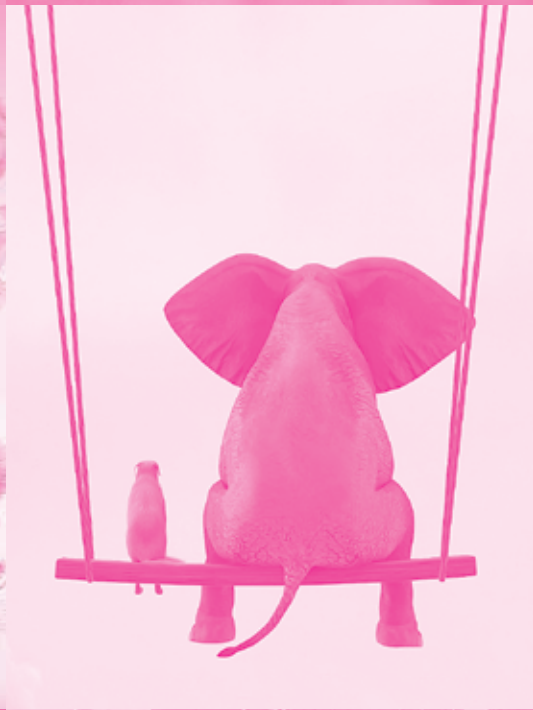
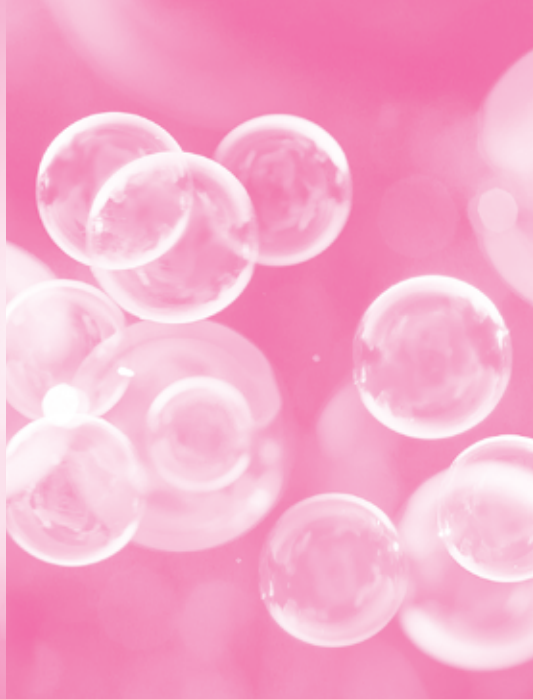




Traumarten

Träume haben viele Gesichter, es gibt zahlreiche Arten zu träumen. Jeder Mensch definiert Träume auf seine individuelle Art. Das Traumrepertoire reicht von Tagträumen über Albträume und luzide Träume bis hin zu Trübträumen.



Liebe Leserinnen und Leser,

Träume. Was sind Träume? Jeder Mensch träumt von anderen Dingen und hat andere Träume.

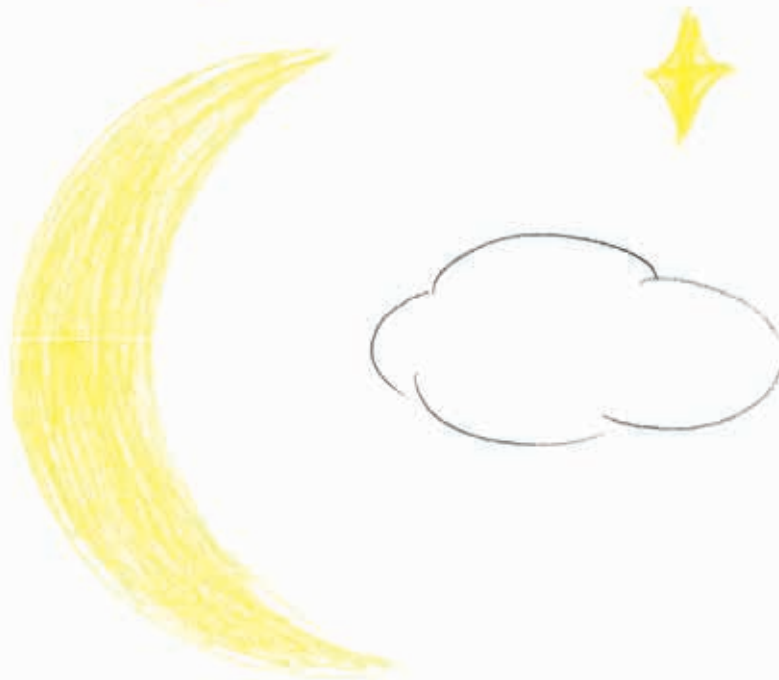
Am meisten und am vielfältigsten träumen Kinder. Sie haben sehr viele Träume gleichzeitig. Ich wollte zum Beispiel Astronautin und Prinzessin gleichzeitig sein. Doch diese fantasievollen Träume werden den meisten Kindern ausgedet. Sie seien unrealistisch und würden sich nie erfüllen. Das finde ich nicht gut. Kinder müssen ihre eigenen Erfahrungen machen. Doch diese Fähigkeit des vielen Träumens, verlieren die meisten mit dem erwachsen werden. Ich träume nicht mehr so wie mit 5 und werde es wahrscheinlich auch nicht mehr tun. Viele würden jetzt sagen: "Es ist der Lauf der Dinge." Doch ich glaube nicht daran. Nicht alle Menschen verlieren mit dem erwachsen werden die Fähigkeit die banalsten Dinge zu träumen. Ich denke nicht, dass das der Lauf der Dinge ist. Es wird den Kindern abtrainiert. Sie sollen alle mal einen Bürojob, ein Haus, ein oder zwei Kinder und ein scheinbar "normales" Leben führen. Was ich aber besonders traurig finde, ist das es mittlerweile sogar schon kleine Kinder gibt, die genau das wollen. Aber sie wollen das nur, weil Eltern mittlerweile von Anfang an erzählen, dass aus ihren Träumen sowieso nichts wird und das Kinder realistisch denken sollen. Ich finde, man sollte Kinder so sein lassen sollen wie sie sind. Das ist aber ein Wunschdenken. Die heutige Gesellschaft

erzieht alle nach ihren Vorstellungen. Und das ist das Traurige. Nicht die Vorstellungen, jeder darf denken was er will, sondern dass alle von klein auf lernen, dass sie sich anpassen müssen. Es ist wichtig, dass Kinder träumen dürfen und ihre Träume ausleben.

Das wünsche oder erträume ich mir für die Zukunft. Aber da ich in dieser Welt lebe, weiß ich, dass das nicht passieren wird.

Also hört nie auf zu träumen, egal was andere sagen!
Liebe Grüße

Lilith Göbel



Lieber Mats,

Ist das ein Traum? Im Grunde kann ich das gar nicht wissen. Wenn das ein Traum wäre, würde ich dir dann gerade schreiben? Wäre das trotzdem real? Denn wenn man träumt, dann hat man ja trotz der Tatsache, dass man in der vermeintlich realen Welt schläft, Gefühle, vielleicht genauso intensiv wie sonst. Und wer beweist uns, dass das Träumen ^{nicht} ebenso real ist wie dieser Brief? Niemand.

Wir träumen, was uns in der sogenannten realen Welt beschäftigt. Warum sollte das stimmen? Ich kenne eine Person, die in ihren Träumen ihre verstorbenen Liebsten sieht, als Kind wie als Erwachsene.

Nun kann mir niemand sagen, sie träumt von ihnen, weil sie sich mit ihnen beschäftigt. Warum wird hier nicht verstanden, dass Personen, die sterben, nicht weg sind. Sie sind noch da, auf einer uns nur in Träumen, Erlebnissen und *Energie begrenzenden Ebene. Und in diesen Träumen sind sie real. Kommen wir also auf meine Fragen zurück: Wenn das ein Traum wäre, würde ich dir dann gerade schreiben? Wäre das trotzdem real?

Ich denke schon. Vielleicht auf einer Ebene, die wir noch nicht sehen können, vielleicht in einer eigenen Welt.

Vielen Dank fürs Lesen, Mats!

Viele Grüße Johann

*=spürbarer

An den, der uns die Träume schickt:

**Was sind
Träume!**

**Wo kommen
sie her?**

**Warum träumen
wir sie?**

Wer ist das, der uns die Träume schickt,
Sodass jeder von uns die Traumwelt erblickt?
Den größten Wunsch zeigt er manchmal,
Und manchmal auch die größte Qual.
Träumen kann man auch am Tag,
Wenn man sich nicht zu konzentrieren vermag,
Träumt man sich fort,
An einen besseren Ort,
An dem die Welt schon immer magische Wesen barg.
Träumen kann man auch von Zielen;
Reich werden, teilnehmen an den olympischen Spielen.
Wahre Träume aber, sind diese bloß,
Die man nachts träumt wirklich groß.
Sie zeigen uns unsere Not und Sorgen,
Doch auch uns're Hoffnungen und Wünsche für Morgen.
Mit seinen Träumen kann man die Welt verändern, wenn
Man wirklich will.
Denn sie leuchten so hell, wie die Sterne am
Himmel.

Liebste Clara,
als ich Gestern den sanften Tanz der Schneeflocken auf ihrem langen Weg zur Erde beobachtete, kam mir eine ganz besondere Überlegung in den Sinn: Was bedeuten Träume eigentlich für und in unserer Gesellschaft? Ich habe lange darüber nachgedacht und bin zu dem Schluss gekommen, dass Träume für jeden etwas unterschiedliches sind. Für manche sind es wichtige, persönlichkeitsdefinierende Ziele, die es unbedingt zu erreichen gilt, für andere konstante Hoffungsanker, die sie sicher durch dunkle Zeiten in ihrem Leben geleiten. Viele halten sie bloß für eine Speicherungsweise des Gehirns, eine nebensächliche Grundfunktion unseres menschlichen Körpers. Doch ich glaube etwas anderes. Ich glaube, dass Träume insgeheim so viel mehr sind. Sie sind der Grundbaustein unserer Gesellschaft. Ich meine, man überlege sich einmal - Warum gibt es die Demokratie? Weil jemand an sie geglaubt, und von einer besseren, einer faireren Welt geträumt hat.

Weshalb wurden Hilfsorganisationen wie die Unicef gegründet? Weil jemand an das Gute in den Menschen geglaubt hat und von Gleichberechtigung träumte. Also: Sind Träume eine natürliche Verarbeitungsmöglichkeit? Bestimmt. Sind sie eine Weise sich selbst zu motivieren und sich selber Ziele zu setzen? Sehr Wahrscheinlich. Doch am wichtigsten: Träume sind Glaube. Der Glaube an sich selbst, und der Glaube an die Menschheit. Das Wissen, dass es besser geht als jetzt. Dass man immer noch besserem streben sollte. Aber vor allem sind sie eine kleine alltägliche Erinnerung daran, dass jede gute Tat die Welt ein Stückchen besser macht, und das jede noch so kleine Person etwas bewirken kann. Denk doch mal darüber nach und lass mich deine Meinung dazu wissen, es würde mich sehr interessieren was du zu dem Thema zu sagen hast. Das du dich gut in Worte fassen kannst, weiß ich ja schon! 😊
Alles Liebe,
deine Liya ♥

Lieber Gustav!

13.12.22

Die Realität nagelt uns immer
wieder auf den Boden der Tatsachen
während in der Welt schreckliche Dinge
geschehen.

Da wünscht man sich doch glatt irgendwo
anders hin,

weg von dem Terror der Welt.

Und auf ein mal, da ist alles anders,
auf ein mal stoppt alles Übel auf der
Welt, Hoffnung kommt wieder auf
Erden.

Wenn wir träumen sind wir an Orten
wie sie es auf der Welt so nicht gibt
und wenn man diese Träume zu
verwirklichen schafft, dann wirkt die Welt
ein kleines bisschen schöner.

Die Träume zur Wirklichkeit zu machen,
das ist eine große Tat, denn Träume kommen
nicht aus den schrecklichen menschlichen
Gefühlen, sondern aus dem Wunsch nach
Frieden.

Ich wünsche dir noch viel Gutes.

Dein Freund,
Egon Ivanov

Liebe Vika,

wie geht es dir? Ich habe über das Thema Träume nachgedacht und da habe ich direkt an dich gedacht. Mir sind direkt Fragen in den Kopf geschossen. Denn du träumst wahrscheinlich ganz anders als ich.

Träumst du davon wieder zurück in die Ukraine zu gehen? Davon das alles so wird wie früher? Das deine Familie wieder zusammen ist? Gibt es auch Träume die nicht um Angst und die ungewisse Zukunft handeln sondern von der Realität abweichen? Träumen hilft mir um von meinen Problemen weg zu kommen. Denn Träumen ist für mich die grenzenlose Freiheit. Doch wenn sich das Schicksal für dich so entschieden hat weiß ich nicht ob du mit deinen Träumen so frei sein kannst wie ich denn mir geht es super. Ich musste nicht mit Angst fliehen und meine Freunde und meine Familie alles Glück was ich habe los lassen. Ich wünsche dir so sehr dass sich deine Träume und Wünsche erfüllen. Denn du bist so ein toller Mensch und ich glaube es gibt kaum jemanden der so schnell das Neue lernt und so offen und fröhlich ist wie du. Das Traurige ist nur das es so viele Träume gibt die gut oder böse sein können und es nur eine Realität gibt. Ich verstehe nicht wieso euch das alles angetan wird doch eins weiß ich unzwar das du alles schaffst egal was passiert alles wird gut. Ich wünsche dir schöne Träume die dich immer stärken und dir zeigen dass es ein happy end gibt.

Ganz liebe Grüße

Mathilde



Fulda, 7. 12. 22

Liebe Sophia,
manchmal kann ich nicht einschlafen. Mama rät mir dann immer Schafe zu zählen oder zu rechnen. Oft kann ich dann aber immernoch nicht schlafen. Ich denke dann meistens nach. Oft kommen mir die besten Ideen wenn ich nicht einschlafen kann. Nachdem ich ganz lange nachgedacht habe, schlafe ich auch meistens ein. Das lustige an der ganzen Sache ist, dass ich ganz häufig auch davon Träume wo von ich kurz vor dem einschlafen nachgedacht habe. Wenn ich am Morgen wachwerde kann ich mich nur für kurze Zeit noch daran erinnern. Wie gut, dass wir uns gegen das Vergessen von Träumen eine Taktik ausgedacht haben. Wenn du einen guten Traum hast, erzählst du ihn mir einfach und umgekehrt. Wenn ich krank bin, sind meine Träume immer besonders komisch. Manche Leute denken ja, dass Träume wahr werden können. Ich denke nicht, dass sie damit meinen, dass die Schlafträume wahr werden. Damit ist, glaube ich, gemeint, dass die Lebensträume wahr werden. Du und ich haben, denke ich, auch solche Träume. Dein Traum ist es Schauspieler im Kinofilm zu werden. Das ist, finde ich, ein richtig toller Traum. Bei solchen

Träumen kann man meistens entscheiden, was und wie es passiert. Bei „Schlafträumen“ kann man das meistens nicht. Einmal hatte ich aber einen Traum, indem ich selbst entscheiden konnte. Im Auto, wenn wir lange fahren, schlafen wir auch ganz oft. Du und ich nennen dieses Schlafen „Schlummerschlafen“, denn man träumt zwar auch, hört aber noch die anderen Stimmen. Das sind doch alles Träume, nicht wahr? Oder gibt es eine wahre Art zu Träumen? Es gibt ja auch noch schöne Träume und Albträume. Ich mag am liebsten das Träumen, bei dem man selbst entscheiden kann, was passiert. Manchmal werden solche Träume sogar wahr. Eine echte Art zu Träumen glaube ich gibt es nicht. Egal ob am Tag oder in der Nacht, träumen ist wichtig. Im Schlaf werden Ereignisse des Tages verarbeitet, meinte Mama. Ich träume aber manchmal (und das ist mein Lieblingstraum) dass ich fliege. Hat das dann noch etwas mit dem Tag zutun? Was ist dein Lieblingstraum?

Denk mal darüber nach,
Liebe Grüße,
deine Schwester Nuria



PS: Vielleicht träumst du ja davon.
Das wäre lustig, oder?

Taurusstein 15.12.22

An mein zukünftiges Ich,

ich habe dir schon mehrere meiner jetzigen Standpunkte zum Leben geschrieben und heute ist das Thema "Träume" an der Reihe. Meine erste Frage dazu wäre: Was ist ein Traum? Ist es ein Zufluchtsort nach einem schlechten Tag? Ist es eine eigene Welt die jeder selbst gestaltet und wo jeder selbst entscheiden kann wen er ist? Oder kann man in Träumen etwas über einen selbst oder seine Zukunft erfahren? Ich denke, dass alles davon stimmt. In erster Linie sind Träume eine Hilfe für das Gehirn, denn mithilfe von Träumen kann das Gehirn Ereignisse und Erlebnisse besser verarbeiten. An Tagträumen denkt man einfach nach oder ist für kurze Zeit nicht erreichbar. Wenn man Nachts träumt, kann man seine größten Ängste aber auch das, was man am meisten liebt sehen. Andererseits muss man während eines Traums nicht schlafen oder geistig nicht anwesend sein, man kann auch einfach an einem Tisch sitzen seinen Kaffee oder Tee trinken und dabei über seine Zukunft oder Ziele nachdenken.

Ich gebe mal ein Beispiel, es heißt nicht dass es stimmt. Ein ganz einfacher ausgedachtes Beispiel: Man liest etwas im sagen wir, Mangas oder Büchern und träumt dann Nachts die Geschichte weiter mit einem selbst in der Sicht des Protagonisten. Oder es ist der größte Traum von einem päter mal ein Restaurant zu eröffnen und arbeitet schon sein ganzes Leben lang darauf hin. Vielleicht träumt man auch seine eigene Geschichte oder Horrorgeschichte in der Sicht eines Filmes. Es können alles Träume sein. Ein sehr großer Teil des Lebens besteht einfach nur aus Träumen.

Bis zum nächsten Mal

Du... ☺



Liebe Direktorin der Schule für gute und böse Träume,
Ich heiße Sally und bin 14 Jahre alt. Schon als
kleines Kind habe ich davon geträumt, auf ihre Schule
zu gehen. Ich finde es wahnsinnig spannend zu sehen,
was es für Träume gibt, wie Träume entstehen und
sie den Menschen zuzuordnen. Ich weiß, dass jeder
Traum seinen Sinn hat und einzeln zu seinem
Menschen geschickt wird und für ihn bestimmt ist.
Böse Träume können einem ein schlechtes Gewissen
bereiten und so sein Vorhaben überdenken lassen. Oder
klar machen, dass man etwas falsch gemacht hat.
Gute Träume zeigen uns die Welt und geben uns
neue und kreative Ideen und Impulse.
Träume lassen uns alles noch einmal überdenken
und in die Ferne blicken.
Ich möchte gerne helfen, dass jede Person auf
diesem Planeten seine Traum-Träume träumt.
Träume sind wichtig für jedes Lebewesen. Ich selbst
weiß, dass Träume oft eine Botschaft enthalten,
man muss sie nur entschlüsseln und zulassen.
Doch Träume können uns auch einen tollen Tag
nochmal erleben lassen und die Emotionen und
Gefühle nochmal spüren lassen.
Ich hoffe, Sie lesen meinen Traum in Ihren Träumen.
Sally ♥

Liebes Team vom Tag der Handschrift,

bevor ich über den Tag der Handschrift bescheid wusste, war mir nicht wirklich bewusst, wie wenig man in der heutigen digitalen Welt noch Briefe schreibt.

Wenn man über Träume nachdenkt, kommt bei jedem von uns ein anderer Gedanke hoch, weil wir alle unterschiedliche Träume haben. Auf manche Träume haben wir einen Einfluss, wie zum Beispiel bei Zukunftsträumen. Allerdings nicht auf alle Träume, denn manche träumen wir auch im Schlaf und sind so einflusslos.

Träumen kann entspannen, wenn man Stress in der realen Welt hat und von realen Problemen abschalten muss, wie Stress in der Schule, Streit mit Freunden oder Diskussionen mit den Eltern. Beim Träumen kann man sich in Fantasiewelten oder in irgendein Paralleluniversum gleiten lassen, in dem alles gut ist, das Unmögliche möglich ist und die Probleme Lichtjahre entfernt sind. Dort kann man sich entspannen und eine Auszeit vom echten Leben nehmen. Aber leider gibt es auch das Gegenteil von solchen Träumen, nämlich solche, die von Erinnerungen oder Themen, die einen belasten, oder von längst vergessenen Geheimnissen, die im Innern vor sich hin faulen und in den unpassendsten Momenten ans Tageslicht stoßen und wieder wirklich erscheinen. An Alpträume, wie diese, kann man sich meist noch lange danach erinnern und man vergisst sie nicht schnell. Manchmal sind Träume auch so unbedeutend, dass man sie beim Aufwachen am nächsten Morgen vergessen hat und es so scheint, als hätte man nichts geträumt.

Ich denke, jeder Mensch hat einen bestimmten Ort und

eine bestimmte Zeit, in der er oder sie besonders gern träumt, denn Ort und Zeit stimmen oft mit dem Traum überein.

Ich kann am besten in meinem Bett träumen, wenn es noch nicht ganz Morgen ist und ich zwischen Schlaf und Wachsein schwebe.

Wenn ich schwebe, fühle ich mich frei und unbeschwert und bin wie in einem Traumfänger, nur dass dieser nie endet und kein böser Traum hineinfindet. Manchmal träume ich davon, im Stich gelassen zu werden und von einer Klippe ins nichts zu stürzen.

Ich verbinde diesen nächtlichen Alptraum mit der Angst, allein dazustehen.

Diese Angst habe ich manchmal, weil ich ein Gruppenmensch bin und andere brauche, um aus mir rauszukommen. Manchmal träume ich auch davon, in einem Haus auf einer abgelegenen Lichtung im Wald mit meiner Familie und vielen Tieren zu leben, oder einfach von meiner Hündin, die mir sehr viel bedeutet.

In der heutigen Zeit glauben viele Jugendliche, dass sie nicht zugeben können, dass sie träumen, weil es ihnen peinlich erscheint, obwohl es etwas völlig normales ist. Meine Meinung darüber ist zwiespaltig, weil ich einerseits mir wünschen würde, dass Träumen mehr zum Gesprächsthema wird, aber andererseits finde ich, dass es ein sehr intimes, weitschweifiges und auch schwieriges Thema ist, zu dem sich jede und jeder eine eigene Meinung bilden sollte und es auch für sich behalten darf.

Vielen Dank für Ihr Interesse!

Mit freundlichen Grüßen,
Klara Weingärtner

Hallo Universum,

05.12.22

Ich frage mich schon fast ein ganzes Jahr diese eine Frage: „Wie entstehen Träume?“ Ich hatte schon viele Vermutungen wie zum Beispiel, dass die Träume Erinnerungen aus meinem früheren Leben sind, aber das ergibt bei meinen fantasiereichen Träumen keinen Sinn. Meine jetzige Vermutung ist, dass Multiversum. Das Multiversum ist ein anderes Universum und ich denke, dass jeder Traum in Wirklichkeit passiert, nur in einem anderen Universum. Träume sind schon etwas kompliziert oder halt einfach schwer zu verstehen, oder wie siehst du das? Ich freue mich schon den ganzen Tag darauf, schlafen zu gehen, da ich schon fast seit zwei Jahren keine Alpträume mehr hatte. Ich träume fast jeden Tag spannende Sachen, aber bin meist enttäuscht wenn ich aufwache, da ich den Traum oft vergesse. Aber im Laufe des Tages fällt es mir meistens wieder ein. Glaubst du es gibt Leute die nicht träumen? Also ich könnte es mir niemals vorstellen, nicht zu träumen. Selbst Tiere können träumen, woher ich das weiß? Meine Cousine hat einen Hund und immer wenn er schläft, bewegt er seine Beine so, als würde er rennen. Träume sind schon etwas Tolles, man kann seine ganze Fantasie reinstecken. Was ist deine Meinung über Träume oder wie denkst du, entstehen Träume? Und was träumst du eigentlich so? Hast du eher gute oder schlechte

Träume? Ich hoffe auf eine Antwort und wünsche
dir immer gute Träume.

Deine Emely

