

Steine als Traumverstärker

Seit 30 bis 40 Jahren schreibe ich meine Träume auf und bemühe mich darum, andere Leute für dieses Thema zu interessieren. Von Natur aus konnte ich mich zu Beginn schlecht an Träume erinnern und musste mich sehr bemühen um Erfolg zu haben. Ich arbeitete vor allem mit Autosuggestion und hatte nach zwei bis drei Nächten meine ersten Erfolge, setzte ich meine Bemühungen fort, so erinnerte ich mich immer leichter an Träume. Hörte ich aber mit der Niederschrift der Träume aus dem einen oder anderen Grund auf, verschwanden diese wieder im tiefen Schlaf und ich musste wieder von vorne beginnen. So erkannte ich, dass das A und O der Traumarbeit die Traumerinnerung ist. Ohne sie geht nichts und die angelesenen Kenntnisse über Träume bleiben auf der intellektuellen Ebene. So setzte ich mich seit Jahrzehnten mit Hilfsmitteln auseinander, welche die Traumerinnerung fördern.

Als erstes möchte ich die Kräuter erwähnen, mit denen ich experimentiert habe:
Beifuss (*Artemisia vulgaris*)

Aztekisches Traumkraut (*Chalea zacatechichi*)

Afrikanische Traumwurzel (*Silene capensis*)

Ilex guayusa (Blätter von einem tropischer Baum)

Heiliges Basilienkraut; Tulsi (*Ocimum basilicum*)

Bei all diesen Substanzen konnte ich keine deutlichen Effekte auf die Traumerinnerung oder die Lebhaftigkeit der Träume erkennen, wenn ich sie abends vor dem zu Bett gehen einnahm. ¹

Des Weiteren möchte ich die Nahrungsmittelergänzungen erwähnen, denen ein Einfluss auf das Traumleben nachgesagt wird. Zu erwähnen sind

Galantamin

Cholinbitartrat

Alpha GPC

DHEA

DMAE

L-Tryptophan

Vitamin B Komplex

Einige dieser Supplemente zeigten deutliche Wirkungen, aber auch Nebenwirkungen, andere zeigten kaum einen Effekt oder einen diskreten Effekt.

Weiter möchte ich auf diese Substanzen nicht eingehen, doch will ich mit diesen Aufzählungen zeigen, dass ich mit solchen Hilfsmitteln einige Erfahrung habe. Somit kann ich nun auf mein eigentliches Thema eingehen: Halbedelsteine als Hilfsmittel, um die Lebhaftigkeit der Träume zu steigern und die Traumerinnerung zu verbessern.
- Ja, sie hören richtig Steine, sehr esoterisch!

Ich wusste schon lange, dass es Leute gibt, die Steinen eine Heilwirkung zusprechen, doch ich dachte das sei Unfug. Höchstens könne man ihnen einen gewissen Placebo Effekt zusprechen, wobei ich diesen als Psychologe nicht schlecht machen möchte. Denn dieser Effekt zeigt die Macht unseres Geistes, er zeigt, dass unsere Erwartungen und Überzeugungen alleine einen Effekt auf unser Befinden und unseren Körper haben. Da die Träume eine Äusserungsform unseres Geistes sind, hat unser Geist natürlich eine grosse Wirkung auf die Träume. Doch das, was ich mit den Steinen erfahren habe, geht meiner Meinung nach über den üblichen Placebo Effekt hinaus. Hier ist die Geschichte:

Seit über 10 Jahren lese ich Transskripte der Sitzungen mit Elias, einer nicht inkarnierten Persönlichkeit, die durch das Medium Mary Ennis spricht. Ich lernte in dieser Zeit Elias als eine gewissenhafte und vertrauenswürdige Wissensquelle schätzen.² Doch in einigen dieser Transkripte tauchte das Thema der Wirksamkeit von Halbedelsteinen auf. Ich überlas das immer, denn das Thema interessierte mich nicht. Erst im letzten Sommer kam ich auf die Idee, Elias Angaben über die Wirkung von Steinen etwas näher zu überprüfen, denn ein Mitglied des Eliasforums hatte eine übersichtliche Liste mit all den Steinen erstellt.³ Da mich insbesondere die Themen Meditation und Träume interessieren, suchte ich mir ein paar Steine zusammen, die ich für diese Zwecke nutzen konnte.

Als erstes benutzte ich einen halbedlen Saphir für die Meditation. Laut Elias fördert er die Kontemplation. Da ich beim Meditieren immer wieder einmal mit meinem unruhigen Geist zu kämpfen habe, hoffte ich auf Unterstützung. In der Tat half mir der Stein in dieser Hinsicht. Doch zeigte er einen Effekt den ich überhaupt nicht erwartete. Mein Kopf begann recht vehement horizontal zu schütteln. Die Bewegung war unwillkürlich, doch hätte ich sie mit meinem Willen stoppen können. Das wollte ich aber nicht, weil sie nicht unangenehm war und es mich wunderte, wohin mich dieser Effekt führen würde. Er führte nirgendwo hin, doch sass ich 20 Minuten mit schüttelndem Kopf und stillem Geist da. Dieser Effekt, auch wenn er sich später nicht wiederholte, überzeugte mich, dass es mit den Steinen eine Bewandnis hatte, die über Autosuggestion hinaus ging und mit deren Eigenschaften zusammenhängen musste.

Elias empfahl zur Intensivierung des Traumlebens den Opal und insbesondere den Mondstein. Letzteren erwarb ich mir in einem Steingeschäft, musste dabei aber feststellen, dass es Mondsteine in verschiedenen Farben gibt. Ich entschied mich für einen „mondfarbigen“ Mondstein (ein bleiches Gelb mit Schattierungen; siehe Bild), und legte ihn unters Kopfkissen. - Der Effekt war deutlich, meine Träume wurden lebhafter und ich konnte sie leichter erinnern. Laut Elias kann man den Mondstein mit anderen Steinen kombinieren, doch sollte der Mondstein der grösste sein, damit dessen Effekt dominiert. Elias erwähnt auch, dass der Mondstein nicht zu gross sein sollte, da sonst die Träume massiv und unangenehm werden können.

Als weiteres kombinierte ich den gelben Mondstein mit dem grünen Malachit, der das Vorstellungsvermögen anregen soll. Diese Kombination führte nun zu einem sehr deutlichen Ergebnis, die Träume wurden sehr lebhaft und lang, ich konnte mich gut an sie erinnern. In einer unruhigen Zeit, in der ich tagsüber mit Problemen in der Familie zu kämpfen hatte, musste ich das Experiment mit diesen Steinen abbrechen, da die Träume überwältigend stark und unangenehm aufwühlend wurden. Nachdem ich die Steine entfernt hatte, schlief ich wieder ruhig. Als sich die Wogen wieder geglättet hatten, setzte ich meine Experimente fort und sogleich intensivierte sich mein Traumleben wieder.

So möchte ich dem Leser, der sich für Träume interessiert die Experimente mit halbedlen Steinen empfehlen. Sie sind nicht allzu teuer und zeigen überraschenderweise eine deutliche Wirkung. Im Folgenden möchte ich einige Steine vorstellen, die im Zusammenhang mit Träumen verwendet werden können. Ich beziehe mich dabei auf die Informationen von Elias, der für mich diesbezüglich die vertrauenswürdigste Quelle ist:

Mondstein



Er verstärkt den Traumzustand. Er ist der Stein, der beim Träumen immer verwendet wird und mit anderen kombiniert werden kann. Es braucht für den Effekt keinen unmittelbaren Kontakt mit dem Körper. Er sollte der grösste der verwendeten Steine sein, doch nicht zu gross, damit er keine Alpträume verursacht. Ich lege ihn unters Kopfkissen. (Durchmesser 2,5 cm) Alternativ kann ein Opal verwendet werden.

Malachit



Er stimuliert das Vorstellungsvermögen. (Durchmesser ca. 2 cm) Bei mir verstärkt der Mondstein zusammen mit dem Malachit die Lebhaftigkeit der Träume ausgeprägt.

Roter Jaspis



Zeigt „Kuriositäten“, sollte also etwas für Abwechslung und für Ungewöhnliches sorgen. (Durchmesser 1,5 cm)

Lapis Lazuli



Er verbindet mental. Im alten Ägypten wurde er deshalb zum Ausspionieren von anderen Menschen und deren Absichten verwendet. Er sollte beispielsweise beim gemeinsamen Träumen hilfreich sein. (Durchmesser 3 cm)

Zu guter Letzt empfehle ich dem geneigten Leser ein kleines Stoffsäcklein zu verwenden, in das die Steine gelegt werden, damit sie unter dem Kopfkissen nicht auf Wanderschaft gehen 😊



© Christoph Gassmann, Dezember 2015; <http://schrift-und-traum.ch>

¹ Siehe auch <http://www.klartraum-kraut.de/>

² <http://www.eliasweb.org/>

³ <http://www.eliasweb.org/related/stones.php>