Автор: Thoundefined
03.10.2008 15:02 -

Осознанные сновидения. Секс в сновидениях

Как и следовало ожидать в свободной стране, тема секса очень часто встречается в осознанных снах людей. Согласно психологу Патриции Гарфилд, опытной сновидице и известному автору книг о сновидениях, "оргазм является естественной частью осознанных сновидений: мой личный опыт убеждает, что осознанное сновидение оргазмично". По ее словам, две трети ее осознанных снов так или иначе связаны с сексом, и примерно половина из этой доли завершается оргазмом, который не хуже, или даже лучше, чем переживаемый наяву. В "Пути к экстазу" Гарфилд описывает свои оргазмы в осознанных сновидениях как переживание "глубочайшей" интенсивности; она ощущала также "единство тела и духа, сотрясаемое взрывами чувств ... которое лишь изредка бывает в состоянии бодрствования".

Интенсивные проявления сексуальной активности в осознанных сновидениях имеют как психологические, так и физиологические причины. Что касается физиологии, то наши исследования в Стэнфорде показали, что осознанные сновидения случаются во время очень активной фазы БДГ-сна, связанной с усилением вагинального кровотока или эрекцией пениса. Эти физиологические факторы, а также отсутствие во сне каких бы то ни было социальных ограничителей, делают секс в осознанных сновидениях частым явлением.

Данные открытия дают возможность использования осознанных сновидений в качестве нового терапевтического средства сексологами, а также новую надежду людям, страдающим различными формами психосексуальных расстройств (некоторые виды импотенции, преждевременная эякуляция, труднодостижимый оргазм и т.д.). Как и многие новые идеи, основанные на открытиях осознанно сновидящих, данная идея еще не проверена и ждет своих исследователей. Тем не менее, почти очевидно, и это демонстрируется вторым из приведенных выше примеров, что осознанные сновидения могут помочь в решении сексуальных проблем заключенным в тюрьмах, работающим в изоляции или тем, кто не может разрешить их по-другому ввиду физических недостатков.

Значимость секса в сновидениях сильно варьирует для различных людей. Для одних это просто приятный отдых, для других — залог целостности личности. Иногда это может даже послужить поводом для размышлений, как, например, в случае Сэмюэля Пеписа, записавшего в своем дневнике 15 августа 1665 года следующий сон:

... Я держал в объятиях леди Кастлмейн, и она позволяла делать с ней все, что я хочу. Но затем я понял, что это может быть только во сне, и каким счастьем было бы нам умереть в этот миг величайшего наслаждения. ... Сны бывают разными, но после таких,

как этот, не стоит так уж бояться смерти, как это делают люди в наше чумное время.