

Buchbesprechung:

Kast Verena (2006) Träume. Die geheimnisvolle Sprache des Unbewussten. Walter, Düsseldorf

Wenn Verena Kast ein Thema aufgreift, das heute wieder aktuell und deshalb in vieler Munde ist, „Träume. Die geheimnisvolle Sprache des Unbewussten“, so ist es ihre Sache nicht, darüber nur etwas bereits Bekanntes zu sagen. Ihr neues Buch bietet auch denen, die mit Jungscher Traumdeutung vertraut sind, durchaus Überraschendes. Wem unter uns wäre zum Beispiel bisher aufgefallen, dass es bei Jung eine doppelte Traumtheorie gibt, im Grunde genommen zwei Traumtheorien?

Neben Jungs Theorie der Träume als Kompensation der bewussten Haltung aber existiert, das arbeitet Kast klar heraus, bei ihm eine weitere Traumtheorie, die von den Komplexen als Verursacher der Träume ausgeht, insofern sich für ihn die Komplexe als „die handelnden Personen unserer Träume“ darstellen und somit wie personifiziert in den Träumen auftreten. Als ausgewiesene Erforscherin der Komplexe mit ihrer zentralen Bedeutung in der Jungschen Psychologie und Psychotherapie erhellt Kast vor allem die Verbindungen zwischen Komplex, Emotion, Symbol und Traum. So sei es die leitende Emotion eines Traumes, die auf den zugrundeliegenden Komplex hinweise.

Im Zusammenhang mit der bisher bekannteren Jungschen Traumtheorie, der möglichen Kompensation einer einseitigen bewussten Einstellung z.B. durch archetypische Traumbilder, belegt Kast das Jungsche Konzept der Archetypen auch durch das neurowissenschaftliche der „handlungsleitenden inneren Bilder“, wie es Gerald Hüther vertritt. Der durchgehende Dialog mit der neurowissenschaftlichen Traumforschung gehört zu den besonderen Vorzügen dieses Buches, die es meines Wissens bisher mit keiner Veröffentlichung zur Jungschen Traumtheorie teilt: So vermittelt Kast zum Beispiel die Hypothese des Psychiaters und Neurowissenschaftlers Ernest Hartmann, nach der Träume vor allem neue Verbindungen im Gehirn herzustellen vermögen, mehr als im Wachbewusstsein möglich, so dass Träume „hyperconnective“ sind, wodurch sogar Traumata „verträumt“ werden können ; auch im Blick auf den Trauerprozess und die Regulation von Emotionen überhaupt, erscheint die Hypothese Hartmanns als äusserst relevant.

Für alle, die mit Träumen arbeiten, kann der dritte Teil des Buches eine Fundgrube von Anregungen für einen schöpferischen Umgang mit Träumen sein. Kast betont besonders die natürliche Verbindung zwischen Imagination und Traum und deren Kombinierbarkeit beim therapeutischen Ausschöpfen des Traumes. Ob im Umgang mit Initial- oder mit Alpträumen, mit Übertragungsträumen oder auch mit archetypischen Träumen: das Wahrnehmen und schöpferische Ausfantasieren von Symbolen erweist sich immer neu als Zugang zu den heilenden Kräften, die der Traum erschliesst.

Verena Kasts neues Buch, nüchtern und konzentriert geschrieben, jeder Mystifizierung des Träumens abhold, erweist sich gleichwohl als inspirierend. Es sagt nicht alles das über Träume, was man heute schon wissen kann, sondern das, was man bisher vermisste, und was deshalb überraschende neue Perspektiven zum Verständnis der Träume eröffnet..

Ingrid Riedel