

Der Zeuge und die Identität des Traum-Ichs

(Dieser Artikel erschien 2006 bei Dreamers United und im Winter 2010 in überarbeiteter Form auf Englisch in DreamTime. Dieser Text ist eine Rückübersetzung der überarbeiteten Version ins Deutsche.)

Immer wieder kommt es einmal vor, dass ich nicht als Handelnder an einem Traum teilnehme, sondern als Beobachter und Zeuge. Auch auf meiner Online Traumdeutungs- und Beratungsseite erhalte ich Anfragen zu diesem Thema, es ist also eine Traumform, die von verschiedensten Träumern gelegentlich beobachtet wird. Es kann sein, dass der Träumer eine ganze Handlung als Zeuge erlebt, meist ist er dabei auch emotional vom Geschehen distanziert. Es kann aber auch sein, dass der Träumer seinen Beobachtungsposten verlässt und sich mit einem Akteur der Traumhandlung identifiziert. Meist geschieht das, wenn er sich emotional stärker von der Handlung angesprochen fühlt, positiv oder negativ. Aber auch das Umgekehrte ist gelegentlich zu beobachten, dass der Träumer plötzlich nicht mehr in der Handlung ist, sondern das Geschehen aus einer gewissen Distanz beobachtet. Das mag der Fall sein, wenn die Traumfahrung zu intensiv wird und der Träumer das Bedürfnis bekommt, sich zu distanzieren. Das Aufwachen nach einem schlechten Traum kann in diesem Zusammenhang als ein Spezialfall dieses Manövers betrachtet werden. (Dieses Phänomen kann auch im Wachleben vorkommen, wenn beispielsweise der Fahrzeuglenker bei einem Unfall aus einer gewissen Distanz, von einer ausserkörperlichen Position erlebt.) Schließlich kommt es auch vor, dass der Träumer an der Traumszene als Handelnder teilnimmt und gleichzeitig das Ganze aus einer gewissen Distanz beobachtet. Als Beispiel möchte ich einen kurzen Traum vorstellen, der diesen Sachverhalt illustriert:



G, die Freundin meiner Mutter, die auch eine gute Bekannte von mir war, lag im Sterben. Ich sah sie von einem erhöhten Standpunkt in ihrem Bett liegen. Dabei fiel mir besonders ein Luftbefeuchtungsapparat auf, der neben ihr auf dem Beistelltisch stand. Nun war ich aber plötzlich selber G und lag im Bett. Ich hörte die Stimme meiner Mutter, oder eben G's bester Freundin, die von der Seite zu mir sprach.

In diesem Traum sehen wir noch ein weiteres interessantes Phänomen, das möglicherweise öfters mit dem beobachtenden Traum-Ich zusammenhängt, nämlich die Identifikation mit einer bekannten oder unbekanntem Person, die nicht mit der Identität des Träumers im Wachleben übereinstimmt. Und dies geschieht ohne jede Störung der Identität und Integrität des Träumers, der nicht einmal diesen Perspektivewechsel erkennt, weil es für ihn so normal und natürlich ist. Das zeigt, dass das träumende Ich sich grundsätzlich nicht mit äusseren Eigenschaften wie Geschlecht, Alter, Verwandtschaft, Bekanntschaften, Umgebung, Besitz usw. identifiziert, sondern mit einem Zentrum des Bewusstseins oder einem Wahrnehmungsfeld, welches sich von verschiedenen Ereignissen angezogen fühlt, an denen es sich mehr oder weniger beteiligt. Doch grundsätzlich ist die Identität im Traum ein „Ich bin der ich bin“, ein primäres Subjekt ohne jegliche Form.

Diese grundsätzliche Identifikation mit einem formlosen Bewusstseinszentrum verursacht ein weiteres Problem: Oft realisieren wir in unseren Träumen nicht, dass wir eine andere Identität haben als im Wachbewusstsein, da es so selbstverständlich ist und da wir im Traum nicht kritisch reflektieren, wer wir sind. Das erlebende Ich wird nicht hinterfragt,

weil es selbstverständlich und gegeben ist und weil wir uns auf das Wahrgenommene und nicht auf den Wahrnehmenden konzentrieren. Deshalb kann das wache Ich seine unterschiedlichen Identitäten erst im Nachhinein erkennen, indem es die Traumumgebung und die Ereignisse untersucht. - Wenn im Traum mein Bruder Mitglied in der türkischen Mafia ist, wer bin dann ich? Wenn der Zöllner mich anschaut, wie ein Mann eine attraktive Frau anschaut, wer bin ich? Wenn die Mitglieder meiner Familie Schwarze sind, wer bin dann ich? Und wenn diese Familienmitglieder mich wie ein Kind behandeln, bin ich dann ein Schweizer Psychologe, verheiratet und 55 Jahre alt? Wenn mein Beruf Coiffeur ist, oder ein Psychiater in Chile, bin ich dann Christoph?

Wenn diese Veränderung der Identität erkannt wird, so kann das in vielen Träumern, auch bei Fachspezialisten eine Verwirrung verursachen, welche zum Schluss führt, das Träume Unsinn seien, oder dass das träumende Bewusstsein im Vergleich zum wachen Bewusstsein mit seiner stabilen Identität nur teilweise funktioniert und deshalb minderwertig sei. - Nein, es ist andersartig und es ist wichtig diesen Sachverhalt ohne Vorurteile zu untersuchen. Vom Standpunkt unserer wachen Realität ist diese flexible Identität eher eigenartig, aber aus der Perspektive der Traumrealität ist sie normal und gewöhnlich. Und als Seitenbemerkung sei erwähnt, unsere wache Identität ist gar nicht so stabil, wie wir annehmen. In unserem Alltag identifizieren wir uns mit verschiedenen Rollen als Familienmitglieder, als Berufsleute, als Freunde usw. und wir wechseln die Rollen selbstverständlich und automatisch, ohne dass wir es bemerken. Wir lieben Bücher, Geschichten und Filme, weil wir uns darin mit anderen Charakteren und Lebensentwürfen identifizieren können, die unser Leben bereichern.



Die losgelöste und beobachtende Position im Traum, sowie die Identifikation mit anderen Personen zeigt klar, wie der Träumer die Fähigkeit hat, sich von seiner wachen Identität zu lösen. Offensichtlich ist das träumende Ich weiter und kann seine Identität leicht verändern. Es zeigt somit diesbezüglich eine grössere Flexibilität als das wache Ich. Letzteres ist hingegen mehr fokussiert und konzentriert. Es wird auch erkennbar, dass die flexible Identität des Träumers dessen Ich nicht in Frage stellt oder gar instabil macht, da er sich primär nicht über äussere Eigenschaften identifiziert. Auch die Unterscheidung zwischen Subjekt und Objekt ist nicht immer klar gegeben wie im Wachleben, da im Traum das Objekt zum Subjekt werden kann. Das sind philosophisch interessante Tatsachen und ich hoffe, dass sie in Zukunft mehr diskutiert werden. Eine solche Diskussion könnte zu einer Revision der Definition von Identität im Allgemeinen führen, welche aus meiner Sicht zurzeit etwas eng und einseitig ist.

© Christoph Gassmann 2006 + 2011; traumring.info