Автор: Flamewarden
20.01.2009 11:05 -

Осознанные сновидения. Приключения во сне

Первое осознанное сновидение, которое я могу ясно вспомнить, относится к пяти- или шестилетнему возрасту. Мне приснилось, будто я лечу вокруг Земли на ракете, которую я сделал из мусорного контейнера. Дно было стеклянным, и в полете мне открывался прекрасный вид на мир. Когда пришло время приземляться (моя ракета не была для этого приспособлена), то я сказал себе: "Пора вставать," -- и проснулся. Хотя иногда я подлетал к земле рискованно близко, я не боялся возможной катастрофы, потому что знал, что сплю и в любое время могу проснуться. Этот сон подарил мне много радости, которую я ощущал почти полгода. (К.М., Ратдрум, Айдахо)

Каким удивительным открытием было для меня прочитать сегодня статью о ваших исследованиях осознанных сновидений! Всю свою жизнь я летала во сне, и крылья моего воображения пронесли меня сквозь множество необычайных приключений. Я разговаривала с медведями, собаками, енотами и совами; я плавала с дельфинами и китами, дыша под водой, как рыба. (А.Г., Чико, Калифорния)

Я астроном и горжусь своим умением тщательных наблюдений. Мне хотелось бы внести свой вклад в изучение состояния сна. Я спас Землю от ядерной войны, Галактику от взрыва ее ядра, Вселенную от тепловой смерти. Я десятки раз перевоплощался другой личностью и имел другое тело, живя в разные времена, от древности до технотронного будущего. Один из самых интересных сюжетов возникал в моих сновидениях на протяжение более пяти лет. В нем я жил в очень далеком будущем, в теле, которое очень сильно отличалось от моего нынешнего. В этой "вложенной" жизни я тоже засыпал и, что интересно, хотя осознанных снов я при этом не видел, каждый раз, пробуждаясь из такого "вложенного" сна, я мгновенно осознавал, что нахожусь в осознанном сновидении и решал остаться в нем. Все это происходило в далеком будущем, когда Луна распалась на красивые разноцветные кольца, которые я с женой и маленькой дочкой наблюдал прохладными вечерами. (С.К., Эль-Пасо, Техас)

Человеческое сознание является неисчерпаемым источником приключений. Оно создает волшебные сказки и научную фантастику, фантазии и галлюцинации (и кошмары!). Великие сказочники встречаются редко, но каждый из нас способен переживать прочитанное и, удовлетворяя потребность в острых ощущениях, придумывать собственные сюжеты. Классическая сказка Джеймса Тербера "Тайная жизнь Уолтера Митти" предлагает нам американский образец "комнатного" искателя приключений.

Уолтер Митти -- кроткий и незаметный в обыденной жизни, в своих фантазиях был героем. Каждый из нас, кроток он в повседневности или нет, может быть героем в своих сновидениях. Многие из писавших нам людей отмечали, что свой первый опыт

осознанных сновидений они, как дети, использовали для увлекательных приключений, представляя себя конными рыцарями, принцессами или космонавтами. Подобные возможности пригодятся тем, кто в глубине души любит приключения, или же тем, кто просто хочет острых ощущений.

Некоторые из наших корреспондентов сообщали, что они неделями регулярно проводили ночи в приключениях, -- как некоторые проводят жизнь за чтением рассказов о путешествиях, фантастики или вестернов. Способность сопереживать персонажам фантастических историй дает первичный материал, на основе которого строятся наши личные приключения. Для начала можно представить себя Айвенго или Мата Хари в тех ситуациях, о которых вы читали или видели в кино. Но в отличие от них, ваше приключение будет развиваться независимо, получая новое продолжение каждую ночь или каждый БДГ-период.