

# Traumdeutung

nach Edgar Cayce

Online-Basiskurs  
Modul 3

## Deutung deiner eigenen Träume



## Herzlich willkommen!

### Kleiner Rückblick

Im zweiten Modul haben wir eine Übung zum wachen Träumen gemacht. Wir haben die Struktur des Traums analysiert und uns die allgemeine und persönliche Symbolik der Ereignisse, Personen und Dinge, die im Traum erscheinen, angeschaut. Außerdem wurde dir anhand eines echten Traumbespiels verdeutlicht, worauf es bei der Cayce-Methode der Traumdeutung ankommt.

## Deutung deiner eigenen Träume



Träume können vielerlei Bedeutung haben. Manchmal bieten sie dir lebensverändernde Aussagen. Oft verarbeiten wir in Träumen einfach unsere Erlebnisse, Ängste, Sorgen und Freuden des Tages. Immer aber wirken sie vor allem problemlösend. Und ab und zu (mit etwas Übung häufiger) können sie uns mit unserem höheren Selbst in Kontakt bringen – dem Teil von uns, der den so genannten Schöpferischen Kräften (bei Cayce ist das Gott) am nächsten ist.

### Persönliche Bestandsaufnahme

Die meisten unserer Träume beschäftigen sich mit Bereichen aus unserem Wachleben: schöne Erlebnisse, traurige Erlebnisse, Probleme, Ängste, Sorgen. Wir investieren Zeit und Energie in sie und nehmen sie mit in unser Traumleben. Im Traum können wir Rat und Hilfe bekommen.

Die folgende Checkliste zur persönlichen Bestandsaufnahme stammt leicht abgeändert aus dem Buch „Dreams - Tonight's Answers for Tomorrow's Questions“ des Psychologen und Cayce-Schülers Mark Thurston. Mache es dir an einem schönen Ort bequem, nimm die Liste zur Hand und sei dir gegenüber ehrlich beim Ausfüllen.

In welche Bereiche investierst du Zeit, Energie, Sorgen oder Ängste?

Wenn die Liste deiner Meinung nach nicht vollständig ist, ergänze sie ganz nach Belieben.

Vergebe für die jeweiligen Bereiche eine der folgenden Punktzahlen:

- 1 = wenig Zeit, Energie, Sorgen oder Ängste
- 2 = einige Zeit, Energie, Sorgen oder Ängste
- 3 = viel Zeit, Energie, Sorgen oder Ängste

**Persönlich:**

Punkte	Bereich
	körperliche Gesundheit
	geistige Gesundheit
	Arbeitsstelle
	Schule, Ausbildung, Studium
	Einstellung oder Beziehung zu den Schöpferischen Kräften bzw. Gott
	persönliche Lebensideale und spirituelles Streben, Selbstverwirklichung
	Zukunft
	Finanzen
	Hobbys
	Sonstiges: _____
	Sonstiges: _____
	Sonstiges: _____

## Familie und Freunde:

Punkte	Bereich
	Kinder
	Partner, Partnerin
	Mutter
	Vater
	Freunde, Bekannte
	Sonstiges: _____
	Beziehung zu Kindern
	Beziehung zu Partner/in
	Beziehung zu Mutter
	Beziehung zu Vater
	Beziehung zu Freunden, Bekannten
	Beziehung zu _____
	Beziehung zu _____

## Ereignisse:

Punkte	Bereich
	Tagespolitik
	Ereignisse am Wohnort
	ationale Ereignisse
	internationale Ereignisse
	Ereignisse im Verein, Club o. ä.
	Sonstiges: _____
	Sonstiges: _____

Edgar Cayces Readings zufolge träumen wir am häufigsten von den Bereichen, in die wir die meiste Zeit, Energie, Sorgen oder Ängste investieren. Vermutlich werden also die Bereiche, denen du die Punktzahl 3 gegeben hast, in deinen Träumen an erster Stelle stehen. Das heißt nicht, dass du *nur* von diesen Bereichen träumst, doch unser Unbewusstes greift bevorzugt das auf, was das Bewusste am stärksten beschäftigt. Da nicht nur unser Körper, sondern unser ganzes Sein auf Selbsterhaltung ausgelegt ist, sucht unser Unbewusstsein dergestalt nach Lösungen.



**Vorgeschichte** einer alleinstehenden Frau:

In unserer Nachbarschaft war wieder einmal eingebrochen worden. Obwohl ich stark auf Gott vertraue und regelmäßig als Schutzgebet den 91. Psalm bete („... dir begegnet kein Unheil, kein Unglück naht deinem Zelt, ...“), war da ein unterschwelliges Gefühl von Sorge.

**Der Traum:**

Ich war gerade eingeschlafen, als ich ein Geräusch hörte. Es klang, als ob jemand durch den Keller in das Haus eindringen würde. Dann knarzte die Treppe. Ich stieg aus dem Bett, machte Licht an und schlich nach unten. Dort versuchte ich das Licht anzumachen, doch es ging nicht. Ich öffnete die Tür zum Arbeitszimmer, aber da war niemand. Dann öffnete ich die Tür zum Gäste-WC, und ein großer, dunkler Mann kam mir entgegen. Ich schrie auf, wich zurück und wachte schweißgebadet auf.

**Die Träumerin deutete ihren Traum so:**

„Mir war nicht bewusst gewesen, dass mich der Einbruch so stark beschäftigt hatte. Als ich im Bett lag und mein klopfendes Herz sich langsam beruhigte, wurde mir klar, dass mein Vertrauen auf Gott in dieser Hinsicht noch nicht stark genug war. Ich erkannte, dass meine unterschwellige Angst vor einem Einbruch mit jeder Vorsichtsmaßnahme größer wurde. Dann stellte ich fest, dass sich hier außerdem ein altes Kindheitstrauma verbarg: Als Kind war ich einmal alleine in unserer Wohnung gewesen, als die Tür aufgeschlossen wurde und ein fremder Mann vor mir stand. Damals blieb mir fast das Herz stehen.“

**Die Träumerin handelte:**

Sie beschloss, jeden Abend vor dem Schlafengehen mit dem Begriff „Vertrauen“ zu meditieren und das Kindheitstrauma in die Hände Gottes zu legen.

Stelle dir vor, **du** hättest diesen Traum gehabt. Ausgehend von deiner eigenen Lebenssituation und ohne das Hintergrundwissen von Einbrüchen in deiner Nachbarschaft: Wie hättest du diesen Traum gedeutet? Nimm dabei ruhig Edgar Cayces Wörterbuch der Traumsymbole zur Hand und schlage nach, ob du etwas Passendes findest:

---

---

---

---

---

---

Wie hättest du nach deiner persönlichen Deutung gehandelt?

---

---

---

---

---

---



## Den Handlungsfaden finden

Bei manchen Träumen wie dem oben beschriebenen kommen wir schnell darauf, was sie uns sagen wollen. Doch die meisten Träume sind voller Ungereimtheiten und Widersprüche und entbehren oft jeglicher Logik. Personen verwandeln sich in andere Personen oder verschwinden ganz. Orte verändern sich oder wechseln plötzlich. Ereignisse aus der Kindheit und dem aktuellen Leben verschmelzen. Wie soll man sich da orientieren?

Jede gute Geschichte hat einen Plot, den so genannten roten Faden, auch **Handlungsfaden** genannt. Das ist auch bei einem Traum so. Um diesen Faden zu finden, gibt es sechs praktische Hilfen, die du anhand des folgenden Traumbeispiels üben kannst. Edgar Cayce nutzte in seinen Trance-Readings zur Deutung von Träumen oft die Handlungsfaden-Methode, weil sie eine einfache Herangehensweise an die Deutung ermöglicht.

## Sechs Leitlinien



Stell dir vor, du hättest diesen Traum geträumt:

Ich steuerte ein Raumschiff durch eine gebirgige Landschaft. Immer wieder musste ich Bergen und Hügeln ausweichen. Einige dieser Berge waren beschädigt. Ich wusste, meine Mission war es, dafür zu sorgen, dass nicht auch noch die anderen Berge und Hügel zugrunde gingen. Plötzlich bemerkte ich, wie unter mir Wasser aufstieg. Ich aktivierte die Pumpe meines Raumschiffes und begann mit dem Abpumpen. Doch das Wasser stieg immer höher, und ich musste mit dem Raumschiff immer höher fliegen, um den Wassermassen auszuweichen. Schon überspülten sie viele Berge und Hügel. Ich war ganz verzweifelt und wusste nicht, was ich tun sollte, um meine Mission zu erfüllen. Die Pumpe arbeitete auf Hochtouren. Da kam der Kapitän des Raumschiffes zu mir und sagte: „Du brauchst Hilfe, allein schaffst du es nicht.“ Das Wasser stieg und stieg – und dann wachte ich auf.



Dies war ein Traum mit einer Warnung zu einem körperlichen Problem. Behalte das im Hinterkopf, während wir im Folgenden üben werden, wie man den Handlungsfaden eines Traumes herausarbeitet. Vielleicht kommt dir ja beim Bearbeiten der Übungen eine Idee, zu welcher Deutung die Träumerin gelangt ist?

## 1. Leitlinie: Schlüsselwörter suchen

Schreibe Schlüsselwörter auf, so viele, wie du meinst. Oft ist es schwierig, den Handlungsfaden sofort zu entdecken. Schlüsselwörter sind da sehr hilfreich, denn damit konzentrierst du deine Aufmerksamkeit auf das Wesentliche. Welche Schlüsselwörter könntest du für diesen Traum nehmen? Schreibe sie in die Leerzeilen.

### Schlüsselwörter

Schlüsselwörter nennt man Wörter eines Textes, die als **Leitmotiv** dienen und die **Kernaussage des Textes wiedergeben**. Sie kommen meist öfter im Text vor. Im vorliegenden Traum wären das zum Beispiel: Raumschiff steuern, Mission, usw.

---

---

---

---

---



## 2. Leitlinie: Aktionswörter suchen

Suche nach Aktionswörtern, also Wörtern, die eine Handlung oder einen Vorgang beschreiben. Was passiert im Traum? Lies den Traum noch einmal durch. Unterstreiche wichtige Verben bzw. Satzteile und schreibe sie dann in die nachfolgenden Leerzeilen. Beispiele könnten sein: steuerte, Wasser aufstieg, aktivierte, ...

---



---



---



---

## 3. Leitlinie: Verallgemeinern

Verallgemeinere. Viele Symbole können für unterschiedliche Dinge stehen. Benutze für deinen Handlungsfaden deshalb allgemeine Wörter wie *jemand*, *etwas*, *Dinge*, *Sache usw.* Sie geben dir mehr Flexibilität, wenn du versuchst, den Handlungsfaden mit einem Aspekt deines aktuellen Lebens zu verbinden. Hier brauchst du viel Übung, denn es ist gar nicht so leicht, bestimmte Substantive verallgemeinernd wiederzugeben. So kann zum Beispiel ein Kapitän zu „jemand mit Autorität“ werden. Oder ein Raumschiff könnte „etwas zum Fliegen, etwas zum Erkunden“ oder einfach ein „fliegendes Ding“ sein. Wichtig ist, dass die Eigenschaft des Symbols bewahrt bleibt.

Versuchen wir es. Wenn dir nichts einfällt, lasse die Zeile einfach frei. Vielleicht möchtest du später noch einmal zurückkommen und es erneut versuchen.

Traumfigur/Symbol	Verallgemeinernder Begriff
Ich	jemand
Berge	etwas Hohes
Mission	
Wasser	
Pumpe	

Jetzt versuchen wir, damit eine ganze Formulierung zu bilden. Du kannst dir dabei die Beispielträume, die wir bislang im Kurs kennen gelernt haben, nochmal vor Augen führen und dich an ihnen orientieren. Beim Kapitän könnte die Formulierung lauten: „Jemand mit Autorität gibt mir einen Rat“. Im Fall des Raumschiffs könnte die Formulierung lauten: „Ich steuere ein fliegendes Ding“.

Traumfigur/Symbol	Verallgemeinernder Begriff
Ich	jemand schafft etwas nicht allein
Berge	etwas Hohem wird ausgewichen / ich weiche etwas Hohem aus
Mission	
Wasser	
Pumpe	

#### 4. Leitlinie: Traum nicht sofort deuten

Widerstehe der Versuchung, den Traum schon zu deuten, auch wenn er dir offensichtlich scheint. Die Methode mit dem Handlungsfaden scheint manchmal mühselig, ist jedoch sehr wirkungsvoll: Sie hilft dir, einen Bereich in deinem Wachleben zu finden, der dem Thema deines Traums entspricht. Dadurch werden die Ergebnisse präziser.

#### 5. Leitlinie: Sich kurz fassen

Versuche, den Handlungsfaden deines Traums zu formulieren. Fasse dich dabei kurz. Fünf bis zwölf Wörter reichen völlig aus.

Dein Handlungsfaden für diesen Traum könnte wie folgt lauten:

„Ich versuche, eine Katastrophe zu verhindern, schaffe es aber nicht allein.“

oder:

„Jemand gerät auf seinem Weg in Schwierigkeiten und braucht Hilfe.“

Ein zu langer Handlungsfaden könnte sein:

„Jemand versucht, mit einem fliegenden Objekt etwas vor Überflutung zu retten und ihr wird geraten, Hilfe zu suchen.“

Versuche, einen oder zwei kurze Handlungsfäden zu finden:

---



---



---



---

Wenn dein Handlungsfaden mehr als fünf bis zwölf Wörter umfasst, versuchst du vielleicht unbewusst, deinen Traum schon zu deuten. Oder du willst zu viel einbringen. Oder hat dein Traum vielleicht sogar mehrere Handlungsfäden? Dann schau dir den Traum nochmal an und überlege, ob du ihn vielleicht in zwei oder drei Szenen unterteilen könntest, damit die Deutung einfacher wird. Der obige Traum kann als entweder in einer Szene gefasst gesehen werden, man könnte ihn aber auch in die drei folgenden Szenen aufteilen:

- a) Ein Raumschiff wird gesteuert.
- b) Außerhalb des Raumschiffs steigt Wasser auf.
- c) Der Kapitän gibt einen Rat.

Schauen wir uns *Szene a)* an: „Ein Raumschiff wird gesteuert.“

Zunächst suchen wir die **Schlüsselwörter**. Nehmen wir doch einfach mal „Raumschiff steuern, beschädigt, Berge, Mission“.

Dann kommen die **Aktionswörter**, zum Beispiel „steuern, ausweichen, zugrunde gehen“.

Nun die **Verallgemeinerung**: „Etwas wird von jemandem gesteuert, um eine Sache zu retten.“

Der **Handlungsfaden** könnte also lauten:

„Ich bin unterwegs, um eine Rettungsmission zu erfüllen.“

Möchtest du es jetzt versuchen?

Szene	Leitlinie	Wörter/Sätze
b) Außerhalb des Raumschiffs steigt Wasser auf.	Schlüsselwörter	
	Aktionswörter	
	Verallgemeinerung	
Gefundener <b>Handlungsfaden</b> :		
<hr/>		
<hr/>		

Szene	Leitlinie	Wörter/Sätze
c) Der Kapitän gibt einen Rat.	Schlüsselwörter	
	Aktionswörter	
	Verallgemeinerung	
Gefundener <b>Handlungsfaden</b> : <hr/> <hr/>		

## 6. Leitlinie: verschiedene Formulierungen verwenden

Versuche es mit verschiedenen Formulierungen. Bleibe flexibel. Vielleicht findest du, dass der erste von dir gefundene Handlungsfaden, den du aufschreibst, keine gute Deutung ermöglicht, die zu den für dich wichtigen Bereichen deines Lebens passt. Dann gehe nochmal zurück und betrachte den Traum aus einem anderen Blickwinkel. Vielleicht ist ein dir wichtig erscheinender Teil des Traums doch nicht so wichtig? Übung macht bekanntermaßen den Meister beziehungsweise die Meisterin, und schneller als du denkst, wirst du in der Lage sein, gleich beim ersten Mal eine Verbindung zwischen dem Handlungsfaden und deinem Wachbewusstsein herzustellen.

Auf diesen Traum angewandt: Wie lautet dein erster gefundener Handlungsfaden, wenn du den Traum als Ganzes nimmst, das heißt, wenn du nur eine Szene zugrunde legst und nicht drei? Schreibe ihn auf:

Erster gefundener Handlungsfaden:

---



---

Gibt es deiner Meinung nach eventuell noch andere Formulierungen, die besser passen könnten? Dann schreibe sie bitte auf.

Andere Formulierung/en:

---



---



---

Hast du jetzt, nachdem du die Übungen gemacht und einen Handlungsfaden gefunden hast, vielleicht eine ungefähre Idee, zu welcher Deutung die Träumerin gelangt sein könnte?

Dann schreibe sie hier auf:

---

---

---

---

## Deutung und Handlung der Träumerin

Die Träumerin des Traumes, mit dem wir eben gearbeitet haben, ahnte, was der Traum ihr sagen wollte. Ihr Handlungsfaden war dieser:

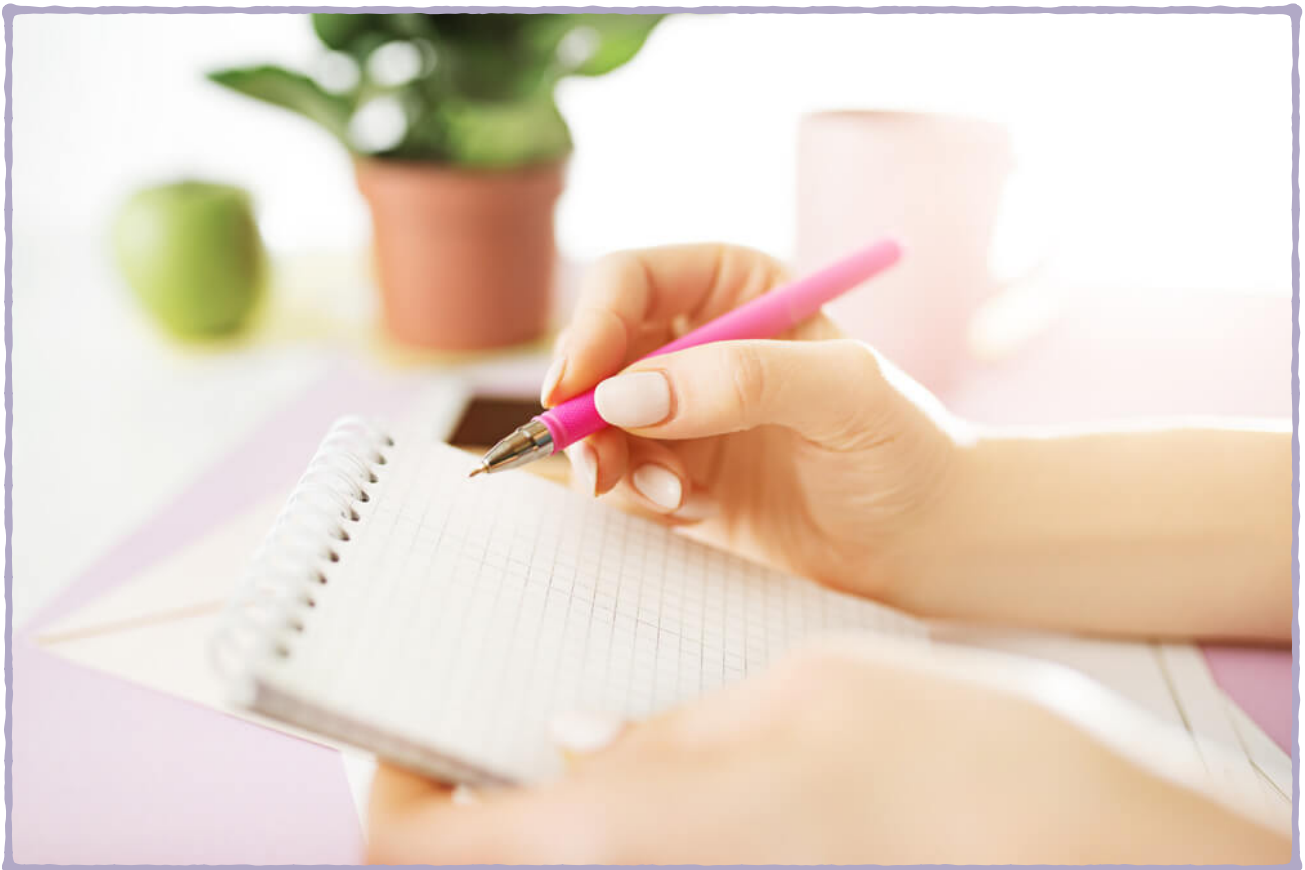
„Ich versuche, etwas zu bewahren, schaffe es aber nicht allein.“

Und hier ist die Deutung und die sich anschließende Handlung der Träumerin, bezogen auf ihr körperliches Problem:

„Schon längere Zeit hatte ich ein starkes Ziehen in den Zähnen bemerkt, den Zahnarztbesuch aber immer verschoben und versucht, mir selber zu behelfen. Ich Sorge gut für meine Zähne und achte sehr darauf, sie zu erhalten. Leichte Schmerzen hatte ich bisher immer gut in den Griff bekommen. Doch es schien, als ob ich diesmal nicht so leicht davonkommen würde. Ignorierte Schmerzen können schnell unerträglich werden. Also befolgte ich den Rat des ‚Kapitäns‘ und ging zum Zahnarzt. Dieser stellte Sekundärkaries unter einer Krone und einen befallenen Zahnnerv fest, der eine Wurzelbehandlung erforderlich machte. Wie gut, dass mich mein Traum gewarnt hatte!“

## Optionale Aufgabe:

Wenn du schon einen Traum oder Träume von dir aufgeschrieben hast, versuche, anhand der oben aufgeführten Leitlinien einen Handlungsfaden zu finden und deinen Traum oder deine Träume zu deuten. Wenn du schon mehrere Träume aufgeschrieben hast, suchst du dafür am besten erst einmal einen Traum aus.



## Erstelle ein Wörterbuch deiner eigenen Traumsymbole

Dein Unterbewusstsein hat den bestmöglichen Weg gefunden, um mit deinem Bewusstsein zu kommunizieren: die Sprache der Symbole. Obwohl Symbole allgemeiner Natur sein können, haben sie für jeden Menschen eine mehr oder weniger abweichende Bedeutung. Ein Baby ist zunächst einmal ein kleiner Mensch. Doch dann fängt es schon an: Bei den einen weckt es mütterliche Gefühle, bei den anderen ein Gefühl der Einschränkung der eigenen Freiheit. Für die einen bedeutet es eine Last, für die nächsten Verantwortung, für wieder andere bedeutet es etwas von größtem Wert. Wenn jemand also von einem Baby träumt, hängt die Bedeutung des Symbols/Bildes davon ab, was für eine *Einstellung* die Person zu diesem Bild hat.

Leider kommen nicht alle Traumsymbole in unserem [Lexikon der Traumsymbole](#) (oder in anderen vergleichbaren Lexika) vor. Oder du findest den Begriff, den du suchst, doch du kannst so gar nichts mit der Beschreibung anfangen. Also kannst du versuchen, deine eigene Deutung zu finden. In diesem Kurs stehen dir [Druckvorlagen](#) zur Verfügung, mit denen du das Wörterbuch ergänzen und die du ganz nach Belieben mit deinen eigenen Traumsymbolen füllen kannst. Aber wie findest du die persönliche Bedeutung eines Traumsymbols heraus?

Lasse uns dazu einige Methoden ausprobieren, die von Leuten entwickelt wurden, die sich intensiv mit Träumen auseinandergesetzt haben.

## Reichere deine Traumhalte an

Hier greifen wir auf die bewährte Technik der freien Assoziation von Carl Jung zurück, die er in seinen „Gesammelten Werken“ vorschlägt. Bei dieser Methode lässt du beschreibende Wörter und Gefühle spontan in deine Gedanken kommen.



Stelle dir vor, du hättest dies geträumt:

„Hinter mir war ein Bär. Ich schaute über die linke Schulter und sah ihn auf seinen Hinterbeinen sitzend mit ausgestreckten Vorderpfoten. Ängstlich fragte ich mich, ob der Bär mich angreifen oder umarmen wolle.“



Fange mit dem Handlungsfaden an:

---

---

Passt der Traum zurzeit scheinbar nicht in dein Wachleben? Dann versuche aufzuschreiben, was du ganz persönlich mit einem Bären assoziiert. Welche Vorstellungen und Gefühle kommen in dir hoch, wenn du an das Wort „Bär“ denkst? Zum Beispiel:

Ein Bär ist stark.

Ein Bär ist groß.

Ein Bär kann angreifen.

Ein Bär \_\_\_\_\_.

Ein Bär \_\_\_\_\_.

Ein Bär \_\_\_\_\_.

Ein Bär \_\_\_\_\_.

Ein Bär \_\_\_\_\_.

Jetzt stelle dir die folgenden fünf Fragen zum Symbol. Die Fragen sind den Büchern „Living Your Dreams“ von Gayle Delaney und „Awakening the Dreamer“ von G. Scott Sparrow entnommen. Du kannst sie für alle Symbole (Gegenstände, Personen, Orte oder Tiere) verwenden, die in deinen Träumen erscheinen.

1. Was ist ein Bär?

---

2. Was macht ein Bär?

---

3. Woran erinnert mich ein ein Bär?

---

4. Was mag ich an einem Bären?

---

5. Was mag ich nicht an einem Bären?

---

Vielleicht sind von diesen vielen Assoziationen nur ein oder zwei wirklich hilfreich für deine persönliche Traumdeutung. Doch mit dieser Methode kannst du ein Gespür dafür entwickeln, was relevant ist und was nicht.

„[...] Was das wilde Tier betrifft, das vom Bär dargestellt wird: Dieses kann unter bestimmten Umständen sehr zerstörerisch sein, in anderen Phasen seines Bewusstseins verspielt, und so sanft, liebevoll und beschützend, dass es in jeder Hinsicht zum Besten der Person ist [...].“

Edgar Cayce, Reading 900-322

Bei Edgar Cayce steht ein Bär für das, was zwei Seiten hat: eine zerstörerische und eine sanfte, verspielte, liebevolle (Reading 294-87). In diesem Fall ging es bei der Träumerin um eine Entwicklungsphase im Hinblick auf eine bestimmte Gruppe von Menschen, und der Bär stand sowohl für die Leute, die die Träumerin liebevoll und sanft unterstützten, als auch für diejenigen, die Wahrheiten oder Lektionen ablehnten.



## Lasse dich interviewen

Diese Technik stammt von Gayle Delaney. Hier geht es um Fragen, die dir eine hypothetische Person von einem anderen Planeten stellt. Diese Person weiß nichts über die Erde. Sie stellt dir sieben Fragen. Versuche, dich von allen gewohnten Vorstellungen zu lösen und das Symbol nur aus deiner Sicht zu beschreiben. Diese Fragen kannst du für alle Symbole verwenden, die in deinen Träumen erscheinen: Gegenstände, Personen, Orte oder Tiere.

Hier die sieben Interview-Fragen:

1. Was ist ein Bär?

---

2. Welche Person würde einen Bären verwenden oder sich auf irgendeine Weise damit beschäftigen?

---

3. Wie wird ein Bär hergestellt?

---

4. Was für einen Gewinn zieht man aus einem Bären?

---

5. Welche Probleme bringt ein Bär so mit sich?

---

6. Welchen Vorteil hat es, einen Bären zu haben?

---

7. Welchen Nachteil hat es, einen Bären zu haben?

---

8.

---

9.

---

10.

---

Vielleicht fallen der Person vom anderen Planeten weitere Fragen ein. Wenn ja, ergänze diese oben in die dafür vorgesehenen leeren Zeilen, und die Antwort gleich dazu.

## Werde dein Symbol

Diese Methode wurde von Fritz Perls als Teil der Gestalttherapie entwickelt. Bei dieser Methode wirst du zu deinem Symbol, das heißt, du siehst die Welt mit den Augen deines Traumsymbols: des Gegenstands, der Person, des Ortes oder des Tieres.

Hilfreich sind hier die folgenden drei Fragen. Mache es dir an einem ruhigen Ort bequem, entspanne dich und stelle sie dir dann selbst oder lasse sie dir von einer anderen Person stellen. Wichtig ist, dass sie mehrfach gestellt werden, denn die tiefe Ebene erreichst du vermutlich nicht gleich bei der ersten Antwort. Gehe die Fragen also einmal ganz durch und wiederhole dann den Vorgang noch zwei Mal.

Stelle dir vor, du bist **ein Bär**:

1. Was empfindest du als Bär bei dem, was im Traum geschieht? Spüre tief in dich hinein.

---

---

---

2. Wie empfindest du dich selbst als Bär? Spüre auch hier tief in dich hinein.

---

---

---

3. Was möchtest oder wünschst du dir als Bär? Suche tief in dir drin.

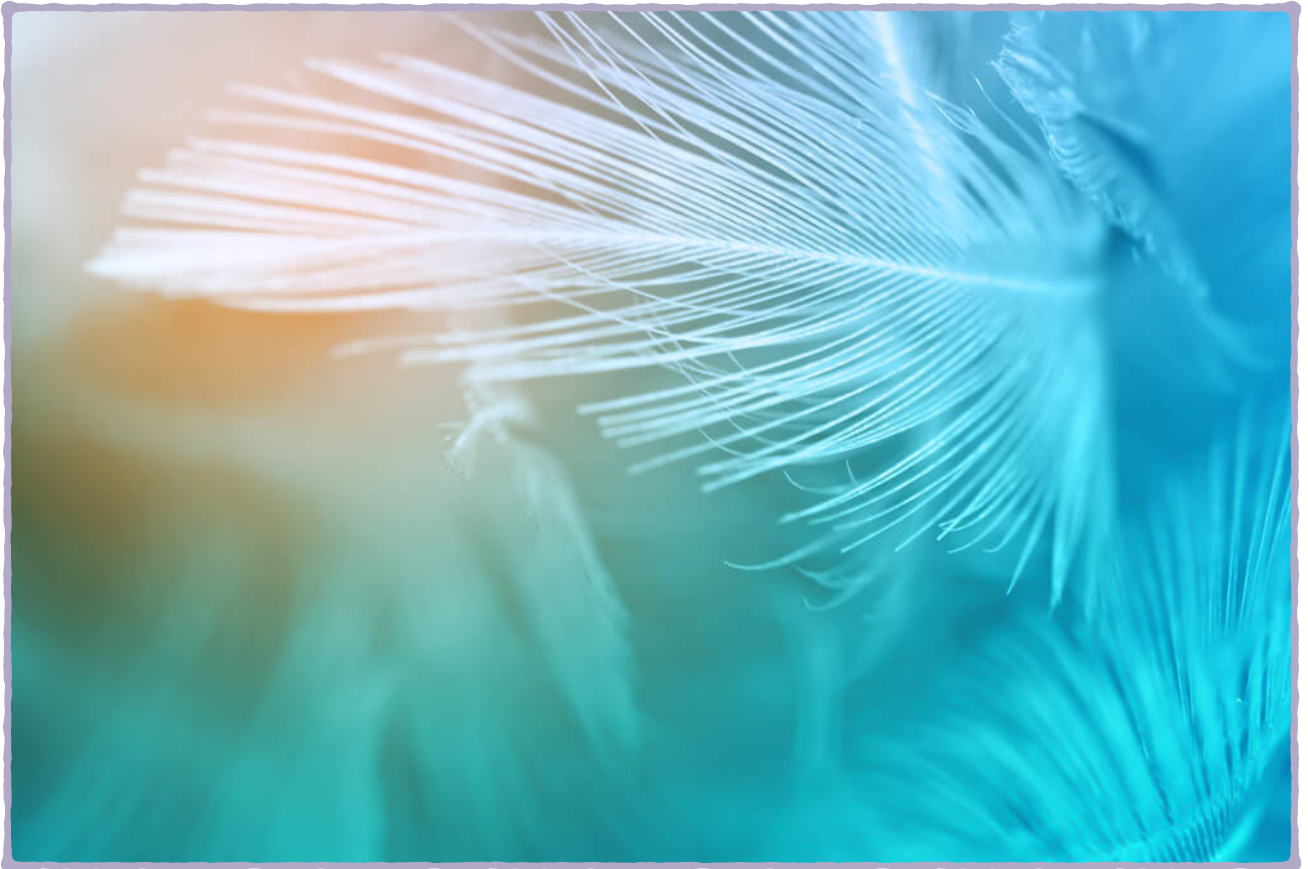
---

---

---

Hinweis: Für diesen Teil des Kurses gab das Buch des Cayce-Schülers Mark Thurston [„Dreams - Tonight's Answers for Tomorrow's Questions“](#) fast alle Anregungen.

## Sechs abschließende Tipps für die Traumarbeit



Aus den Trance-Readings von Edgar Cayce lassen sich sechs für die Traumarbeit wichtige Punkte ableiten, die ich dir zum Abschluss noch einmal als Liste mitgeben möchte:

1. Übernehme die Verantwortung für das, was du aus einem Traum lernst.
2. Die wirkliche Deutung eines Traums liegt in der *Anwendung* der gewonnenen Einsichten.
3. Deine Träume beziehen sich meist auf die Bereiche in deinem Leben, denen du im Wachzustand die größte Aufmerksamkeit widmest.
4. Ein Traum kann mehrere Bedeutungen haben.
5. Wiederkehrende Träume sind besonders bedeutsam.
6. Deine Ziele, Beweggründe und Werte - Edgar Cayce nennt sie „Ideale“ - spielen eine entscheidende Rolle dabei, wie deine Träume beschaffen sind.



## Schlussworte

Hiermit sind wir am Ende unseres Traumdeutungskurses angelangt. Ich gratuliere dir von Herzen, denn du hast den ersten Schritt auf diesem selbstbestimmten Weg zu Selbsterkenntnis und Selbstbewusstsein getan! Die Unterlagen dieses Kurses können dir weiterhin sehr hilfreich sein, wenn du das Gelernte wiederholen oder vertiefen möchtest. Wichtig ist, dass du wirklich hartnäckig am Ball bleibst und dir selbst viel Zeit gibst.

Gefällt dir unser Traumdeutungskurs? Dann würden ich und mein Team uns sehr freuen, wenn du eine der folgenden Möglichkeiten nutzen würdest, um anderen von diesem kostenfreien Angebot zu erzählen:

- Teile die Traumdeutungsseiten von Viabilia über Facebook, WhatsApp, Pinterest und Co, zum Beispiel diese Seite hier: [www.viabilia.de/traumdeutung/traumdeutungskurs/](http://www.viabilia.de/traumdeutung/traumdeutungskurs/).
- Vielleicht möchtest du in einer E-Mail an Freund:innen mit obigem Link auf dieses kostenfreie Angebot hinweisen?
- Wenn du uns eine besondere Freude machen möchtest, verlinke von deiner Homepage auf Viabilia generell oder auf eine der Traumdeutungsseiten direkt.

All dies ist selbstverständlich freiwillig, aber wir wären sehr glücklich darüber!

Nun wünschen wir dir aufschlussreiche, hilfreiche und erfüllende Träume für das Leben, das du dir erträumst!

Es grüßt dich herzlich

Betina Graf und das Viabilia-Team