



www.khaab.info

telegram.me/khaaberoshan

اشباح در خواب روشن (تدارها)

www.khaab.info
telegram.me/khaaberoshan

ع. دهقانی
آدرس سایت:
کانال تلگرام:



اشباح خواب روشن باشنده هایی هستند که رویابین در رویای آگاهانه با آنها برخورد می کند. این اشباح یا باشنده ها همگی دارای جسم یا پیکر هستند. چنان که رویابین می تواند آنها را ببیند یا به آنها دست بزند. از این رو آنها را تَنَدَار (دارای تن) می نامیم .

تندارها ممکن است همیشه به شکل انسان نباشند اما ویژگی بنیادی آنها اینست که گویا دارای خودآگاهی هستند و می توانند با رویابین پیوند برقرار کرده با او حرف بزنند یا به پرسش های او جواب دهند. چنین باشنده ای شاید به شکل انسان، جانور، گیاه، یا حتی پیکری بی معنی ولی کرانمند باشد.



تندار با سیاهی یا **بختک** که فشار سینه ناشی از فلج خواب است فرق می کند. کسانی که **بختک** **اختیاری** را تجربه می کنند، به نظرشان می رسد که پیکری بر سینه آنها نشسته و گلویشان را فشار می دهد. این پندار ناشی از فلج خواب است و با اندکی کوشش می توان بر آن چیره شد.

تندار پدیده ای جدا از بختک است و در **تجربه خروج از بدن یا تجربه خواب روشن** پیش می آید و چنان که گفته شد، باشنده ای خودآگاه است که ممکن است هر شکلی داشته باشد.

با تندار می توان پیوند برقرار کرد و با او وارد گفتگویی دو جانبه شد. هر چند چنین گفتگویی شاید با یک گفتگوی عادی همسان نباشد. تن صدای تندار بر خلاف آنچه که رویابین انتظار دارد، ممکن است به شکل فریاد یا جیغ یا نجوا باشد و شتاب سخن گفتن او ممکن است بسیار تند و غیرقابل فهم یا خیلی شمرده و خسته کننده باشد به طوری که حواس رویابین را پرت کند.

پژوهشگران خواب روشن بر این باورند که تندارها ویژگی های پنهان ضمیر ناخودآگاه خواب بیننده و بازتاب دهنده ی گوشه ای از شخصیت درونی او هستند. رازوران بر این باورند که برخی از تندارها ریشه در ضمیر ناخودآگاه نداشته و موجودیتی کاملاً جداسر دارند. هر دو طرف بر این باورند که تندارها دارای خودآگاهی هستند و می توان با آنها پیوند برقرار کرد .



www.khaab.info

telegram.me/khaaberoshan

تندارها باور نمی کنند که در رویای شما هستند. آنها معتقدند جهانی که در حال درک آن هستید، نه در خواب بلکه بی چون و چرا واقعی ست. اگر با یکی از تندارهای [خواب روشن](#) در این باره گفتگو کنید، او کوشش می کند به شما بقبولاند دارید واقعیتی دیگر را تجربه می کنید و به هیچ وجه زندگی خود را غیرواقعی یا رویایی نمی داند.

اما چیزی که موجب می شود در واقعی بودن تندارها دودلی پیشه کرد اینست که جواب های آنها به پرسش های شما بسیار ابتدایی و ای بسا نادرست یا کودکانه است. هر چقدر که رویابین در خواب روشن مهارت بیشتر داشته و بهتر بتواند رویای خود را کنترل کرده و خودآگاهی خود را ژرف کند؛ تندارهای رویا هم به همان نسبت زیرک تر، باهوش تر و دقیق تر می شوند. در این حالت جواب های آنها هم فرزانه تر و هدفمندتر است.

تندارهای تازنده (مهاجم)

چنان که گفته شد، تندارها دارای خودآگاهی هستند و مانند یک باشنده ی ناوابسته می توانند بیندیشند یا عمل کنند. به نظر می رسد که دامنه گسترده ای از آنها خواستار هیجان هستند و از ترساندن رویابین یا درگیر کردن او با صحنه های اکشن



www.khaab.info

telegram.me/khaaberoshan

لذت می برند. از این رو همواره در خواب روشن با موقعیت هایی روبرو هستیم که در زندگی عادی به عنوان موقعیت های بیمناک می شناسیم.

برای دوری از چنین وضعیتی در رویای خود آگاهانه باید پیام دوستی و همیاری برای تدارکها فرستاد.

رویابین هایی که نمی خواهند با تن دارهای تازنده پیوند داشته و همچنین از بدنهادی آنها در امان باشند، آنها را نادیده می گیرند.

راه دیگر مبارزه رو در رو و در هم کوبیدن تدارک تازنده یا وادار کردن او به پذیرش برتری رویابین است. چنین مبارزه ای در بیشتر موارد به سود رویابین به پایان می رسد چون هدف تدارک تازنده معطوف کردن توجه رویابین به خود است.

یک راه دیگر برای پایان دادن به یورش تدارک تازنده، نگاه کردن به او و پرسش از اوست. رویابین سر راست به تدارک تازنده نگاه می کند و از او انگیزه یورش را می پرسد یا به او پیشنهاد کمک می دهد.



www.khaab.info

[telegram.me/khaaberoshan](https://t.me/khaaberoshan)

افزون بر تندارهای تازنده و ترسناک، با انواع دیگری از تندارها در خواب روشن و پدیده خروج از جسم روبرو هستیم: تندارهای سرگردان و بی هدف، تندارهای اسطوره ای، تندارهای حیوانی و گیاهی، تندارهای ایزدی، تندارهای بیگانه و تندارهای سیمرغی (راهنما).

کانال تلگرام:

<https://t.me/khaaberoshan>

آدرس سایت:

www.khaab.info