



# Träume sind unsere Wegweiser

## Tagesseminare

**Traum Deutung nach dem Spiegelprinzip**

---

**Delphin Healing GmbH Spättrain 11 . CH-5037 Muhen**

**☎ 062/723 04 47 . 📠 062/723 08 62**

**[www.delphin-healing.ch](http://www.delphin-healing.ch) . ✉ [info@delphin-healing.ch](mailto:info@delphin-healing.ch)**

## **Kursinhalt / Lernziele**

In einer kleinen Gruppe von 4 – 8 Personen lernen wir, eigene Träume zu übersetzen und zu interpretieren. Das Traumgeschehen kann erst dann verstanden werden, wenn wir einen Bezug zur Alltagsrealität herstellen können. Jeder Teilnehmer lernt dabei, seine eigene, persönliche und individuelle Traumdeutung kennen. Auch ist es wichtig, die gewonnene Erkenntnis umzusetzen. Dies wird im Seminar erarbeitet.

## **Themen:**

- **Traumdeutung nach dem Spiegelprinzip**

Das Spiegelprinzip ermöglicht, dass wir von unseren Träumen klare Botschaften über unser Leben, unsere Stärken und Schwächen –aber auch unsere Fehler und mögliche Lösungen erhalten. Jeder träumt in seiner eigenen, individuellen, traumspezifischen Sprache, welche es zu entschlüsseln und zu verstehen gilt. Wenn z.B. zwei Menschen von einem Tiger träumen, bedeutet der Tiger nicht zwingend für beide das gleiche. Es ist sogar so, dass beim Träumenden selbst, also bei ein und derselben Person je nach Traumsituation, das Symbol des Tigers etwas anderes bedeuten kann. Mit dem Spiegelprinzip lernen wir, dies treffsicher zu entschlüsseln und die Sprache der Seele zu verstehen.

- **Übungen zur Förderung der Traumerinnerung**

Wieso können sich manche Menschen an ihre Träume erinnern und andere nicht? Was kann man tun, um sich besser an die Träume zu erinnern?

- **Umgang mit Alpträumen und angstbesetzten Träumen**

Dieses Thema kann in diesen Tagesworkshop einfließen, wird aber auch als Tagesseminar angeboten, so wir dann tiefer in das Thema einsteigen können.

- **Träume als Wegweiser bewusst nutzen**

Hierzu zählt auch: Wie kann ich gezielt Informationen für Probleme, Schwierigkeiten und Antworten auf Fragen von meinen Träumen erhalten.

**Kursleitung:** Sandra Jörg-Flury

1988 – 1991 Ausbildung zur praktischen Psychologin mit Diplomabschluss. Weitere Aus- und Weiterbildungen folgten; u.a. in Tibetischer Medizin, Trauma Therapie und Systemische Aufstellungsarbeit. Abschluss als Naturärztin (2001). Eigene Praxis seit 1991 und seit 1992 als Kursleiterin und Dozentin tätig. SVEB Zertifikat.

*Jeder Mensch kann seinen eigenen Traum besser deuten als irgendein anderer, weil er Symbole setzt, die aus der Tiefe seines Unterbewusstes stammen. Es ist wichtig, seinen Traum selbst zu verstehen, denn Träume können aufwecken und dem Leben eine neue Richtung geben.*

*Jeanne Ruland*

## **Träume sind Boten der Seele**

**Eine der Hauptaufgaben des Traumes ist es, unser seelisches Gleichgewicht wiederherzustellen.** Unsere Emotionen stehen am intensivsten mit dem Träumen in Verbindung. Besonders unterdrückte Emotionen werden im Traumkörper wieder geweckt. So bekommen wir eine Möglichkeit, unsere Gefühle und Emotionen zu kanalisieren, und können das Gleichgewicht unserer Seele wieder herstellen.

**Träume sind für unsere Gesundheit äusserst wichtig.** Würde man einen Menschen am Träumen hindern (jeder Mensch träumt, ob er sich daran erinnern kann oder nicht), so würde er verrückt werden. Auch stärkt das Träumen unser Immunsystem.

**Der Traum ist ein Spiegelbild unseres Bewusstseins.**

Der Traum ist wie ein Spiegel, der uns unsere gegenwärtige, persönliche Situation zeigt. Der Spiegel kann nur das wiedergeben, was vorhanden ist, nämlich die momentane Wirklichkeit. Ein Spiegel neigt aber auch dazu, die Realität verzerrt darzustellen, oder es kann wie im Spiegelkabinett übertrieben wiedergegeben werden, um uns aufzurütteln, Auf jeden Fall, ist der Spiegel immer ehrlich.

**Wann ist es besonders hilfreich, einen Traum zu deuten?**

- Wenn man immer wieder den gleichen, oder ähnlichen Traum träumt
- Wenn man einen Traum nicht vergessen kann
- Wenn ein Traum beunruhigend oder beängstigend ist
- Wenn man eine Lösung für ein Problem sucht
- Wenn man an sich arbeiten und/oder sich verändern will