



Schluss mit dem Drama
in der Nacht!
Waltraud Hable, 42,
will die Monster aus
ihren Alpträumen
lieber in niedliche
Schweinchen
verwandeln.

ALLES AUF MEIN TRAUM-KOMMANDO?

Kann man lernen, seine Träume zu steuern und sogenannte Klarträume zu haben? Waltraud Hable verordnet sich einen Crashkurs als Traumfahlerin. Ein Selbstversuch mit Augenringen und Superkräften.

i

Ich bin niemand, der sich groß auf Dinge vorbereitet. Wozu auch? Man lernt am besten beim Tun. Aber bei dieser Geschichte ... Da hatte ich dann doch Respekt. Immerhin scheinen Träume einen großen Teil meines Daseins auszumachen. Bis zu zwei Stunden träumt jeder Mensch pro Nacht, auch wenn wir uns in den seltensten Fällen daran erinnern können. Hochgerechnet verträumen wir sechs Jahre unseres Lebens. In diesem Bereich einfach herumpfuschen? Hm. Zumindest sollte ich einmal klären: Was ist überhaupt ein Traum?

Wikipedia sagt: „Träume sind eine besondere Form des Bewusstseins. Der Körper ruht, aber der Geist erlebt bewegte (und mitunter bewegende) Szenen.“

Freud sah in dem sinnlich-halluzinatorischen Geschehen versteckte Botschaften. Und er sah Sex. Eh klar.

Für *Oneironauten* wiederum, sogenannte Traumreisende, ist der Traum eine große Glücksquelle und eine neue Dimension des Bewusstseins.

Und ich schätze, dieses Versprechen hat mich angefixt.

Klar, träume!

Seit ich einen Artikel zum Thema luzides Träumen gelesen habe, geht mir das Klarträumen nicht mehr aus dem Kopf. Von einem Klartraum spricht man dann, wenn man sich mitten im Traum bewusst wird, dass man gerade träumt. Obendrein kann man als Träumender das Erlebte

TEXT

Waltraud Hable

COLLAGEN

Anna Kliewer