



[Eve Frances Lorgen](#)

Prijevod: [Galaksija](#)

"Imao si samo jedan veoma ružan san." Psiholog je smirivao mladića.

Sedamnaestogodišnjak se ozlojeđeno suprostavljao, "Ne, ne, to nije bio prokleti san!"

Odgovor koji je pobijao mladićev doživljaj otmice od strane vanzemaljaca, nije ga sprečavao da vjeruje svom instiktu.

Trideset godina kasnije i mnogo zreliji, taj čovjek, Derrel Sims, sada je Načelnik za Fizička Ispitivanja organizacije Houston UFO Network (HUFON). Derrel Sims i njegov multidisciplinarni tim konsultanata istražuju i proučavaju razne aspekte fenomena otmica ljudi od strane NLO-a. Kao jedan od konsultanata, moje znanje i iskustvo me je navelo da ispitam tu podmuklu prirodu otmica od strane NLO-a, koja nalikuju na snove.

Iako se gorpemenuto objašnjenje psihologa u vezi sa Simsovim slučajem odnosi na događaj koji se desio prije 30 godina, takvi stavovi preovlađuju i danas. Žrtva otmica ("abductee") je jedan pojam koji se odnosi na one koji su oteti protiv svoje volje od strane vanzemaljske pojave. Neki od njih za sebe radije biraju pojmove kao što su "kontaktirani", "zvjezdana djeca" ili jednostavno "NLO učesnici".

Oni od učesnika koji su imali direktan kontakt s vanzemaljskim prisustvom često su sami najbolji eksperti kad se radi o razumijevanju fenomena otmica od strane NLO-a. Po mom profesionalnom mišljenju, za bolje razumijevanje fenomena otmica ljudi od strane NLO-a, potrebno je imati jednu kombinaciju ličnog iskustva sa vanzemaljskim prisustvom i smisla za jedno logičko i kritičko razmišljanje. Ukoliko smatrate da ste doživjeli otmicu od strane NLO-a a

nakon toga vam je rečeno, "To je bio samo ružan san," - razmislite još jednom.

Da bih vam predstavila prirodu otmica od strane NLO-a, koja nalikuje sjećanjima na neke snove, dopustite mi da opišem jedan istinski događaj koji se desio ženi po imenu Marcia (pseudonim) iz moje istražne grupe.

Jednog kasnog popodneva Marcia je krenula autom na jedan poslovni sastanak. Čekala je u koloni na jednoj prometnoj cesti kako bi se uključila na autoput. Otvorila je prozor na vratima auta kako bi provirila kroz njega napolje, i gore iznad sebe je ugledala ogromnu letjelicu kako lebdi nisko, tačno iznad njenog auta. Marcia je opisala tu letjelicu u smislu da je ona bila ogromna, velika skoro kao cijeli grad.<sup>1</sup> Sljedeća stvar koje se sjećala, uslijedila je jedan sat kasnije a to je da se nalazi na poslovnom sastanku, prilično dezorjentisana i sa žestokom glavoboljom. Marcijin poslovni kolega je glasno primjetio da je joj je lice blijedo i da je nekako neobično izgledala. Sljedećih nekoliko dana Marcia je imala jake glavobolje, nos joj je krvario i bila je prilično dezorjentisana u vezi s percepcijom vremena. Činilo joj se kao da joj je tijelo navijeno da se brzo "premotava unaprijed", (kao kad se magnetofonska traka stavi na "fast forward", prim. prem.) dok joj se istovremeno činilo da vrijeme oko nje prolazi usporeno.

Nokti su joj rasli brže nego što je normalno. Bilo joj je potrebno manje sna i budila bi se nakon neka tri ili četiri sata, imajući utisak kao da je već prošla cijela noć. Trećeg dana, Marcia je dobila upalu gornjih desni i počela osjećati jak bol, tako da je otišla kod stomatologa. On je pretpostavio da se tu radi o jednoj lokalnoj infekciji kao što je apsces i napravio je rentgenski snimak. Na snimku se pokazalo da se u njenim desnim nalazi jedan neobičan predmet. Prepostavljajući da se ipak radi o apcesu, stomatolog joj je propisao antibiotike i poslao je Marciju kući.

Tokom nekoliko narednih sedmica, Marcia je imala čudne snove o jednom visokom, mršavom i blijedom vanzemaljcu koji je podizao neki dugačak, metalni instrument prema njenom licu. Užasnuta od straha, Marcia bi vrištala a onda bi se potpuno gubila. Sanjala je i druge žene koje su takođe bile odjevene u kratke, bijele ogrtače bolničkog tipa, i kako ih visoki blijedi vanzemaljci transportuju u nekim velikim liftovima. Marcia je intuitivno znala u svom snu da se tu radi o jednoj "žetvi."

Njen gubitak orijentacije i problemi s pamćenjem trajali su oko sedam dana, međutim, Marcijini čudni snovi su se nastavili. Povremeno je imala užasne apokaliptične snove o masovnim katastrofama. U jednom snu Marcija je posmatrala ruševine nekog grada. Zgrade su bile porušene, u zraku se osjećao smrad nekog gasa, dok su po gradu lutale desetine ljudi u prljavoj i ofucanoj odjeći, u potrazi za vodom i hranom. Marcia je vidjela nekoliko malih vanzemaljskih bića u sivim kombinezonima i sa crnim kapama. Intuitivno je znala da ova bića predstavljaju "novu policiju". Glas kojeg je čula u snu takođe joj je poručio da napravi zalihe krepera i vode. Moraće se boriti, moliti i krasti vodu i hranu, tako da se pripremi za to.

Ova priča predstavlja samo jednu ilustraciju kako jedno sjećanje na stvarnu abdukciju ima prirodu sjećanja na snove. Sjećanja na otmice se često javljaju u obliku bljeskova, satima, danima, mjesecima pa čak i godinama nakon susreta s vanzemalcima. Neki ljudi se ne sjećaju ničega, osim "izgubljenog vremena" (vremena za kojeg ne znaju kako su ga proveli, prim.

prev.). Često se neko sjećanje samo nakratko pojavi i opet brzo biva zaboravljeno, kao kad čovjek zaboravlja neki san neposredno nakon buđenja. Zašto je to tako?

Da bi bolje razumjeli to zašto se vanzemaljske otmice često percipiraju kao snovi, i kako da se popravi sjećanje na njih, od koristi bi nam mogao biti jedan psiho-fiziološki pristup. Prilikom mog proučavanja sna, snova, promijenjenih stanja svijesti i lucidnog sanjanja, primjetila sam sličnosti između doživljaja otmica i stanja snova.

Normalno, čovjek ulazi u stanje sna progresivno prolazeći kroz relaksaciju kroz nekoliko različitih nivoa svijesti: faze 1,2,3,4 i rapidno kretanje očiju ili REM san. Snovi se javljaju u REM snu, a to se takođe označava i kao "paradoksalni san", jer uzorci moždanih valova podsjećaju na one koji se javljaju i u budnom stanju svijesti, osim što ovdje dolazi do opuštanja i paralize mišićnog tonaliteta.

Posebna stvar koja karakterizira REM san je paralizovan tonus mišića. Neki vjeruju da se tu radi o jednom prirodnom načinu zaštite organizma kako bi se spriječilo naše fizičko dejstvovanje kad nešto sanjamo, što bi naravno moglo biti štetno. Jedino volontarno kretanje prilikom REM faze sna je kretanje očiju i disanje.

Za vrijeme aktivacije REM sna, - zajedno sa istovremenom paralizom mišića, - kritičke sposobnosti mozga se isključuju. Ta njegova kritička osobina podrazumijeva sposobnost kontekstualnog razmišljanja uz pomoć samo-referentnih misaonih procesa. Drugim riječima, radi o jednoj budnoj svjesnosti za vrijeme sanjanja. Odsustvo te osobine kritičnosti za vrijeme normalnih stanja snova je razlog zašto prihvatamo bizarne i nerazumne radnje u našim snovima. Neuro-fiziološki, gubitak kritičkih osobina mozga se javlja zato što je za vrijeme REM stanja, snižen nivo aktivnosti aminergičkih neurona u produženoj moždini.

Kod lucidnog sanjanja, kritičke osobine mozga su uključene, dok je spavač još uvijek paraliziran u REM stanju sna. Istraživač lucidnih snova, Stephen La Berge Ph.D. otkrio je da je kod lucidnog sanjanja aktivnost centralnog nervnog sistema povećana.

U stanju snova, bilo lucidnih ili ne, vanjska senzorna percepcija je ograničena, dok unutrašnja senzorna percepcija primarno omogućava doživljajnu realnost. Kad to ne bi bilo tako, onda nam se naši snovi ne bi činili tako stvarnim. Ta stvarnost i živopisnost naših snova vjerovatno zavisi od stepena i inteziteta aktivacije neurona, u odnosu na vanjski senzorno-perceptualni "input". Kad se stišaju naši vanjski fizički osjećaji, onda se pojačava naša unutarnja percepcija kao što je mentalna imaginacija, relativno govoreći.

Jedan od razloga zbog kojih možemo vizualizirati imidže u "očima našeg uma" podrazumijeva aktivaciju nerava u epifizi, žljezdi koja je locirana u našem mozgu. Epifiza se smatra fiziološkom analogijom vidovnjačkog "trećeg oka." Interesantno je za pomenuti to da epifiza i oči sadržavaju u sebi istu vrstu nerava koji omogućavaju vizuelnu percepciju. Epifiza je odgovorna za unutarnju vizuelnu imaginaciju a oči za vanjsku optičku percepciju. U REM fazi sna senzorno unošenje podataka (npr., taktilnih, auditornih, optičkih) je uveliko spriječeno i suzbijeno, tako da tu interna vizuelna senzorna percepcija počinje da preovladava.

Dobro, kakve sve to može da ima veze sa iskustvima vanzemaljskih otmica? Mnoge žrtve

otmica izvještavaju o paralizi mišića koja je slična onoj koja se javlja u REM stadijuma sna, na samom početku doživljaja otmice.<sup>2</sup> Čovjek može da osjeća jedan čudan mir i da dobije osjećaj postojanja nekog elektriciteta u zraku. Žrtve ponekad primjećuju plavu ili bijelu svjetlost, čuju određene zvukove, imaju osjećaj kao da ih nešto prekriva jednim toplim prekrivačem, a prisutan je i osjećaj potpune paralize, osim što im ostaje sposobnost pokretanja očiju. 'Paraliza inducirana otmicom' često se javlja direktno za vrijeme budnog stanja, kad je čovjek potpuno svjestan, slično kao kad čovjek počne lucidno da sanja na javi.

Većina abdukcija se dešava direktno u spavaćoj sobi žrtve za vrijeme noći, dok se osoba nalazi u opuštenom stanju ili u snu. Nakon nastupanja paralize, žrtva otmice se može sjećati kako je bila iznesena napolje kroz zid, prozor ili plafon, te tako prebačena u NLO letjelicu. U nekim slučajevima, čovjek osjeća kao da je magnetom izvučen iz kreveta uz pomoć jednog bijelog ili plavog svjetlosnog snopa, koji je projiciran od strane NLO-a. U raznim fazama scenarija otmice, oteta osoba može izgubiti svijest. Često će se to desiti neposredno prije ulaska u letjelicu ili obavljanja užasnih hirurških zahvata na žrtvi od strane vanzemaljaca. Ponekad vanzemaljci namijerno onesvješavaju žrtvu, pogotovo u slučajevima ako se ova žestoko opire ili ukoliko ona pokušava saznati nešto više.

Čini se da vanzemaljski otimači koriste tehnologiju koja ima sposobnost vanjskog induciranja REM stanja kod čovjeka, zajedno sa stanjem paralize. To obično sprječava žrtvu otmice da se kreće, govori i održava sposobnost lucidnog, kritičkog razmišljanja, pa tako i opservacije tog doživljaja. Postoje i izuzeci, jer su neke žrtve otmica u stanju da održe svoju budnu svjesnost ili da naizmjenično upadaju u lucidnost i ispadaju iz nje, za vrijeme procesa vanzemaljske otmice. Ti ljudi imaju tendenciju da se mnogo bolje sjećaju svojih doživljaja za vrijeme otmice. Ono što sam primjetila prilikom mog rada s žrtvama otmica, oni koji se bolje sjećaju svojih doživljaja spadaju u grupu onih koji su prirodno u stanju da lucidno sanjaju. (Oni koji imaju lucidne snove bar jednom ili više puta u toku jedne sedmice.) Međutim, većina žrtava otmica ima maglovita sjećanja na ono što su doživjele i "paravan memoriju" sličnu sjećanju na neke snove.

Mogu da tvrdim da se doživljaj otmice od strane vanzemaljaca percipira kroz jednu iskrivljenu leću prigušene vanjske senzorne percepcije i kroz jednu, nalik snovima, unutrašnju senzornu percepciju. Na primjer, za vrijeme sna, vanjski stimulusi kao što je zvonjava telefona, mogu se inkorporirati u san dok čovjek i dalje spava. Taj auditorni stimulus u obliku zvonjenja telefona, prerađuje se na unutrašnjem nivou, - ali iskrivljeno - a onda se upliće u scenario nekog sna, što može imati ili nemati nekog smisla.

Mislim da se slična stvar dešava prilikom otmica ljudi od strane NLO-a. U skladu s tim, zahvati koji se vrše na nekome za vrijeme otmice, mogu se ugraditi u scenario jednog sna, ili čak u tzv. "paravan memoriju". To se može desiti zato što je dio mozga koji je odgovoran za vanjsku senzornu percepciju prigušen, njegova sposobnost za kritičko razmišljanje je isključena i tako je slobodna volja očigledno uklonjena. Međutim, nisam sigurna u to da li je aspekt slobodne volje promijenjen uz pomoć iste neuro-fiziologije, ili je on jednostavno rezultat post-hipnotičke sugestije.

Još jedan od razloga zašto se na doživljaje otmica ljudi sjećaju kao na snove je taj što je

većina sjećanja u suštini zavisna od stanja u kojima je nešto doživljeno. To znači da kad se neki događaj (kao npr. otmica) desi za vrijeme promijenjenog stanja svijesti, (kao što su snovi), onda ćemo se njega lakše sjetiti u kad se nalazimo u istom stanju svijesti. Da li ste se ikad za vrijeme nekog sna sjetili nekog drugog prethodno zaboravljenog sna, a istovremeno niste bili u stanju da ga se sjetite kad ste bili u budnom stanju svijesti? To je jedan od primjera pamćenja koje je zavisno od stanja u kojem je nešto doživljeno.

U decembru, 1992.g., desio se slučaj masovne abdukcije koji je detaljno opisan u HUFON Izveštaju, mart 1993. Da rezimiramo, Derrel Sims iz organizacije HUFON, koristio je proaktivne hipnotičke metode kod nekoliko žrtava vanzemaljskih otmica koje su bile dizajnirane tako da izazovu reakciju kod vanzemaljaca. Sims-ova nova metoda je podrazumijevala 'instaliranje' post-hipnotičkih sugestija kod nekoliko žrtava otmica s ciljem izazivanja promjena u njihovom ponašanju za vrijeme naredne abdukcije. Kao rezultat ovog zahvata, ista grupa vanzemaljaca je iste noći otela osam od tih ljudi koji su živjeli u dvije različite države i nekoliko gradova. Svih osam žrtava otmice je bilo zajedno podvrgnuto pregledima i ispitivanjima na vanzemaljskoj letjelici.

Jedna od tih osam otetih osoba je bila prirodno nadarena umom koji je imao veoma izraženu sposobnost za kritičko razmišljanje i ta žrtva je napravila nekoliko preciznih zapažanja za vrijeme te grupne abdukcije. Taj čovjek je uspio da zadrži jedan visok nivo lucidnosti za vrijeme tog događaja. On se sjećao kako je vidjeo tamo na letjelici mnoge vrste vanzemaljaca kao i ostalih sedam žrtava te otmice koji su izgledali kao da su bili u nekom transu, slično zombijima, - i ponašali su se kao 'mjesečari'. Svakoj od tih žrtava otmica bila je 'instalirana' jedna posebna "paravan memorija" od strane vanzemaljskih otimača. Derrel Sims je otkrio to kasnije, nakon što je svaku od tih osoba koje su tada bile zajedno otete, podvrgao hipnotičkoj regresiji.

Oni od otetih koji su uspjeli da održe proces kritičkog razmišljanja, dosta bolje su se sjećali svojih otmica. U stvari, da tu nije bilo tih nešto lucidnijih individua, kao i fizičkih naznaka (krvarenje iz nosa, ožiljci na tijelu, post-abdukcijski sindrom itd.) oni se možda ne bi sjetili da su bili oteti. Prema Sims-u, svakoj osobi koja je bila prisutna za vrijeme te grupne otmice, bila je instalirana jedna paravan memorija da zaboravi taj događaj. Nakon što su slojevi paravan memorije, jedan po jedan, bili odljušteni uz pomoć vješto sprovedenih tehnika hipnotičke regresije, kod žrtve otmice bi izbilo na površinu sjećanje na cijeli događaj. Ta otmica nije bila san. Ta grupna otmica je potvrdila ono što sam sumnjala da se događa mnogim ljudima koji nisu svjesni toga da ih otimaju.

Prema mom vlastitom iskustvu na osnovu rada sa žrtvama otmica, oni koji se stalno sjećaju detalja događaja koji su im se dešavali spadaju u grupu prirodnih lucidnih sanjača. Takođe i oni koji imaju iznimne vidovnjačke i mentalne sposobnosti, mogu se sjetiti svojih doživljaja s vanzemalcima bez osjećaja izgubljenog vremena i "paravan memorije". Takav jedan sudionik susreta s vanzemalcima je i Katy Frankovich, koja je učestvovala u tzv. Susretima u Lime Grove. Ona je živjela u Floridi, a susrela se s jednim vanzemalcem tipa 'grey', koji je bio visok četiri i po stope, koji je bio jako razvijen i imao je šest prstiju. Taj slučaj susreta u mjestu Lime Grove objavljen je u Unknown Magazine (Izdanja 2 i 3).

Održavanje procesa kritičkog razmišljanja u budnom stanju kao i u snu je veoma korisno za jednu mnogo ispravniju percepciju doživljaja otmice, kad se on desi. Na taj način, postaćemo svoji lični eksperti kad su naši vlastiti doživljaji u pitanju, kao i oni koji se dešavaju u svijetu oko nas. Stephen LaBerge, Ph.D., sa Stanford University, sproveo je mnogobrojne eksperimente sa lucidnim snovima. On je razvio mentalne tehnike za poboljšanje sjećanja na snove kao i indukciju lucidnih snova.

Za one koji žele da se bolje sjećaju svojih snova, - a možda i susreta s vanzemalcima, - najbolji način da se počne podrazumijeva vođenje jednog dnevnika snova u koji će zapisivati sve svoje snove. Prema La Bergeu, najbolje vrijeme za zapisivanje snova je odmah neposredno nakon buđenja iz nekog sna, čak ako to podrazumijeva i buđenje usred noći. Neke od tehnika za poboljšanje lucidnog sanjanja su sljedeće:

1. Kad legnete u krevet, zadajte sami sebi jednu mentalnu, post-hipnotičku sugestiju: "Biću budan u mojim snovima".
2. Izaberite neki znak koji ima tendenciju da se ponavlja u vašim snovima, a onda ga koristite kao nagovještaj uz pomoć kojeg ćete postati lucidni, preko mentalne sugestije prije nego što zaspete.
3. Podesite budilnik da zvoni usred noći. Ustanite, bavite se nekom fizičkom aktivnošću oko sat vremena. (Pišite ili čitajte nešto na temu vaših snova, šetajte unaokolo itd.) Onda se vratite u krevet s namjerom da lucidno sanjate.
4. Ukoliko je moguće, odspavajte malo popodne s namjerom da budete lucidni u snu. Postanite svjesni svih nivoa opuštanja koji koji prethode REM stadijumu sna. Na primjer, osjećaj zujanja i paralize, pa plovite zajedno s tim i budite mirni. Ukoliko se u vama pojavi nemir ili strah, smirite ih molitvom.
5. Opomenite sebe nekoliko puta tokom dana, "Da li ja ovo sanjam?" – i postanite svjesni svega iz vaše okoline, koristeći se čulima vida, sluha i opipa.

Uz jednu upornu vježbu, ostvarenje lucidnog sanjanja je sasvim moguće. To je odlična alatka za otkrivanje samog sebe, rekreaciju a takođe i poboljšanje pamćenja događaja koji su doživljeni u promijenjenim stanjima svijesti, kao što su susreti s vanzemalcima. Mogu lično potvrditi da je to istina a to takođe pruža i jedno zadovoljsvo. Međutim, lucidni sanjači moraju biti svjesni toga da se to – vanzemalcima možda neće svidjeti. Moguće je da su skeptici koji tvrde da su vanzemaljske otmice samo luckasti snovi, u stvari, upravo oni koji žive u snu. U jednom nelucidnom snu!

### Literatura:

Godwin, Malcolm, "The Lucid Dreamer - A Waking Guide for the Traveler between Worlds."

Simon & Schuster, NY, (1994) Ch. 5

Horary, Keith and Weintraub, Pamela, "Lucid Dreaming in 30 Days. The Creative Dream Program", (1989) St Martin Press

La Berge, Stephen, "Exploring The World of Lucid Dreaming", Ballantine Books, (1990)

La Berge, Stephen, Lucid Dreaming: Psychophysiological Studies of Consciousness during REM Sleep"

Sims, Derrel - personal communication

The HUFON Report, March 1993, "The Mass Abduction Event of December, 1992"P.S.

