

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 71 (1993)  
**Heft:** 6

**Rubrik:** Lesermeinungen : was bedeuten Ihnen Träume?

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 22.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# Was bedeuten Ihnen Träume?

**A**lle 45 Leserinnen und Leser, die zum Diskussionsthema Stellung genommen haben, nehmen ihre Träume ernst. Oft spielen diese eine wichtige Rolle in ihrem Leben, sei es, dass sie schwierige Lebenssituationen ertragen helfen, sei es, dass sie als Hilfe und Erklärung fürs tägliche Leben genau beachtet, ja sogar analysiert werden. Und oft freut man sich sogar auf den traumbringenden Schlaf. Selbst wenn man nichts auf Träume und die Traumdeutung gibt, will man lieber «gewisse Dinge» ruhen lassen und nicht aufschrecken. Dass Träume helfen, Erlebnisse zu verarbeiten, zeigt sich an zwei Beispielen, in denen Menschen vertrieben und heimatlos wurden ...



Sie können uns bis zu drei Träumen schicken. Diese wird die Redaktion zwei Ärzten weiterleiten. Nach einiger Zeit werden Sie einen Termin erhalten, an dem Sie in telefonischen Kontakt mit einem der Ärzte treten können. Träume von allgemeinem Interesse werden wir veröffentlichen – selbstverständlich nur mit Ihrer Einwilligung.

Ich träumte, ich hätte ein Aquarell gemalt; inzwischen habe ich es als Skizze erstellt. Es stellt ein Stück Wald dar, im Bildzentrum ist eine Lichtquelle (vielleicht die Sonne, die durchschimmert?). Im Traum wollte ich dieses Bild auf eine Türe übertragen und nahm deswegen eine Zimmertür mit in meine Malklasse (die es in Wirklichkeit gar nicht mehr gibt), um das Aquarell auf die Tür zu übertragen. Während ich arbeitete, bemerkte ich, dass mir ein Pinsel abhanden gekommen war. Ich fing an, meine Utensilien zu untersuchen, und stellte fest, dass mir viele Pinsel entwendet worden waren, Pinsel, die zur Vollendung des Türbildes unerlässlich gewesen wären. Zuerst ärgerte ich mich; dann geriet ich in eine Art von Verzweiflung oder Panik. Erwachen. – Vielleicht bedeuten die Bäume, die mir vor dem Licht stehen, die Wissenschaft oder die Erkenntnis, und für mich gibt es demnach keine selbstanzufertigende Türe zum «Mysterium».

Herr. F. W. in S.



## Mir sind die Ereignisse des Tages wichtiger als diejenigen der Nacht

Als Kind träumte ich jede Nacht von einer sehr hohen, unsoliden Holzbrücke, welche über ein bewaldetes Tal führte. Tief unten rauschte ein breiter Fluss. Ich musste immer ganz langsam, mit vorgeneigtem Kopf, alleine über diese Brücke gehen. Die Holzbretter, die den Boden bildeten, liessen grosse Lücken frei. Sie waren nicht bündig, so dass ich hinunter in den Fluss schauen musste. Mir stockten jeweils das Blut und der Atem, denn ich hatte grässliche Angst. Ich kam nie am Ende der Brücke an, der Traum hörte plötzlich auf. Beim Aufwachen war ich immer erschöpft. Diesen Traum hatte ich jahrelang, immer in derselben Version ... bis ich Schwimmen gelernt hatte. Da träumte ich diesen Traum in einer Variation: Kaum hatte ich die Brücke betreten, schwang ich mich auf das Geländer und hob ab. Ich hatte zwei schöne, weisse Flügel, ein unerhörtes Glücksgefühl, die Angst überwunden zu haben, überkam mich. Ich flog in den Himmel über der Brücke und war erlöst. Noch ein paar Mal durfte ich diesen Traum in der «guten» Form geniessen, dann hörte er auf.

Leider musste ich meine Berufsarbeit 6 Jahre vor meiner Pensionierung aufgeben, weil meine Mutter krank wurde und ich sie zwanzig Jahre lang in der Folge pflegte. Ich sehnte mich nach meiner Arbeit zurück – ich führte sie via Traum weiter. Zwölf Jahre träumte ich vom Geschäft, von den Aufträgen, von den Kollegen und Kolleginnen. Ich sah mich jede Nacht am Arbeitsplatz im Büro mit den Kunden telefonieren usw., so wie ich es 22 Jahre lang gemacht hatte. Ich liebte diese Träume sehr. Sie waren interessant und lustig zugleich, der Alltag hingegen mühsam und traurig. Die langjährige Pflege liess keine Lichtblicke durch. Ich flüchtete sozusagen jede Nacht in meine frühere Tätigkeit. Allmählich übertönte die Wirklichkeit die Träumerei, und diese fiel zu meinem Bedauern ganz aus.

N.B. Ich benötige keine Traumdeutung. Mir sind die Ereignisse des Tages wichtiger als diejenigen der Nacht. *Frau V. S. in L.*

## Jeder Traum ist etwas Schönes

Ich träume jede Nacht, doch nehme ich die Träume nicht mehr so wichtig wie früher, bin ich doch 83<sup>1/2</sup> Jahre alt geworden. Mir ist es wichtiger, wie man sich im Wachzustand benimmt und dass man diesen anständig und gewissenhaft gestaltet. In meinem Elternhaus (Bauern) sagte man, dass jeder Traum etwas Schönes sei. Ein schöner Traum bereite Freude, auch wenn er nicht wahr sei, und ein wüster Traum könne einen freuen, weil er nicht wahr sei. Ich glaube, so wie unser Herz Tag und Nacht ohne Unterbruch schlägt, so arbeitet auch unsere Seele und unser Geist Tag und Nacht, und was wir tagsüber verdrängen, kommt nachts in Träumen zum Vorschein.

*Frau K. W. in W.*

## Träume erfüllen Wünsche

Träume bedeuten mir sehr viel, denn ich träume fast jede Nacht. So erfüllen sich Wünsche, die mir niemand erfüllt. *Frau J. T. in K.*

## Tagelang wegen der Träume glücklich

Ja, ich träume fast jede Nacht! Ich freue mich, ins Bett zu gehen, denn ich habe immer schöne Träume. Zum Beispiel sehe ich sehr, sehr viele ältere verstorbene Leute aus unserem Dorf, aber nie sprechen wir zusammen. Plötzlich sind sie wieder verschwunden. Oder ich träume auch viel von meinem verstorbenen Mann, aber nur sehr kurz. Auch er spricht nie mit mir. Ich bin dann am Morgen ganz enttäuscht, wenn er nicht hier ist. Kürzlich träumte ich, in ein Wartezimmer komme ein netter, schön gekleideter älterer Herr herein, gehe auf mich zu und gebe mir einen Kuss. Er bat mich auch um einen Kuss. Dann ging er von mir weg,



und ich sah ihn nie mehr. Oft bin ich wegen solcher schöner Träume tagelang glücklich.

*Frau F. N. in M.*

### Oft ein Gefühl von Wärme

Kaumeine Nacht, in der ich nicht träume! Meistens verfliegen sie beim Aufwachen. Einige Träume bleiben etwas länger haften. Meistens sind es flüchtige, zum Teil angenehme Gedanken und ein Gefühl von Wärme, manchmal auch Bruchstücke aus meiner Vergangenheit oder Gedanken an meinen vor drei Jahren verstorbenen Mann und die drei Kinder. Oftmals bin ich enttäuscht, wenn ich erwache und den Traum nicht verfolgen kann und im Altenheim statt im eigenen Haus mich befinde.

*Frau F. W. in H. (87)*

### Wenigstens war es ein schöner Traum

Ich träume nicht viel. Mein Mann ist schon mehr als vier Jahre im Spital. Jetzt träume ich öfters, dass er wieder gesund sei. Nach diesem Traum bin ich traurig, denn es ist nur eine Illusion. Wenigstens war es ein schöner Traum.

*Frau H. Z. in F.*

### Träume sind wie ein farbiges Bilderbuch

Meine Träume sind für mich wie ein farbiges Bilderbuch, dessen Seiten ich bewusst umblättern kann und dann aufwache. Sie bringen mir jedoch keine wichtigen Nachrichten, sie bedeuten mir nichts. Darum beachte ich sie nur selten. Einmal jedoch wurde mir ein Traum zur Plage: In meinen jungen Mädchenjahren wurde mir Elternhaus und Heimat genommen. Im Traum sah ich auf eine fremde Stadt hinunter. Sie war riesengross, farbig, voller Schönheit, mit Gärten und Häusern. Aber beängstigend war die Betriebsamkeit der Menschen und Maschinen und der Lärm. Mit Herzklopfen musste ich mich durchkämpfen, um am Rande der Stadt eine enge, stille Strasse zu finden, in der mein ehemaliges Vaterhaus stand.

Die Strasse fand ich, aber das Haus sah ich nur in weiter Ferne. Ich erwachte. Einige Wochen lang träumte ich diesen Traum, immer genau gleich. Bis zum Haus selber kam ich nie. Das Merkwürdige war, als ich mich in jungen Ehejahren einmal an diesen Traum erinnerte, träumte ich ihn tatsächlich noch einmal. Gross, farbig und laut sah ich die genau gleiche Stadt von damals. Dann stand ich vor dem gesuchten Elternhaus und griff an die Türklinke. Da stand ein fremder Mensch vor mir und sagte: «Geh nicht hinein, Deine Kindheit und Jugendzeit sind nicht mehr drin, und Deine Eltern sind weggezogen. Aber geh nur gestrost heim in Dein neues Leben, zu Deinem Mann und den Kindern, dort ist es schön.» Ich erwachte und war befreit von diesem Traum. Er kehrte nie mehr wieder. *Frau B. B. in W.*

### Kürzlich konnte ich fliegen!

In meiner Jugend hörte ich immer: Träume sind Schäume. Mit den Jahren merkte ich, dass Träume eben doch keine Schäume sind. Träume kommen aus dem Unbewussten an die Oberfläche. Heute achte ich sehr auf meine Träume, sie helfen mir, mich meinen Problemen zu stellen. Habe ich traurige, negative Träume, ist es immer dann, wenn etwas mit mir nicht stimmt oder ich mit Mitmenschen Probleme habe. Bin ich «aufgestellt», träume ich positive, schöne Dinge. Wenn ich von meiner längst verstorbenen Mutter träume, freut es mich sehr. Letzthin konnte ich fliegen, einfach so! Das war ein herrliches Gefühl! Angst habe ich nicht vor meinen Träumen, denn viele vergesse ich sofort. Die anderen, die ich behalten kann, sagen mir, wo ich stehe, dass ich an mir arbeiten soll, damit das Unbewusste das Leben reicher macht. *Frau A. H. in K.*

### Träume haben mich immer gefreut

Wohl habe ich in meinem Leben viel und oft Unverständliches geträumt. Jetzt aber, im Al-



ter, sind es oft die gleichen Träume. Es sind nie Alpträume oder Schreckensvisionen, sie sind beinahe eine Erholung, wenn ich beim Aufwachen darüber nachdenke. Ein Traum, der immer wiederkehrt, handelt vom Elternhaus, in dem ich 70 Jahre wohnte und das ich vor 12 Jahren verliess. Im Traum sind wir alle zusammen, Vater, Mutter, meine Schwestern. Ob-

wohl beide Eltern sehr alt wurden, sind sie im Traum niemals alt. In diesem idyllischen Traum kommt immer wieder die Umgebung völlig durcheinander, obwohl alle Details bis hin zur Ofenkunst stimmen: Wände fehlen, Abgründe tun sich auf, und es sind Menschen da, die ich nie gesehen habe. Nie jedoch ist die Situation erschreckend, eher eine Art Science

## NEU!

***Das Hörgerät,  
das aus dem  
Computer  
kommt.  
Besser hören  
auf Knopf-  
druck.***



Eine echte Neuheit, die alle Leute mit Hörproblemen buchstäblich aufhören lässt, ist das Hörsystem Widex QUATTRO. Erstmals wird hier die Akustik durch modernste Digitaltechnik gesteuert. Dadurch ist eine individuelle Programmierung möglich – man hört künftig besser in allen Situationen.

Äußerst komfortabel und völlig unauffällig – z.B. aus der Hand- oder Jackentasche heraus – kann man jetzt sein Hörgerät mit Hilfe einer Funk-Fernsteuerung bedienen. Ein Knopfdruck genügt, und schon paßt sich das Hörgerät der jeweiligen akustischen Umweltsituation an. Der Computer filtert jeweils heraus, was klar und deutlich ans Ohr dringen darf, und was nicht.

QUATTRO ist das Hörsystem des Computer-Zeitalters. Endlich kommt der elektronische Fortschritt auch den Schwerhörigen zugute – und davon gibt es in unserem Land viel mehr als man glauben sollte: es sind geschätzt ca. 600.000 Menschen, die Hörprobleme haben.

Vielen von ihnen kann mit dem neuen QUATTRO besonders wirksam geholfen werden. QUATTRO gibt es übrigens als kleines Hinter-dem-Ohr-Gerät oder auch als Im-Ohr-Gerät.

Von den Leistungen dieses Systems überzeugt man sich am besten selbst, indem man es einmal unverbindlich und gründlich ausprobiert.

Den neuen programmierbaren Hör-Computer Widex QUATTRO gibt es in der Schweiz bei guten Hörakustikern. Dort können Sie Widex QUATTRO unverbindlich in Ruhe ausprobieren und man wird Sie gerne und umfassend über die Möglichkeiten moderner Hörverbesserung beraten.



**WIDEX-HÖRGERÄTE AG**



Fiction. Ich war vor meiner Pensionierung über 40 Jahre Kondukteur bei einer Vorortsbahn. Jetzt bin ich gut zwanzig Jahre pensioniert, fahre aber im Traum immer noch hin und her, Fahrpläne und Zugnummern im Kopf wie eh und je. Nur beim Erwachen kommt heute die Erlösung: Ich muss Gottseidank nicht mehr zur Arbeit. Ich bin frei.

*Herr E. S. in K.*

## Träume als Hilfe

Hilfe wird mir häufiger in schlaflosen Nächten geschenkt als in Träumen. Doch einige Träume vergesse ich nie. Mein jüngster Sohn verschmähte über lange Zeit alles, was nach Kuhmilch schmeckte, nachdem die Muttermilch versiegt war. Dementsprechend war er anfällig auf alle möglichen Erkältungskrankheiten, so den gefürchteten «falschen Krupp», an dem er mehr als einmal zu ersticken drohte. Da träumte ich folgendes: Ich klagte meinem Arzt, der Kleine speie alle stärkenden Milchprodukte aus, nur Tee trinke er. Der Arzt erwiderte, dann solle ich ihm doch den Tee mit Traubenzucker süßen ... Der Traum zeigte mir die einzig mögliche Hilfe.

Als ich zehn Jahre alt war, wuchs in meinem linken Knie Eiter, der mit einer Spritze herausgezogen wurde. Das Knie blieb steif und ist es heute noch. Ich wollte jedoch nie als behindert gelten. Zu meinen Hobbys gehört das Anfertigen von Rössli, auf denen Kinder reiten können, da ein Holzgestell den nötigen Halt gibt. Vor etwa zwei Monaten sah ich ein solches Rösslein im Traum, es stand auf einem freien Platz. Da hob es plötzlich das eine Vorderbein, dann das andere. Ich ging näher, wollte sehen, welch ein gelenkiges Gestell denn da verwendet worden war, doch das Rössli tänzelte elegant davon. Ich bin überzeugt, dass Gott mir in diesem Traum etwas sagen will. Das wird sich in einem Monat zeigen, wenn ich ein künstliches Kniegelenk eingesetzt bekomme ...

*Frau M. W. in F.*

## Wahrträume

Oft neigt man, wenn man sensibel und nicht ganz gesund ist, zu Wahrträumen. Ich gehöre dazu. So träumte ich etwa 14 Tage vor der vollständigen Zerstörung meiner Heimatstadt Dresden die Angriffe samt Folgen bis in kleine Details ...

*Frau E. M.H. in L.*

## Vertrieben, heimatlos: ich träumte mich durchs Leben

Ich war immer ein Nacht- und ein Tagträumer und träumte mich durchs Leben. Im zweiten Weltkrieg verlor ich meine Heimat und wurde brutal vertrieben. Meine nächtlichen Traumerlebnisse änderten sich, sie wurden zur unerträglichen Plage. Die verbotene Rückkehr in meine Heimatstadt plagte mich im Traum besonders. Ständig lief ich in den Luftschutzkeller, konnte aber nur mit dem Kopf hinein, der Schrecken lähmte meine Glieder. Immer rief mir meine Mutter zu: «Beeile Dich, und komm runter!» Da dies zwecklos war, wurde ich zum Vogel. Bis zum Hausdach konnte ich fliegen, dann wurden meine Flügel lahm, und ich fiel in die Tiefe. Am Boden sowie in den Kellern fanden dann die Vergewaltigungen statt. Ich schrie so sehr, dass ich erwachte oder geweckt wurde. Ich war zu Tode erschöpft.

Mit den Jahren verblassten diese Träume, sie wurden von anderen abgelöst, von Heimwehträumen. Ich irrte nachts in meiner Heimatstadt herum und war von vielen hohen Kirchtürmen umgeben. Mein Wohnhaus fand ich nach vielen Irrwegen. Dann wollte ich endlich hinein und konnte nicht. Das Tor war viel zu klein, und die Wohnung war schon besetzt. So suchte ich nach meiner liebsten Freundin. Sie stand auf einem Berg, und zwischen uns war ein tiefes Tal. Ich rief und rief, sie sah mich nicht und verschwand. Ich fühlte mich sehr einsam und verlassen. So löste ein Traum den andern ab. Es kam so weit, dass ich dann nur noch vor der Stadtmauer stand, kein Tor weit



und breit. Ständig lief ich der Mauer entlang, bis ich mich in eine Ecke kauerte und weinte. Wollte ich in die Schweiz zurück, stand ich verlassen an einem Bahnhof. Hatte ich das Glück, in den Wagen hineinzukommen, fuhr der Zug ins Endlose und ohne Ziel. Ich konnte mich mit der Tatsache, dass ich keine Heimat hatte und die Rückkehr für mich verboten war, nicht abfinden. So erfand ich das Träumen am Tag: Ich legte mich auf das Sofa und schloss die Augen. Problemlos konnte ich so heimkehren, so oft ich wollte. Ich erwachte sehr ungern. Diese Traumzustände dauerten etwa dreissig Jahre, bis zu dem Augenblick, da das Heimkehrverbot aufgehoben wurde. Dann waren die Träume weg.

Träume kann man nicht beeinflussen, man wird von ihnen überfallen, nur die Zeit bringt sie zum Erblassen. So konnte und wollte ich mit niemandem darüber sprechen, denn damit war mir nicht geholfen, im Gegenteil, alles wurde noch schlimmer – es reichte mir, wenn es im Traum geschah. Nur meine Frohnatur rettete mich. Traumlos wurde ich nie. Sie sind jetzt zu einem kunterbunten Einerlei geworden. Der letzte Traum, der auf mich grossen Eindruck machte, war ein Totentanz, den ich im Spital erträumte. Gestalten mit fliegenden Haaren und Gewändern und starren Gesichtern tanzten in Ringelreihen um mich herum. Bekannte Gesichter waren es nicht, und sie verschwanden plötzlich ... War es wirklich nur Zufall, dass mich gleich darauf unser Pfarrer besuchte, den ich nicht kannte? Ich muss oft an diesen Traum zurückdenken.

*Frau E. V. in D.*

## Auf Traumdeutung gebe ich nichts

Es gibt Dinge, die der Mensch besser nicht stört, obwohl es sehr verlockend wäre! Aber die Realitäten des Lebens holen einen ein ... et voilà!

*Frau H. E. in S. (75)*

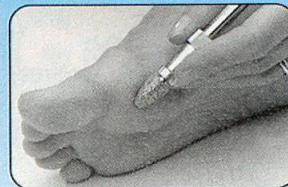
*Auswertung: Franz Kilchherr*

# Meine Füsse haben mich fast umgebracht

...bis ich das MANIQUICK entdeckte...

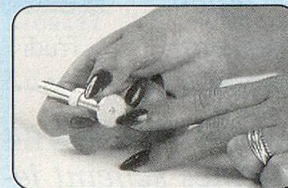
Mit MANIQUICK, entfernen Sie **schnell, einfach und ohne Verletzungs-Gefahr:**

- DRUCKSTELLEN, EINGEWACHSENE NÄGEL, ■
- ABGESTORBENE HAUT, VERDICKTE NÄGEL, SCHWIELEN, ■
- HARTE HAUT, BRUECHIGE NÄGEL, HORNHAUT ■



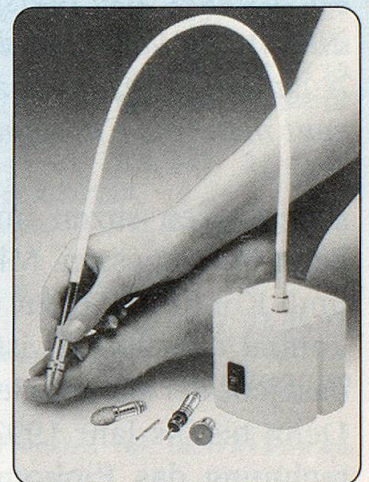
**Keine harte Haut mehr**  
Mit dem Saphirkonus schleifen Sie harte Haut, Hühneraugen und dicke Nägel.

**Keine eingewachsenen Nägel mehr**  
Mit der länglichen Fräse feilen Sie eingewachsene Nägel frei.



**Perfekte Fuß- und Fingernägel**  
Mit der Saphirscheibe schleifen und formen Sie Ihre Nägel im Nu.

- MANIQUICK, ein
- PATENTIERTES SCHWEIZER QUALITÄTSPRODUKT
- 18 JAHRE WELTWEITE ERFAHRUNG
- EINFACH IM GEBRAUCH
- GEFÄHRLOSE ANWENDUNG dank den abgerundeten Formen der Zubehörteile
- ZUBEHÖRTEILE AUS UNVERWÜSTLICHEM SAPHIR
- 3 JAHRE VOLLGARANTIE
- JETZT IN 3 VERSIONEN erhältlich



**MANIQUICK®**

LEADER IN DER FUSSHYGIENE

MANIQUICK S.A. 44, rue Industrielle 2740 MOUTIER



Senden Sie uns bitte diesen Coupon, und Sie erhalten, kostenlos, eine vollständige Dokumentation und die Preisliste aller MANIQUICK Produkte.

Frau/Frl./Herr Name \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse und Nr. \_\_\_\_\_

PLZ/Ort. \_\_\_\_\_

204 CK

Unsere Adresse ist MANIQUICK S.A. 44, rue Industrielle 2740 Moutier

**Telefonische Anfragen an  
032/93 63 63**