise entsprechend der Einzigartigkeit seiner individuellen Natur zu Gott genommen. Es ist so einfach zu versuchen, sich mit anderen zu identifizieren, den Pfad zu gehen, wie es von anderen vorgelebt wird. Andere können uns inspirieren, doch wir können nur unseren eigenen Weg gehen, unseren eigenen Träumen folgen, unsere eigene Bestimmung leben. Unsere Träume erzählen *unsere* Geschichte, wie der Pfad sich in uns entfaltet. Wenn wir einen Traum teilen, wird der Einzigartigkeit unseres eigenen Weges Aufmerksamkeit geschenkt. Und indem wir die Träume anderer hören, können wir sehen, daß die Reise der Seele für jeden von uns anders ist, von jedem andere Qualitäten fordert.

Indem wir mit Träumen arbeiten, lernen wir die Wegzeichen zu lesen, lernen wir mit einem Ohr zu lauschen, das auf die Musik des Pfades, auf die Frequenz der Seele eingestimmt ist. Wir decken auf, was wir wissen müssen, erkennen den nächsten Schritt, den wir machen müssen. Manchmal wird uns ein ferner Horizont gezeigt – wohin diese endlose Reise uns führt. Aber in der Traumarbeit geht es nicht nur um Interpretation, nicht nur darum, her-

auszufinden, was der Traum bedeutet. Traumarbeit ist ein Dialog, ein Gespräch zwischen dem Träumer und der Welt des Traumes. Durch diesen Dialog schaffen wir eine Verbindung zu einem Teil von uns, den die äußere Welt häufig zurückweist und als wertlos betrachtet. Mit unseren Träumen verbinden wir uns erneut mit der Seele, da sie zu uns in der alten Sprache der Bilder und Symbole spricht. Und wenn wir in einer Meditationsgruppe Träume erzählen, wird dieser Dialog von den Herzen anderer Menschen gehört und in einem heiligen Raum wertgeschätzt. Dies ist eine wichtige Bestätigung für den Traum und für die Seele, die durch unsere Träume zu uns spricht.

Wenn du an deinen Traum glaubst, wird er die Interpretation, die Antwort, die er braucht, anziehen. Der Jungianer Werner Engel sagte: »der Traum wird sich immer selbst bekannt machen.« Ein Traum ist eine lebendige, dynamische Realität, die die Aufmerksamkeit anzieht, die sie braucht. Die Interpretation mag nicht perfekt, sie mag sogar falsch sein. Du magst die wahre Bedeutung eines Traumes vielleicht erst Wochen oder sogar Jahre später entdecken. In der Traumarbeit geht es nicht um richtig oder falsch, sondern um einen Prozeß, durch den wir mit der Welt der Psyche arbeiten. Durch Traumarbeit wird die Energie der inneren Welt für uns zugänglich gemacht. Indem wir versuchen, unsere Träume zu verstehen, nehmen wir Anteil an der inneren Welt, und ihre Energie kann ins Bewußtsein gelangen, in unser waches Leben. Wir werden durch unsere Träume mehr genährt, als wir wissen, und

Traumarbeit hilft uns, zu dieser Nahrung Zugang zu bekommen, gefüttert zu werden mit dem Manna unserer Traumwelt.

## DAS WIEDERHERSTELLEN EINES SYMBOLISCHEN BEWUSSTSEINS

Durch die Arbeit mit Träumen, das Hören auf ihre Symbole und Bilder, den Versuch, ihre Bedeutung zu verstehen, nehmen alle Anwesenden an einer wichtigen Arbeit teil, an der Wiederherstellung eines symbolischen Bewußtseins. Es gab eine Zeit, in der die vorrangige Denkweise der Menschheit symbolisch war, und alles im Leben wurde als reich an symbolischer Bedeutung angesehen. Wir haben diese Art des Denkens verloren, sie tief in uns vergraben. Daraus resultiert, daß wir nicht länger durch den Bedeutungsreichtum unseres täglichen Lebens genährt werden: zum Beispiel tragen die gewöhnlichen Tätigkeiten im Heim und am Herd, Kochen und Nähren, keine symbolische Bedeutung mehr – wir ehren diese Götter nicht mehr.

Das symbolische Bewußtsein macht das ganze Leben heilig, alles im Leben wird eine Interaktion mit dem Göttlichen. Die Rituale des Lebens nähren uns mehr, als wir uns vorstellen können, weil sie uns mit den tiefen Wurzeln unseres Seins und mit dem Ganzen, von dem wir ein Teil sind, wieder verbinden. Mit dem Aufkommen des Ratio-

nalismus im Westen haben wir das symbolische Bewußtsein allmählich verbannt und die Verbindung zu unserem inneren Erbe verloren. Die Zeit wurde mehr zu einer Abfolge von Stunden und Tagen als ein Teil des großen Kreislaufs, in dem die Jahreszeiten den Sternbildern folgen. Erst kürzlich ist uns deutlich geworden, wie die Zivilisation uns von der äußeren Welt der Natur entfremdet hat. Wir haben nur ein geringes Gewahrsein davon, wie sehr wir von unserer inneren Natur abgeschnitten wurden.

Es gibt viele Aspekte des Lebens, die nur symbolisch verstanden werden können, zum Beispiel die Übergänge zwischen den Lebensabschnitten, die »sieben Alter des Menschen«. Ohne ein symbolisches Verständnis sind wir vorrangig mit den physischen Auswirkungen des Alterns konfrontiert und haben keinen Zugang zu einem vertiefenden Gewahrsein unserer eigenen Natur, die durch diese verschiedenen Initiationen ins Leben kommt und danach in das, was jenseits des Lebens liegt. Ohne von einer symbolischen Welt genährt zu werden, bleiben wir immer hoffnungsloser in einer materialistischen Welt stecken, die unsere tiefere Natur nicht reflektiert. Hungrig nach symbolischer Bedeutung versuchen wir oft, Symbole in unserem äußeren Leben zu finden – wir suchen nach den Göttern auf dem Bildschirm, wir glorifizieren unser Auto oder den Computer. Wir arbeiten härter und härter auf der Suche nach unseren Zielen, doch etwas Wesentliches fehlt, und wir fühlen eine Armut, auch wenn wir sie nicht benennen können.

Die Entfremdung unserer Kultur von der symbolischen Welt hat viele Probleme verursacht, besonders für Frauen. Die Natur des Weiblichen ist mehr in Einklang mit der Natur und der symbolischen Welt, und mehr als das Männliche braucht sie es, vom Symbolischen genährt zu werden – die Zyklen in ihrem Körper haben eher eine rituelle als eine rationale Qualität. Der Versuch, das Weibliche rational zu verstehen, hat es auf traurige Weise verzerrt und entmachtet: die weibliche Natur schreit danach, symbolisch geehrt zu werden.

Rituale können nicht einfach eingeführt werden, noch können wir unsere eigenen Symbole schaffen. Symbole und Rituale gehören zum Leben und entwickeln sich aus einer Interaktion mit der inneren Welt. Sie sind ein Geschenk der Götter. Unsere rationale, westliche Kultur ist die einzige Kultur, die versucht hat, sich ohne eine bewusste Interaktion mit der inneren Welt zu entwickeln, und wir scheinen die Grenzen dieses Experiments erreicht zu haben. Es gibt ein Urbedürfnis, sich wieder mit der archetypischen und symbolischen Welt zu verbinden, die Bilder der Seele zurückzugewinnen. Wie Helen Luke schreibt: »Nur die Bilder, durch die wir leben, können Transformation bringen ... Jeder von uns hat einen Urquell an Bildern in sich, die die rettende Realität sind und aus denen der individuelle Mythos, der den Sinn des Lebens trägt, geboren werden kann.«<sup>2</sup>

Doch um zu dieser Welt der Bilder Zugang zu bekommen, müssen wir diese Bewußtseinsqualität, diese alte

Denkweise, zurückgewinnen. Symbolisches Bewußtsein gehört zur rechten Seite des Gehirns und ist holistisch im Unterschied zur linken Seite, die analytisch arbeitet. Die linke Hemisphäre wird mit Logik und dem Denken in Worten gleichgesetzt und entwickelt sich mit dem Erlernen der Sprache. Sie ist grundsätzlich auf die äußere Welt gerichtet. Die rechte Hemisphäre ist mehr auf die innere Welt gerichtet. Sie denkt eher in Bildern als in Worten und ist im Gegensatz zum aktiven, ideenformenden Prozeß der rationalen Funktion überwiegend rezeptiv, sie beobachtet die Veränderung und Entwicklung seiner Bilder.

Das symbolische Bewußtsein, auch »matriarchales Bewußtsein« genannt, ermöglicht die Bildung von Symbolen und so eine symbolische Beziehung zum Leben. Symbolisches Bewußtsein berücksichtigt auch Ganzheit und Harmonie, was laut Chief Luther Standing Bear, einem amerikanischen Indianer, die Essenz der Zivilisation und die wahre Förderung unserer Menschlichkeit ist:

Der Mann, der vor seinem Tipi auf der Erde saß, über das Leben und seine Bedeutung meditierte, die Verwandtschaft aller Geschöpfe akzeptierte und die Einheit mit dem Universum der Dinge anerkannte, ließ die wahre Essenz der Zivilisation in sein Wesen einfließen. Und als der Ureinwohner diese Form der Entwicklung verließ, wurde seine Humanisierung in ihrem Wachstum verzögert.<sup>3</sup>

Doch in unserer westlichen Welt wurde das symbolische Bewußtsein durch die sich ausbreitende Dominanz analytischen, gerichteten Denkens verdrängt. Das symbolische Denken wurde abgewertet, und für die Mehrheit existiert es unerkannt im Unbewußten und drückt sich nur in Träumen, Phantasien und vagen Gefühlen aus. Daß das symbolische Denken so sehr unterdrückt werden kann, wurde vor kurzem durch die neurologische Entdeckung, daß die linke Hemisphäre die Aktivitäten der rechten Hemisphäre, besonders die emotional gefärbten Aktivitäten unterdrücken oder hemmen kann, bestätigt.<sup>4</sup> Interessanterweise haben Frauen nicht so eine klare Trennung zwischen der rechten und der linken Gehirnhälfte, was bedeutet, daß in Frauen das symbolische Bewußtsein nicht so leicht verdrängt werden kann.

Wenn wir mit unserer tiefsten Natur in Harmonie leben wollen, müssen wir diese holistische Denkweise zurückgewinnen. Durch Traumarbeit anerkennen wir diese vergessene Sprache, diese Bewußtseinsqualität aufs Neue. Wenn wir uns in einer Gruppe treffen und Woche für Woche, Jahr für Jahr zuhören, würdigen, in der Sprache der Symbole sprechen, wertschätzen wir etwas, das zurückgewiesen und abgelehnt wurde. Wir öffnen eine Tür zur symbolischen Welt, eine Tür, die dann nicht nur für uns selbst, sondern auch für andere offenbleiben kann.

Traumarbeit findet an der Schwelle zwischen der inneren und der äußeren Welt statt. Als Sufi-Gruppe arbeiten wir in der inneren Welt und an einem Ort, wo die innere

und äußere Welt sich treffen. Traumarbeit öffnet eine Tür zwischen den Welten in uns und im Bewußtsein der Gruppe. Und da die innere Welt nicht durch dieselben Raum-Zeit-Bedingungen, die in der physischen Welt existieren, begrenzt ist<sup>5</sup>, kann die Tür innerhalb des Gruppenbewußtseins zu einer Tür innerhalb der größeren Sphäre des Kollektivs werden. Was wir in einer Gruppe bekräftigen, das bekräftigen wir im Kollektiv, und die Tür, die wir öffnen, kann auch anderen Zugang verschaffen.

Das symbolische Bewußtsein öffnet die Tür für eine symbolische Beziehung zum Leben und zu unserer tieferen Natur. Es erlaubt uns den Zugang zu inneren Figuren der Weisheit und Kraft, dem weisen Alten oder der weisen Alten, dem Kind mit den Sternen in seinen Augen, die in unseren Träumen leben und von denen wir etwas über die Weisheit unserer Seele lernen können. Doch es gibt keine Bücher, die uns lehren, wie wir zu diesen Bildern Zugang bekommen, und die uns an diese Fähigkeit der inneren Kommunikation erinnern. Traumbücher können uns etwas über die Bedeutung bestimmter Symbole erzählen, aber eine Sprache ist nicht nur aus dem Wörterbuch erlernbar. Wie alles, was verdrängt wurde, liegt diese Sprache in uns vergraben und wartet darauf, wiederentdeckt zu werden. Wir müssen unsere eigene Weise finden, nach innen zu horchen, wodurch wir dieses alte Verständnis erwecken können.

Indem wir einige Stunden in der Woche Träumen zuhören, können wir die Kunst des Empfänglich-seins wieder-

gewinnen, die Kunst des Zuhörens mit einem Ohr, das auf die Liebe und die verborgene Bedeutung der symbolischen Welt eingestimmt ist. Die Wichtigkeit der weiblichen Qualität der Empfänglichkeit wurde in unserer männlichen Welt vergessen. Mit den Worten von Helen Luke:

Es ist für uns im Klima der westlichen Welt außerordentlich schwierig einzusehen, daß die Frau, die still mit intensivem Interesse und Liebe auf Menschen, auf Ideen und auf Dinge reagiert, genauso tief und wahrhaftig schöpferisch ist wie jene, die immer danach suchen zu führen, zu handeln, etwas zu vollbringen. Die weiblichen Qualitäten der Empfänglichkeit, des Nährens in Stille und im Verborgenen (ob in Mann oder Frau) sind genauso wesentlich für die Schöpfung wie der männliche Gegenpol und in keinster Weise weniger wert.<sup>6</sup>

Traumarbeit kann uns helfen, die weibliche Kunst des Zuhörens, die schöpferische Qualität der Empfänglichkeit zurückzugewinnen und kann uns eine Tür in die symbolische Realität der Seele öffnen. Wenn wir einem Traum zuhören, so hören wir nicht nur die Worte, sondern visualisieren seine Bilder. Wir betreten den Tempel der Imagination und haben Anteil an ihrem Mysterium eines symbolischen Universums.

Wir lernen auch, auf die Feinheiten von Gefühlen und Emotionen zu hören. Das ist wichtig, wenn wir uns unsere

Beziehung zu unserem Innenleben und zur archetypischen Welt, die das Fundament davon ist, bewußt machen wollen. Jung äußerte ganz klar, daß die archetypische Welt nur durch den gefühlsmäßigen und subjektiven Affekt lebendig und bedeutungsvoll wird:

»Wer nicht den speziellen Gefühlston des Archetyps wahrnimmt, der sieht nur ein wirres Gemisch von mythologischen Begriffen, die man aufreihen kann, um zu zeigen, daß alle alles bedeuten können – oder auch gar nichts ... Archetypen erwachen erst dann zum Leben, wenn man sich geduldig um ein Verständnis ihrer Bedeutung und Wirkungsweise im einzelnen Menschen bemüht.«<sup>7</sup>

Indem wir für die Gefühle, die durch einen Traum hervorgerufen werden, empfänglich sind, finden wir unseren Weg in eine diffuse Welt, die reich an undefinierten Qualitäten und archetypischen Resonanzen ist. Was wie ein totes Gewässer in unserem inneren Selbst erschienen ist, erweist sich als reich an Leben, voll von Wunderbarem und Unerwartetem.

Traumarbeit in einer Gruppe lehrt uns auch, ohne Urteil und Kritik zuzuhören, ohne die vorgefaßten Meinungen, die unser bewußtes Leben leicht färben. Wir lernen aufmerksam, achtsam und aufgeschlossen zu sein für die Bedürfnisse anderer. Wenn ein Traum erzählt wird, sehen wir von uns ab und stimmen uns auf die Reise des anderen

ein, auf seine Kämpfe, Verwirrungen und Freuden. Wir begreifen, wie der Pfad bei anderen funktioniert, was für den einen einfach ist, ist für einen anderen schwierig. Und tiefer als das, was uns unterscheidet, ist dieselbe Suche: die Reise der Seele zurück zu Gott.

## DIE VEREINIGUNG VON MÄNNLICHEM UND WEIBLICHEM DENKEN

Wenn wir Traumarbeit praktizieren, hören und antworten wir auf die tiefere Bedeutung des Traumes, wertschätzen seine symbolische Realität. Durch die Arbeit des Gesprächs und der Interpretation versuchen wir auch, die Bedeutung des Traumes bewußt zu machen. Einige Elemente eines Traumes können nicht interpretiert werden, sondern sie sollten innerhalb des Mysteriums des Traumes bleiben: wenn sie interpretiert werden, verlieren sie ihre magische Qualität, die Fähigkeit, die Geheimnisse der Seele auszudrücken. Doch viele Aspekte eines Traumes müssen interpretiert, ihre Bedeutung muß verstanden werden, damit der Träumer von seinen Bildern geführt und durch seine Weisheit bereichert werden kann. Wenn wir mit einem Traum arbeiten, muß uns immer bewußt sein, daß der Traum aus einer Realität kommt, die tiefer und älter ist als die Realität des rationalen Bewußtseins. Wir müssen dem Traum eine respektvolle Haltung entgegenbringen im Wissen, daß der Traum, auch wenn wir ihn bewußt interpre-

tieren, uns immer über die Grenzen unseres rationalen Bewußtseins hinaus verweisen wird, uns mit dem nährt, was unbekannt ist.

Traumarbeit erfordert eine Haltung der Empfänglichkeit und Aufmerksamkeit, in der wir lernen, das Wissen einer symbolischen Welt zuerst zu hören und wertzuschätzen, und erst dann unseren analytischen Verstand als Werkzeug der Trauminterpretation zu benutzen. Unsere männliche, analytische Denkweise kann uns helfen, umfassender, bewußter den Sinn und Zweck unseres inneren Selbst zu verstehen, und die Führung, die es uns bietet, zu ergreifen. Doch unser männliches Denken muß im Dienst der weiblichen, inneren Welt und ihrer symbolischen Ausdrucksweise stehen. Wir können es unserem rationalen Verstand nicht erlauben, den patriarchalen Mustern zu folgen, das Wissen und die Weisheit des Weiblichen anzugreifen oder abzulehnen. Das zarte Gefüge eines Traumes kann durch eine analytische Herangehensweise, die seine Feinheiten, seine Gefühlsqualitäten und seine Vieldeutigkeit nicht respektiert, nur zu leicht zerstört werden. Dann geht die Bedeutung und das Wissen eines Traumes für das Bewußtsein verloren, und wir bleiben von unserem symbolischen Selbst getrennt. Traumarbeit erfordert, daß wir eine männliche Denkweise zurückgewinnen, die mit dem Weiblichen in Harmonie ist und nicht sein Feind.

Das Männliche, das das Weibliche ehrt, lebt in unserer Psyche.<sup>8</sup> Es handelt sich um eine Qualität des Männlichen, die zu unserer höheren Natur gehört, zu unserem inneren

Adel. Es kann über den symbolischen Reichtum unserer inneren Natur nachsinnen, individuelle Gefühle und die Verbundenheit des Lebens wertschätzen, und gleichzeitig das klare Licht der Distanz und der Unterscheidung tragen. Dieses Männliche respektiert die Dunkelheit, würdigt das Geheimnis und die Schönheit des Weiblichen und wie ihr instinktives Wissen die Ganzheit des inneren und äußeren Lebens umfaßt. Das innere Männliche bietet uns auch eine Bewußtseinshaltung, durch die wir mit unserem inneren Selbst in Harmonie leben und die Klarheit des Weiblichen erkennen können, durch die die Heiligkeit des Lebens offenbart wird. Gemeinsam mit dem Weiblichen kann dieses Männliche uns helfen, den Faden unserer höheren Natur zu erfassen, und uns so führen und leiten.

Indem wir mit Träumen arbeiten, individuell und als Gruppe, können wir eine Ausgewogenheit zwischen männlichem und weiblichem Bewußtsein wiederherstellen, die es beiden Teilen erlaubt, zusammenzuarbeiten. Auf diese Weise wird eine Vereinigung von Männlichem und Weiblichem, von analytischem und symbolischem Bewußtsein zustande gebracht, durch die ein tieferes und reicheres Verständnis unserer wahren Natur ein Teil unseres Bewußtseins werden kann. Wir können schätzen lernen, wie wir Teil eines zusammenhängenden Ganzen sind, in dem unser inneres Selbst uns nährt und führt.

## DEN GÖTTLICHEN HINWEIS ERFASSEN

Indem wir mit Träumen arbeiten, werden wir allmählich mit einer Realität vertraut, die nicht festgelegt oder statisch ist. Träume sind amorph und veränderlich, und ihre Bedeutung ist weder logisch noch vorherbestimmt. Wenn wir auf Träume reagieren, müssen wir ihre Bedeutung erfassen, die dem Moment angehört, einem Moment, der außerhalb der Zeit und der definierten Parameter unseres rationalen Verstandes liegt. Deshalb hilft uns Traumarbeit, auf eine andere, mehr fließende Dimension zu hören und zu reagieren, und sie kann uns auf die schwierige Arbeit vorbereiten, den göttlichen Hinweis zu erfassen.

Das Ziel der spirituellen Schulung ist, ein geführtes Leben zu leben, geführt durch das im Inneren, was ewig ist. Das Göttliche führt uns oft durch Hinweise, die wir erfassen müssen und auf die wir ohne rationales Verstehen reagieren müssen. Das ist der Weg von Khidr, der archetypischen Figur der direkten Offenbarung bei den Sufis, einer direkten und bedingungslosen inneren Verbindung zum Göttlichen. In der Geschichte von Khidr, die im Koran erzählt wird, möchte Moses, der das bestehende Gesetz repräsentiert, Khidr folgen und von ihm geführt werden. Aber Khidr sagt zu ihm: »Siehe, du vermagst nimmer bei mir auszuharren. Wie könntest du auch ausharren bei dem, was du nicht begreifst?« (Koran 18:67 – 68)

Wenn wir den mystischen Pfad der Liebe gehen, werden wir in eine Realität gebracht, die wir nicht verstehen

können, die jenseits unseres vorgefertigten Wissens liegt. Wir müssen lernen, von einem Ort des Nicht-wissens aus zu hören und zu antworten – eine leere Tasse zu sein. Diese Haltung ist sehr verschieden von der, die in der äußeren Welt gefordert wird, die verlangt, daß wir von einem Ort des Wissens und Verstehens aus handeln. Traumarbeit kann helfen, den Teil unseres Gehirns zu erwecken, der ohne vorgefaßte Meinung antworten kann.

In der äußeren Welt lernen wir, auf der Basis des Wissens aufzubauen. Wenn du zum Beispiel erst einmal weißt, was ein Baum ist, dann weißt du das für den Rest deines Lebens. Du magst auf deinem anfänglichen Wissen über einen Baum aufbauen und mehr über den Baum oder über verschiedene Baumarten erfahren. Doch jedes Stück Wissen bleibt, und oft ist es so: je mehr du weißt, desto mehr wirst du in der Welt geschätzt. Das ist eine statische Denkweise, die auf einer Ansammlung von Wissen basiert.

Wenn wir mit einem Traum arbeiten, lernen wir, die vorgefertigte Meinung beiseite zu legen, ein leerer und empfänglicher Raum zu sein, in dem die Weisheit und Bedeutung eines Traumes sich enthüllen kann. Während ein Verstehen der Symbolik hilfreich sein kann, bleibt es im Verhältnis zur ersten Erfahrung des Traumes, in der wir darauf hören, was der Traum offenbart, wie er uns seine Geschichte erzählt, immer sekundär. Der Traum kommt aus einem tieferen und weiseren Teil von uns als unserem bewußten Verstand. Deshalb ist die primäre Haltung, die wir benötigen, wenn wir an einen Traum herangehen, die,

daß der Traum etwas weiß, was wir nicht wissen. Wir bleiben an einem Ort des Nichtwissens, während wir dem Traum erlauben, seine Bedeutung zu enthüllen.

Durch Traumarbeit lernen wir, mit dem Nichtwissen zu arbeiten. Wir sehen, was geschieht, was offenbart werden kann, wenn wir es uns erlauben, unwissend zu sein. Das unterscheidet sich sehr von unserer mentalen Konditionierung. Aber es ist eine gute Schulung für den mystischen Pfad, der von uns auch die Haltung fordert, daß wir nicht wissen, wohin wir gehen, oder wie wir dort hinkommen – »nur die Verlorenen werden gefunden«. Der Verstand kann den wirklichen mystischen Prozeß nicht verstehen, weil der Prozeß jenseits der mentalen Ebene stattfindet. Mit den Worten des Sufi-Meisters Bhai Sahib: »Was vom Verstand erfaßt werden kann, ist kein hoher Zustand.« Mystische Realität basiert auf Nichtwissen, auf Leere.

In der Traumarbeit interagieren wir mit einer Realität, die weniger festgelegt und dynamischer ist als die äußere Welt oder unser rationaler Verstand. Wenn wir Träumen zuhören, stimmen wir uns auf diese fließende innere Welt ein, in der die Dinge selten das sind, als was sie erscheinen. Während Bilder sich verschieben und verändern, entwickelt sich ihre Bedeutung; so werden verborgene Anteile des Träumers offenbar. Allmählich gewöhnt sich unser Bewußtsein daran, auf eine nicht-lineare, dynamischere Weise zu funktionieren.

Indem wir mit Träumen arbeiten, lassen wir die festge-

legte Welt, die für den rationalen Verstand vertraut ist und auf die wir durch Erziehung und Ausbildung konditioniert wurden, hinter uns. Stattdessen nehmen wir bewußt an einer ständig sich verändernden Realität teil, die wir rational nicht begreifen können. Traumarbeit schult den Verstand, nicht in festgelegten Bildern oder Vorstellungen gefangen zu sein, und nicht zu urteilen oder vorgefaßte Antworten zu haben. In den Träumen gibt es auch einen Humor, der über unsere vorgefertigten Meinungen lacht oder unser gewohntes Selbstgefühl auflöst. Traumarbeit befreit unser Bewußtsein von der Rigidität jeglicher auferlegter Muster und kann uns für das Lachen und die Freiheit unseres wahren Selbst erwecken. Sie kann unser Bewußtsein auf die Arbeit vorbereiten, den göttlichen Hinweis zu erfassen.

Der göttliche Hinweis ist »schneller als der Blitz«, und wenn wir durch ein Urteil oder eine Zensur eingreifen, geht der Hinweis verloren. Wenn wir antworten »Was ist, wenn ...« oder »Aber ...« oder »Ich bin nicht sicher ...« oder jede vom Verstand konditionierte Antwort, dann ist der Hinweis verloren, die Gelegenheit vorbei. Ein göttlicher Hinweis erfordert, daß wir ihn hören und entsprechend handeln. Doch es wird bei einem göttlichen Hinweis nicht immer um Handlung gehen. Manchmal ist es etwas, das wir wissen müssen, eine Qualität, die wir entwickeln müssen, eine Haltung, die wir ändern müssen. Worum es geht, ist, daß wir immer aufmerksam sind und aus dem Moment heraus reagieren. Wir wägen die Konsequenzen

unserer Handlung nicht ab oder denken darüber nach. Wir hören und handeln. Aber um zu hören und bedingungslos zu handeln, muß der Verstand von vielen konditionierten Mustern frei werden. Wir müssen unser normales Bedürfnis, zu verstehen, zu wissen, was wir tun, hinter uns lassen. Traumarbeit kann uns helfen, unseren Verstand zu befreien, kann ihn befähigen, auf dieser höheren, schnelleren Ebene zu arbeiten.

Durch Traumarbeit lernen wir, mit dem zu arbeiten, was an den Grenzen des Bewußtseins liegt, was nicht definiert ist, was noch nicht ins Sein gekommen ist. Der Verstand lernt, verborgene Feinheiten, Nuancen in der Bedeutung zu erfassen und auf die Anforderung des Moments zu reagieren. Durch Traumarbeit entwickeln wir auch unser intuitives Bewußtsein – plötzlich verstehst du die Bedeutung eines Traumes, du »hast es«. Es gibt keinen linearen Fortschritt im Verstehen, der uns zu diesem Wissen führt. Plötzlich weißt du etwas. Intuitives Bewußtsein ist ein Aspekt des Bewußtseins des Höheren Selbst und ist sehr hilfreich, um zu lernen, den göttlichen Hinweis zu erfassen, der nur dem Moment angehört und dessen Ursprung nicht im eigenen Denkprozeß liegt.

Traumarbeit ist ein Sprungbrett, um den göttlichen Hinweis zu erfassen. Doch sie ist nicht das Erfassen des Hinweises selbst. Traumarbeit ist ein Prozeß, durch den wir die Bedeutung eines Traumes aufdecken. Der Hinweis wird gegeben, und die einzige Mitwirkung des Suchers ist, zu hören und dann zu reagieren. Der Hinweis arbeitet auf

einer viel höheren Frequenz als die Traumarbeit. Doch durch Traumarbeit können wir unser Bewußtsein neu ausrichten und mit unserem Verstand auf andere, nicht-lineare Weise arbeiten. Individuell und als Gruppe arbeiten wir an der Schwelle des Bewußtseins, an den Grenzen des Unbekannten. Wir stimmen uns ein in das, was noch keine Form angenommen hat, und weniger auf das, was schon festgelegt und definiert ist. Traumarbeit schult uns, auf die Stimme unseres Geliebten zu hören, aufmerksam zu sein für Ihn.

#### DER GOLDENE FADEN

Spirituelle Träume sind jene, die aus der Seele kommen. Sie belehren uns über Symbole und die Bedeutung, die unter der Oberfläche verborgen ist. Sie führen uns durch das Labyrinth unserer Psyche und erzählen uns von unserer wahren Bestimmung. Diese Träume helfen uns, die wahre Natur unseres Seins zu enthüllen, ihre Qualität zu erkennen und sie in unser tägliches Leben zu bringen. Sie haben den »goldenen Faden« in sich, der das Schicksal der Seele ist, unsere eigene direkte Verbindung zu Gott.

Spirituelle Träume sind eine kunstvolle Ausarbeitung dieses »goldenen Fadens«, geben ihm die Färbung und die Beschaffenheit des Augenblicks, der Zeit, des Ortes und der Menschen. Wenn wir mit diesen Träumen arbeiten, richten wir uns auf diese innerste Qualität, auf dieses Ge-

fühl des Selbst aus. Wir werden lebendig für diesen alten und ewigen Teil unseres Seins. Durch Traumarbeit werden wir vom Numinosen und von unserer eigenen Verbindung zu dem, was heilig und ewig ist, genährt. Zuerst erhaschen wir einen flüchtigen Blick auf diesen Faden, und dann lernen wir, ihn zu erkennen. Allmählich wird er zu dem Pfad, dem wir folgen, zu der Führung, die wir brauchen. Wir lernen, diesen Faden als die einzigartige Natur unseres spirituellen Lebens, unseres gesamten Lebens, zu erkennen.

Dieser goldene Faden kann nicht mit dem rationalen Verstand erkannt werden, sondern unser symbolisches Bewußtsein sieht ihn, und das Bewußtsein unseres Herzens kennt seinen Zweck. Indem wir mit diesem Faden arbeiten, sehen wir, wie er in unsere Träume eingewoben und in unserem täglichen Leben verborgen ist. Wir entdecken, daß er zur Grundlage unseres inneren und äußeren Lebens gehört. Dieser Faden *ist* unser tieferes Selbst, das in uns lebt, das den Bildern unserer Psyche und auch der Struktur unserer Tage Farbe und Substanz verleiht.

Die Übung der Traumarbeit in einer spirituellen Gruppe läßt uns gewahr werden, wie dieser Faden in Träumen und dem Leben anderer gegenwärtig ist. Wir merken, wie leicht er zu übersehen ist und wie er oft in einer Form erscheint, die wir nicht für spirituell halten, die wir sogar als unbedeutend vernachlässigen. Viele Male ist er gegenwärtig als Bild oder Ereignis in einem Traum, das in den Rest des Traumes nicht hineinzupassen scheint. Da

die Bestimmung der Seele so anders ist als der Tagesablauf des Ego-Selbst, auch unseres »spirituellen« Ego-Selbst, wird dieser Faden gefunden, wo er am wenigsten erwartet wird. Unser »goldener Faden« führt uns immer über unsere vorgefaßten Meinungen hinaus in einen Zustand der bedingungslosen Freiheit.

Durch das Hören und Besprechen der Träume anderer wie auch durch unsere eigene Traumarbeit entdecken wir diesen Faden und sehen, wie er sich auf unser äußeres Leben auswirkt. Wir lernen zu sehen, wie diese tiefere Bestimmung in unser Alltagsleben verwoben ist, wie äußere Situationen und Ereignisse diese verborgene Essenz enthalten. Wir lernen, diese Qualität des Göttlichen nicht nur in Meditation oder in Momenten der Ekstase, sondern mitten im Leben zu erkennen. Und indem wir das Göttliche in uns selbst und in unserem Leben sehen, tragen wir dieses Bewußtsein für das große Ganze. Individuell und als Gruppe unterstützen wir das, was für das Leben und für das, was die tiefere Bedeutung des Lebens offenbart, essentiell ist. Auf diese Weise schätzen wir, was die Welt nicht schätzt, wir bekräftigen, was die Welt vergessen hat.

Dieser »goldene Faden« gehört zur Essenz der Liebe und zum Weg, auf dem die Liebe in die Welt kommt. Die Verbindung zwischen unserem Leben und der Liebe ist das Fundament des Lebens und trägt das Bewußtsein der Liebe. Sie ist einer der Wege, auf dem Seine Liebe zur Welt Zugang bekommt. Indem wir diesen Faden erkennen und ihm folgen, folgen wir dem Weg der Liebe und sehen, wie

die Qualität Seiner Liebe in unser Leben und in die Welt eingewoben ist.

Sich dieses Fadens der Liebe bewußt zu werden ist ein wichtiger Beitrag für eine Welt, die dieses Urgeheimnis vergessen hat. Der »goldene Faden« der Seele, der Faden Seiner Liebe ist heutzutage kaum bekannt, und selten wird darüber geschrieben. Seine Liebenden gehören der Liebe an und sehen mit den Augen der Liebe, mit dem erwachten Auge des Herzens, durch das dieses Geheimnis offenbart wird. Sie arbeiten, um dieses Wissen zugänglich zu machen, sodaß wir wieder von der Liebe geführt werden und in Einklang mit den Wegen der Seele leben können.

Indem wir diesen Faden in uns sehen, ihn in den Träumen anderer erkennen, bringen wir diese Kenntnis in die kollektive Gedankenform unserer Zeit. Individuell und gemeinsam arbeiten wir daran, eine Bewußtseinsqualität, die auf der direkten Verbindung der Seele zu Gott beruht, neu zu etablieren. Diese Verbindung ist immer gegenwärtig, doch wenn wir sie zu einem Teil unseres Bewußtseins machen, dann kann sich das Wunderbare manifestieren.

Wir wissen die Kraft des Bewußtseins, insbesondere das Potential eines Bewußtseins, das auf Gott ausgerichtet ist, nicht zu schätzen. Wenn wir die Zeichen Gottes erkennen, dann schwingt die Verbindung zwischen dem Menschlichen und dem Göttlichen in Resonanz und der Menschheit wird eine Frequenz der Liebe gegeben. Mit jedem Zeitalter verändert sich die Wirkung dieser Frequenz entsprechend dem evolutionären Potential des Menschen-

geschlechts. Ohne diese Frequenz, ohne dieses Wissen der Liebe, kann es keine Transformation geben. Die Menschheit bleibt im gegenwärtigen Zustand der Stagnation. Doch wenn wir auf unsere wahre Natur ausgerichtet werden, kann unsere tiefere Bestimmung Teil unseres äußeren Lebens werden und nicht nur ein innerer Traum bleiben. Wenn das Wissen und die Wege der Liebe jenen, die sie brauchen, zugänglich werden, dann ist die Arbeit des Mystikers getan. Dann können jene, die die Welt um Seinetwillen lieben, sich ihrem Geliebten in dem Wissen zuwenden, daß Sein Geschenk auf den Marktplatz der Welt gebracht wurde, daß Sein Lied in den Herzen all jener, die Ihn brauchen, gehört werden kann. Der goldene Faden Seiner Bestimmung für Seine Welt wird mit dem Feiern Seiner göttlichen Natur auf neue Weise singen. Sein Name wird im Herzen der Welt und im Bewußtsein Seiner Menschen wieder lebendig sein.