Автор: Frosthammer
19.11.2009 22:03 -

Опасный сон

Вопрос. Представляют ли осознанные сновидения опасность для человека?

Ответ. Подавляющее число осознанных сновидений представляют собой переживания, положительные в гораздо большей степени, чем простые сны (не говоря уже о кошмарах). Тем не менее, мы допускаем, что существуют люди, которых осознанные сновидения могут напугать или сильно обеспокоить, поэтому и не рекомендуем заниматься ими всем подряд. С другой стороны, мы абсолютно уверены, что для людей нормального психического склада осознанные сновидения совершенно безвредны. Разные люди используют осознанные сновидения в разных целях, и не всегда самым лучшим образом, однако это не должно отвлекать исследователей сна от работы над проблемой.

Если после прочтения первых шести глав этой книги у вас все еще останутся серьезные сомнения относительно осознанных сновидений, то вам больше не стоит трудиться. "Будьте откровенны с самими собой". Убедитесь только, что вы откровенны именно с собой. Не поддавайтесь чужим страхам.