Inhaltsverzeichnis

Einleitung 3

I. Die Geschichte des Verstehens der Träume 5

Der Traum im Altertum und Mittelalter 5
Ägypten 5
Mesopotamien 10
Griechenland 12
Rom 24
Der Talmud 27
Die Bibel 32
Arabien 36
Europa vom Mittelalter zur Neuzeit 39

Der Traum bei und seit *Sigmund Freud* 47
Die Forschungen *Sigmund Freuds* 47
Die Leistungen der Traumarbeit 52
Größe und Grenzen der Psychoanalyse 56
Einige Forscher nach *Sigmund Freud* 61

Der Traum in der Forschung der modernen Naturwissenschaft 68
Die physiologische Traumforschung 68
Die biologische Traumforschung 74
Die chemische Traumforschung 75
Die inhaltliche Traumforschung 77
Die statistische Traumforschung 79
Die psychiatrische Traumforschung 81
Die moderne Hypnoseforschung und ihr Beitrag zum Verständnis der Träume 83
Beispiele von „hypnotischer" und „autogener" Imagogik 85

II. Psychologie und Praxis des Verstehens der Träume 91

Die Selbstanalyse der Träume 91
Das Träumen als Heilungsweg der Seele 91
Die Technik der Selbstanalyse der Träume 92

Die Traumserie als Längsschnitt und Entwicklungsgeschichte der Persönlichkeit 112
Die Traumsammlung als Querschnitt durch verschiedene Menschengruppen 121

Die Ergänzung der Träume durch Tagesphantasien (Wachträume) . . 136
Häufigkeit 136
Begriff und Wesen der Tagträume 136
Inhalt und Klassifikation 141
Ursachen und Motive 143
Die positive Bedeutung 144
Die neutrale Bedeutung 151
Die negative Bedeutung 153

Die Traum-„Ebenen" von besonderer Wichtigkeit für die Selbstanalyse 163
Kindheitserinnerungen 163
Sexuelle Erfahrungen und Wünsche 169
Religiöses Erleben und Sehnen 176
Fragen zur Religiosität 187

Schluß 188

Literatur 193

Namenverzeichnis 196

Sachverzeichnis 198