

Όνειρα

Τα όνειρα ήταν και συνεχίζουν να είναι ανεξήγητα . Μέχρι τώρα έχουν πραγματοποιηθεί πολλές έρευνες καμία όμως από αυτές δεν μπορεί να εξηγήσει τον σκοπό των ονείρων.

Καθημερινά , βλέπουμε από 4-7 όνειρα με μέσο όρο διάρκειας 1 με 2 ώρες . Όνειρα μπορούμε να δούμε καθ'ολη τη διάρκεια του ύπνου μας όμως συνήθως κατά τη διάρκεια του σταδίου REM (Rapid Eye Movement). Θυμόμαστε μόνο το 10% των ονείρων και για λίγη ώρα .

Όλοι οι άνθρωποι ονειρεύονται, ακόμα και οι τυφλοί. Οι εκ γενετής τυφλοί ονειρεύονται μεν αλλά όχι όπως εμείς. Εκείνοι ονειρεύονται χρησιμοποιώντας όλες τις άλλες του; αισθήσεις , εξαιρώντας την όραση. Όσοι χάνουν την όραση τους σε ηλικία κάτω των επτά τότε μπορούν να ονειρεύονται και οπτικά για 20-30 χρόνια από τότε .

Την δεκαετία του 1970, οι καθηγητές του Χάρβαρντ Άλαν Χόμπσον και Ρόμπερτ ΜακΚάρλεϊ πρότειναν την λεγόμενη "υπόθεση ενεργοποίησης - σύνθεσης", μια βιολογική εξήγηση του μηχανισμού ονείρων σύμφωνα με την οποία τα όνειρα ήταν αποτέλεσμα χημικών αντιδράσεων στον εγκέφαλο κατά το στάδιο του ύπνου REM, οι οποίες οδηγούσαν σε διέγερση διάφορα μέρη του εγκεφάλου παράγοντας τυχαίες εικόνες τις οποίες η συνείδηση συνδέει με τρόπο ώστε να δημιουργεί μια ιστορία που να έχει κάποια όσο το δυνατόν πιο λογική αλληλουχία.

Ο σκοπός των ονείρων ωστόσο, όπως αναφέραμε νωρίτερα έχει πολλές εξηγήσεις. Στην Αρχαία Αίγυπτο οι άνθρωποι πίστευαν πως τα όνειρα ήταν σημάδια από τους θεούς . Κατέγραφαν τα όνειρα σε παπύρους και θεωρούσαν πως όσοι είχαν ρεαλιστικά όνειρα ήταν χαρισματικοί. Μερικοί κοιμόντουσαν σε ειδικά κρεβάτια για όνειρα ώστε να λάβουν συμβουλές ή θεραπεία από τους θεούς.

Ύστερα από κάποιους αιώνες , στη Κίνα εμφανίστηκε μία νέα πεποίθηση πως το μισό μέρος της ψυχής του κοιμισμένου ελευθερώνεται από το σώμα και ταξιδεύει στο βασίλειο των ονείρων ενώ το άλλο μισό παραμένει στο σώμα.

Και οι θεωρίες συνεχίζονται στους αιώνες . Ποιος ξέρει , θα βρούμε ποτέ το νόημα των ονείρων;

