

Fieberträume

Schon erstaunlich, was das Gehirn alles an Bildern erzeugen kann, wenn man es lässt. Gerade im Traum sieht man dann auch, wie sehr das *innere Erleben* an die Formung von tatsächlichen „Bildern“ geknüpft ist. Gehirn, Körper und Geist, alles ist verbunden.

Ich finde den Vorgang immer sehr faszinierend. Denn beim Schreiben macht man eigentlich nichts anderes: Man greift das innere Erleben auf und versucht daraus, ausdrucksvolle Bilder in Form von Sprache zu bauen. Im Traum passiert es unbewusst und beim Schreiben ganz bewusst!

Ich kann beim Schreiben also meinen Traum lenken, im Schlaf bin ich ihm eher ausgeliefert.

Nun ein Beispiel für zwei interessante Bilder, die mir meine Träume in den letzten Tagen hervorgebracht haben.

Ich kämpfe ja derzeit immer noch mit einem Virus herum, eigentlich schon die ganze Zeit, seit Anfang des Jahres. Gerade in der dunklen und kalten Jahreszeit tut sich mein Körper noch ein wenig schwer damit, die ganzen Erreger abzuwehren.

Und durch die anstrengende Trauerphase des letzten Jahres habe ich das Gefühl, dass die seelischen und damit auch körperlichen Reserven ziemlich verbraucht worden sind.

Alles steht in Flammen

Heute Nacht habe ich z.B. geträumt, ich wäre im Haus meiner Eltern. Draußen läuft eine Straße vorbei, auf der viele Autos fahren.

Es gibt zwar in der Realität auch eine Straße, aber die ist viel weiter weg. Im Traum war sie ganz nah, fast wie eine Autobahn und es sind sehr viele Autos darauf gefahren.

Plötzlich haben sie spontan Feuer gefangen! Und das war so heftig, so nah, dass das Haus meiner Eltern plötzlich auch Feuer gefangen hat. Die Gardinen haben gebrannt und ich habe plötzlich richtig Angst bekommen! Genau in dem Moment großer Panik, bevor das „Feuer mich verschlingen kann“, bin ich dann aufgewacht.

Als ich aufgewacht bin, habe ich festgestellt, dass ich leicht erhöhte Körpertemperatur, also Fieber habe. Die Straße muss die Straße mit Erregern, vielleicht die Lymphbahnen gewesen sein. Das Haus meiner Eltern war mein Körper denke ich. Und das Feuer natürlich meine fiebrige Reaktion.

Das Werkzeug

Und ein anderer Traum war ungefähr letzte Woche. Da war ich auch noch sehr krank und habe mich extrem unwohl gefühlt. Vor allem das Sonnenlicht hat mir gefehlt. Irgendwann wurde es dann endlich besseres Wetter und ich hatte den ganzen Tag Sonne getankt.

Außerdem habe ich zusätzlich noch Vitamin D-Tabletten eingenommen, um das Immunsystem anzukurbeln.

Der anschließende Traum war dann auch sehr eindrucksvoll: Ich gehe, nein ich laufe einen kleinen Weg durch einen Park entlang. Mir kommen lauter Soldaten in Reih und Glied entgegen, die alle sehr feindlich und aggressiv aussehen. Alles starke Männer und ich bin die einzige Frau. Ich hab Angst, dass sie mir was antun oder mich blöd anmachen wollen. Und ich laufe ihnen genau entgegen! Zuerst will mich eine große Angst packen und ich würde gerne weglaufen, dann fällt mir ein, dass ich noch ein Werkzeug dabei habe! Es ist ein riesiger Schraubenschlüssel, so wie man ihn für Autoreifenwechsel benutzt. Ein gekreuztes Ding, ziemlich schwer. Ich lächele, schwinge das Ding im Kreis und haue damit einen nach dem anderen um. Die Soldaten weichen mir aus, ich fühle mich unglaublich stark und selbstbewusst. Das Joggen geht plötzlich

total gut, mir fällt ein, dass ich ja noch recht massig gebaut bin und keine Angst haben muss.

Ich denke dieser Traum hat mir meine Abwehrkräfte symbolisiert und der Schraubenschlüssel könnte das Vitamin D gewesen sein.
□

Und jetzt sagt bitte nicht, dass ich verrückt bin oder eine lebhaft Phantasie habe. Das weiß ich schon selbst. □

Träumt ihr auch manchmal so verrücktes Zeug?

Erinnerung an... die nicht Angepassten

Wenn ich mich mit den Fragen zu Trauer und Tod auseinandersetze, komme ich zwangsläufig auf mein eigenes Leben.

Das Leben ist so kurz, schnell ist alles vorbei.
Was bleibt vom Leben?

Ich bin froh, dass ich jeden Tag blogge, dass ich immer versucht habe, meine Gedanken irgendwie in Wort- oder Schriftform zu bringen.

Es ist letztendlich die einzige Erinnerung, die Menschen mal haben werden, wenn ICH verstorben bin.

Jeder Mensch muss sterben. Das Leben ist so kurz. Und es ist wirklich *kurz*.

Es fliegt vorbei. Man sollte keine Stunde, keine Minute, noch nicht einmal eine Sekunde verschwenden.

Es gibt tausend Ansätze das Leben zu leben. Aber ich hab das Gefühl, die meisten sind falsch.

Arbeiten, Geld verdienen?

Einmal im Jahr einen Urlaub machen, dann wieder malochen?

Mit 65 in Rente gehen?

In ein anderes Land flüchten?

Auswandern?

In eine Kommune gehen, im Wald leben, auf Geld und Fleisch verzichten?

Wer sagt mir, was der richtige Ansatz ist?

Was muss ich erreichen, wo muss ich hin?

Ist es gut, wenn ich Kinder in die Welt setze? Oder doch eher egoistisch?

Soll ich mich für andere einsetzen und dabei ausbrennen?

Oder soll ich lieber hedonistisch und lustorientiert leben?

Das sind so zentrale Fragen, aber sie werden „normalerweise“ überhaupt nicht diskutiert, noch nicht einmal in Frage gestellt.

Wer könnte erwarten, dass so etwas zentrales in der Öffentlichkeit diskutiert wird, wenn noch nicht einmal mehr politische Fragen ernsthaft diskutiert werden?

Wer etwas hinterfragt, gilt schnell als verrückt.

Labile, empfindliche Menschen sowieso...

Vor mir hängt ein Zettel, er sticht mir jetzt ins Auge und war das wertvollste Zeitdokument, das ich in diesem Jahr erhalten habe.

Es ist der Zettel einer Patientin der geschlossenen Psychiatrie, mit der ich mich dieses Jahr unterhalten habe.

Ich hatte im Sommer 2018, kurz nach dem schrecklichen Todesfall, ein Treffen mit ihr, weil ich mehr über den Verstorbenen herausfinden wollte.

Sie musste ihre Ärzte um Erlaubnis fragen, um raus zu kommen. Sie hatte zwei Stunden „Freigang“ aus dem Gefängnis. Und hat

sich die Zeit für uns genommen, was ich sehr nett fand.

Sie hatte ein blaues Auge und verdeckte dieses mit einer modischen Sonnenbrille.

„So geht man hier mit Menschen um, die nicht kooperieren“ sagte sie mit einem leicht abfälligen Tonfall zu mir.

Ihr Blick war eisig und es lief mir kalt den Rücken runter.

Ich unterhielt mich mit ihr und versuchte mehr über sie zu erfahren. Es war nicht einfach. Ich merkte, dass sie sehr gereizt und unausgeglichen war.

An ein normales Gespräch war nicht zu denken.

Auch ich selbst war nicht gut drauf.

Ich versuchte mich auf die Fakten zu konzentrieren und fragte sie:

„Was für Medikamente bekommst du eigentlich?“

Dann schrieb sie mir diesen Zettel auf und erklärte fein säuberlich, wozu das alles ist und in welcher Dosierung sie es nehmen muss.

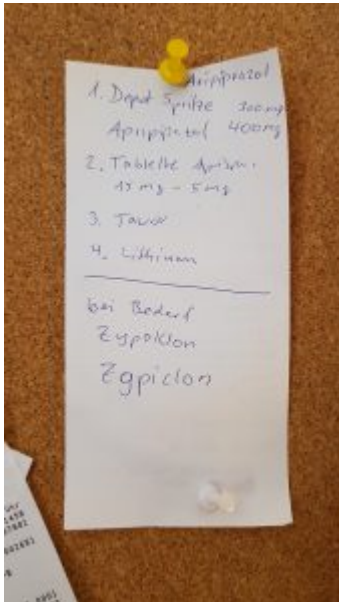
Ich hüte diesen Zettel wie einen Schatz. Er bedeutet mir sehr viel. Er ist nur hingekritzelt, mit dem was eben da war, in dem Café, wo wir gerade saßen.

Aber ich freue mich, dass sie mir in diesem Moment vertraut hat und so offen darüber geredet hat.

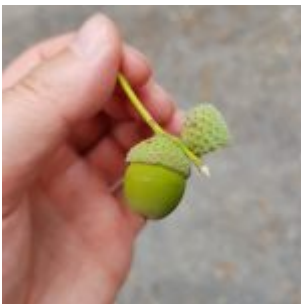
Sie kam mir überhaupt nicht krank vor, als sie mir alles erklärte. Sie hatte viel Wissen und erzählte über die Fakten und Zusammenhänge der Medikamente, als ob sie es gerade an der Uni lernen würde. Sie dachte über die genauen Namen der Arzneien nach und korrigierte sie sogar mehrfach, als sie nicht gleich drauf kam.

Sie war aufgeweckt, intelligent und kritisch- so wie man es von einem jungen Menschen Anfang 20 erwarten müsste.

Krank – kam mir nur das System vor, in das sie gesteckt wurde und mit dem sie nicht zurecht kam.



Seelestaub



Das Herz ist aufgerissen,
die Seele baumelt von den Ästen
dazwischen weht ein lauer Wind.

Ich gehe durch die Trockenheit
und suche verzweifelt nach einem Stückchen Leben

Die Blätter hängen ängstlich herunter
das Laub knirscht unter den Füßen
die Lunge brennt vor lauter Staub
in der Pfütze ist kaum noch Wasser.

Wo bist Du?
Das frage ich.
Was machen wir jetzt?
Die Gefühle sind verzweifelt.

Es gibt hier tausend Wege
doch sie erscheinen alle falsch
jeder ist mühsam und schwer
keiner hat ein Ziel

zwischen all dem Schatten
da scheint auch viel Licht
Die Sonne brennt hell und grell
vom Himmel herab.

In meinen Träumen erscheint plötzlich
ein junger Mensch,
mit guten Absichten und aufrechter Figur.

Witz, Humor und Charme
Lebendigkeit in jeder Zelle-
Das ganze Leben noch vor sich!

Es ist sein Atem, der mich berührt.
sein Charakter, der mich überzeugt.

Er ist das Licht
in einem Meer aus Dunkelheit.

Aus dem Staub
da wächst ein Baum.
Aus der Wüste wird wieder eine Wiese
aus Hass wird Liebe,
aus Ende wird die Ewigkeit.

Video: [Blätter rieseln herab](#)