

**Alfred Kirchmayr**

## **Durch Träume erhellte Biographie**

*Träume können, gemeinsam von der betreffenden Person und einem Psychotherapeuten richtig gedeutet, zu tieferer Einsicht in die eigene Biographie und die darin wirksamen Kräfte führen und so Befreiungsvorgänge einleiten. Dies ist vor allem auch für die Lösung „ekkleziogener Neurosen“ wichtig.*

*red*

In meiner langjährigen Tätigkeit als Psychotherapeut machte ich oft die Erfahrung, daß manche Träume im wahrsten Sinn des Wortes „Wegweiser“ sind und als „göttliche Zufälle“ aufgefaßt werden können. Diese uralte Einsicht hat vor allem Carl G. Jung für die modernen Psychotherapeuten aufgegriffen. Solche Träume haben sowohl diagnostisch als auch therapeutisch größte Bedeutung. Sie können Befreiungsprozesse einleiten, begleiten, fördern und ermutigen. Sie können einem die Augen öffnen und neue Bewegung in erstarrtes Leben bringen. Sie wirken als heilsame Botschaften aus den Tiefenschichten des Selbst, wenn sie nur vernommen werden. Sie helfen uns, ungelöste Konflikte besser wahrzunehmen und zu lösen und neue Lebens- und Entfaltungsmöglichkeiten zu entdecken, zu erfahren und zu wagen.

Als auch theologisch ausgebildeter Psychotherapeut habe ich oft mit Menschen zu tun, die nicht nur durch unglückliche Elternbeziehungen und gesellschaftliche Belastungen, sondern auch noch zusätzlich durch kirchliche Einflüsse in neurotisches Elend geraten sind. Der Berliner Gynäkologe Eberhard Schaetzing hat 1955 den Begriff „ekkleziogene Neurosen“ geprägt, das heißt durch die Kirche verursachte Neurosen. Es handelt sich dabei vor allem um Depressionen, Zwangsneurosen und Sexualneurosen, die durch eine überfordernde Moral, eine falsch verstandene Selbstlosigkeit und durch ein gestörtes Verhältnis zur Natur des Menschen verursacht werden.

### *Ein befreiender „Mutter-Traum“*

Frau A. kam in meine Praxis, weil sie an Depression, Ängsten, großer Unruhe und massiven Schlafstörungen litt. Sie hatte auch verschiedene Tics und schmerzliche Verspannungen im Hals- und Rückenbe-

reich. Sie machte auf mich den Eindruck eines unheimlich kontrollierten Menschen. Auf meine Frage nach Erinnerungen an ihre Kindheit erzählte sie spontan eine aufschlußreiche Szene: „Ich bin etwa fünf Jahre alt und spiele mit meinem Vater im Wohnzimmer. Ich sitze auf einem kleinen Sessel. Mein Vater schiebt mich im Zimmer umher, und ich bin quietschvergnügt. Plötzlich geht die Türe auf, und meine Mutter tritt in das Zimmer. Mit rüdem Ton verbietet sie sofort das vergnügliche Spiel und sagt zornig: ‚Wenn ich nur kurz fort bin, macht ihr Unsinn, Unordnung und Schmutz. Ich dürfte euch nicht eine Minute allein lassen!‘“

Frau A. erlebte ihre Mutter, die ein rechter „Putzteufel“ war und täglich das ganze Haus reinigte, immer als „Spielverderberin“. Der Vater war ein weicher, von der Mutter völlig dominierter, etwas depressiver Mann, der viel Verständnis für die Patientin hatte. Im Laufe des Erstgesprächs sagte ich dieser etwa 45jährigen Frau, die zwei halbwüchsige Kinder hatte und in einem sozialpädagogischen Beruf tätig war, daß ich den Eindruck hätte, sie wäre ständig von Kontrolleuren umgeben, die sie quälen und antreiben. Sie nickte zustimmend und fragte, woher dies wohl käme. Ich verwies auf die vorher erwähnte Kindheitserinnerung und meinte, daß ihr wohl die Mutter ständig im Nacken säße. Da fiel ihr ein Traum ein, den sie vor einigen Wochen hatte und mit dem sie nichts anzufangen wußte. Dies war ihr Traum: *„Ich gehe neben meiner Mutter auf einem sehr schmalen, steilen und ausgesetzten Weg. Plötzlich kommt die Mutter vom Weg ab, stürzt in die Tiefe und bleibt offensichtlich tot liegen.“* Frau A. erzählt dann, daß sie während dieses Traumes keinerlei Gefühle gehabt und daß sie der tödliche Absturz der Mutter völlig kaltgelassen habe. – Dieser Traum brachte das Grundproblem und zugleich den Ausweg aus dem quälenden Vollkommenheitswahn und Perfektionismus in verdichteter Weise zum Ausdruck: Sie wollte endlich Ruhe haben von den mütterlichen Perfektionsansprüchen und ungestört ihren eigenen Weg allein gehen können. Ein verständlicher „Todeswunsch“ traf die Mutter, die ihre Tochter niemals in Ruhe lassen konnte, die sie nicht eine Minute allein ließ, bei der man sich nie „gehenlassen

konnte“, die unentwegt forderte, überforderte, kontrollierte und beobachtete.

Und diese mütterlichen Einflüsse wurden noch durch eine besonders streng religiöse Erziehung verstärkt und überhöht. Als Leitsatz hörte sie immer wieder die bedrohlichen Worte „Seid vollkommen, wie euer Vater im Himmel vollkommen ist“ (Mt 5, 48). So wurde sie von ihrer realen und ihrer verinnerlichten Mutter ebenso überfordert und in einen schrecklichen Perfektionismus hineingetrieben wie durch die „Mutter Kirche“. Eigene Wünsche und Bedürfnisse wurden fast nur als „Gefahren“ erlebt, denen gegenüber Härte und Rücksichtslosigkeit geübt werden mußte. Es ist kein Wunder, daß diese Frau oft sehr „niedergeschlagen“ war.

Für einige Monate wurde ich ihr Wegbegleiter und konnte sie ermutigen, etwas verständnisvoller, sorgsamer und liebevoller mit sich selbst umgehen zu lernen. Sie begann Widerstandsarbeit gegen ihre inneren Vergewaltiger zu leisten. Sie konnte lernen, mit den damit verbundenen Schuldgefühlen besser zurechtzukommen. Auch in ihrem Mann und in den Kindern fand sie Verbündete. Und so wurde sie allmählich etwas gelassener und fühlte sich wesentlich besser in ihrer Haut. Ihre verinnerlichte Mutter konnte sie wirklich ein gutes Stück „beseitigen“, und die „Mutter Kirche“ bekam für sie auch zunehmend menschlichere Züge. Die Widerstandsarbeit gegen ihr sadistisches Über-Ich verlangte von ihr sehr viel Kraft und führte zu etwas mehr Freiheit und Selbstentfaltung, Lebenslust und Gelassenheit.

#### *Ein „Kardinalstraum“*

Vor Jahren machte ich eine Therapie mit einem zwanghaften und depressiven Priester – ich nenne ihn Benedikt. Er hatte sich körperlich fast zu Tode gearbeitet und mußte mehrere Wochen im Krankenhaus verbringen. Ein aufgeschlossener Arzt riet ihm zu einer Psychotherapie. Benedikts Lebensmotto war seit früher Kindheit: Höre auf Autoritäten und nicht auf dich selbst, und sei immer für andere da! Wie immer im Erstgespräch, fragte ich ihn auch, ob er manchmal Träume erinnern könne. Er sagte, daß er kaum je träume. Doch wenige Stunden nach Therapiebeginn berichtete er den folgenden Traum: „*Ich stehe mitten in einem großen Krankenzimmer. Links und rechts von mir*

*stehen jeweils sechs Betten. Auf jedem Bett liegt ein Kardinal in vollem Ornat, total verkalkt und verblödet.*“ Auf meine Frage, was ihm zu diesem Traumbild einfiel und wie er sich dabei gefühlt habe, meinte Benedikt, er könne mit dem Traum nichts anfangen. Es falle ihm nur ein, daß er früher einige Jahre als Krankenhauseelsorger gearbeitet habe. Weiter sagte er, daß er einen der Kardinäle identifizieren könne, nämlich Kardinal Lercaro. An Gefühle während des Traumes könne er sich nicht erinnern.

Dieser Initialtraum – so nennen Psychoanalytiker den ersten Traum während einer Psychotherapie – ist wahrlich ein Kardinalstraum. Das Traumsymbol ist Ausdruck eines tödlich-starren Über-Ichs und symbolisiert die Lebensfeindlichkeit der von diesem Priester erfahrenen kirchlichen Autorität, die ihn von Kindheit an prägte. Die Kardinäle werden mit apostolischer Würde ausgezeichnet, was die Zwölf-Zahl nahelegt, zugleich aber auch völlig entwertet und als unzurechnungsfähig dargestellt. Die Botschaft des Traumes könnte man so formulieren: Sieh dir die Autoritäten an, denen du dich auslieferst und unterwirfst!

Während der Therapie begann innerhalb weniger Wochen ein erfreulicher Prozeß der Befreiung, der sich auch in weiteren Träumen widerspiegelte. Das Autoritätsproblem stand im Vordergrund. So träumte Benedikt einige Monate nach Therapiebeginn, daß er mit Johannes Paul II. in Grinzing beim Heurigen sitzt und heftig diskutiert.

#### *Ein „Sargtraum“*

Unlängst kam ein Priesterseminarist in meine Praxis. Er befand sich in einer schweren depressiven Verstimmung und war selbstmordgefährdet. Eine massive Entscheidungskrise quälte ihn: „Soll ich, kann ich, will ich Priester werden?“ In der ersten Woche der Behandlung, die eine Krisenintervention mit gutem Ausgang wurde, hatte er einen entscheidenden Traum. Dies war sein Traum: „*Ich liege in einem schwarzen Sarg, der fast ganz geschlossen ist. Es ist bedrohlich finster. Ich fühle mich leblos, ja sterbenselend. Doch dann sehe ich einen ganz schmalen Spalt Licht, kräftiges Licht, das zwischen den beiden Sargdeckeln zu mir hereinfließt.*“

Das Gespräch über die „Botschaft“ dieses

Traumes war von vielen Tränen und heftigem Zorn begleitet. Dem Seminaristen wurde klar, daß seine existentielle Situation in diesem Traumbild einen durchaus ermutigenden Ausdruck fand – trotz seiner Bedrohlichkeit. Sein Leben erschien ihm aussichtslos. Doch es gab einen Lichtblick! Innerhalb weniger Wochen war ihm klar geworden, daß er aus dem Sarg – dem Priesterseminar und der für ihn „selbstmörderischen“ Zölibatsforderung – aussteigen müsse, und er fand auch den nötigen Mut dazu.

Abschließend möchte ich zwei mögliche Mißverständnisse, die durch meine allzu kurze Darstellung der drei Traumscenen sich einstellen könnten, ausräumen.

Erstens sind Träume sehr persönliche Phänomene in symbolisch verdichteter Sprache. Und wie alle Symbole sind sie vieldeutig und bedürfen der Deutung, die nur gemeinsam zwischen dem Therapeuten und dem Patienten aufgrund genauer Kenntnis der Lebensgeschichte möglich ist.

Und zweitens ist Religion ein höchst ambivalentes Phänomen. Denn Religion kann dem Besten dienen, zu dem Menschen fähig sind. Aber Religion kann auch zur Unterwerfung und Unterdrückung, zum Angstmachen und Verdummen von einzelnen Menschen und ganzen Völkern dienen. Es ist schade, daß viele Therapeuten die positiven Seiten von Religion zu wenig wahrnehmen, ebenso wie es sehr bedauerlich ist, daß manche, oft maßgebende kirchliche Kreise zu wenig Sinn für die kritische Auseinandersetzung mit mißbrauchter Religion haben.

*– Wir setzen an den Anfang eine Erzählung, die erahnen läßt, welche Bedeutung vor allem für die emotionale Fundierung von Religion das Mitleben mit religiöser Praxis Erwachsener haben kann.* red

## **Gerlinde Bachmayer**

### **Im Alltag erfahrener Glaube**

Jedes Jahr, wenn die Tage länger und länger wurden, die Abschlußprüfungen nahten und Schüler, Professoren und Studenten in Atem hielten, bemächtigte sich des ohnehin schon chaotischen Haushalts die große Unruhe. Kisten wurden vom Dachboden geholt, entstaubt und von Spinnweben befreit. Es stand die alljährliche sommerliche Übersiedlung bevor.

Es war aber nun nicht so, daß der Reihe nach eine Kiste mit Büchern, eine mit Schuhen oder mit Kleidern und eine mit Hausrat gefüllt wurde – vielmehr wurden rund acht Exemplare – oder auch mehr – gleichmäßig in der Wohnung verteilt, um sie ebenso gleichmäßig anzufüllen, eine Tätigkeit, die sich über mehr als eine Woche erstreckte.

Zuunterst wurden die Bücher geschichtet, die zahlreich notwendig waren, weil der Papa nur in den Sommerferien Zeit hatte, ein neues Buch zu verfassen, und dazu die Fachliteratur benötigte; dazu kamen alle das ganze Jahr über angekauften Bücher, die aus Zeitmangel erst in Aussee gelesen werden sollten; es folgten dann noch die Bücher und Skripten, die die schon studierenden Kinder optimistischerweise in die Ferien mitnehmen wollten; und dann das eine oder andere Mal auch jene Hefte und Bücher, die zum Zwecke des Lernens für eine Nachprüfung mitgenommen werden mußten. Hin und wieder geriet das System auch etwas durcheinander, und das eine oder andere Heft verschwand. Eine dementsprechende Entschuldigung in der Schule wurde von den Lehrern nicht akzeptiert, beruhte aber auf reiner Wahrheit. Die Wahrheit ist eben immer am unwahrscheinlichsten.

In die nun etwa zu einem Drittel vollen Kisten wurden dann weitere Gegenstände verteilt: Wanderschuhe, Bergschuhe (was nicht dasselbe ist, wie manche vielleicht glauben), Sandalen, Sportschuhe, Tennisschuhe, dazugehörige Socken und Strümpfe folgten.

## **Forum**

*Für das Forum haben wir einige Frauen und Männer verschiedener Berufe und Lebensumstände gebeten zu erzählen, wo sie in ihrem Leben in besonderer Weise Gott, Jesus, dem „Göttlichen“ begegnet sind, wie sich ihr Glaube wegweisend auf das Leben ausgewirkt hat, wie sie also ihre Lebensgeschichte als Glaubensgeschichte sehen können. Die wenigen Beispiele zeigen schon die bunte Vielfalt der Lebens- und Glaubenswege wie auch der Weisen der Rückbesinnung.*