

Träume, Traumanalysen und alternative Realitäten

**Ein Forschungstagebuch über Bewusstseinsweiterung
durch außerkörperliche Erfahrungen, Klarträume und
veränderte Bewusstseinszustände**



**von
Jonathan Dilas**

Weitere Bücher von Jonathan Dilas:

Telepathie, Hellhören und Channeling - Verstehen, Erlernen, Anwenden,
ISBN 978-3-89094-419-7

© **1. Auflage, Copyright 2008 by Bohmeier Verlag, Germany-04315 Leipzig, Konstantinstr. 6, Tel.: +49 (0) 341-6812811 - Fax: +49 (0) 341-6811837, und immer erreichbar unter Fon: 0700-62442578 und über unsere Internet-Homepage: www.magick-pur.de**

© **Coverbild und Covergesamtkonzeption von J. Dilas
Gesamtherstellung: Bohmeier Verlag, Printed in Germany**

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Buches darf ohne schriftliche Genehmigung des Verlages fotokopiert oder in irgendeiner anderen Form reproduziert oder in eine von Maschinen verwendbare Sprache übertragen oder übersetzt werden. Ausgenommen sind die in §§ 53, 54 URG ausdrücklich genannten Sonderfälle, wenn sie mit dem Verlag vorher vereinbart wurden. Im Einzelfall bleibt für die Nutzung fremden geistigen Eigentums die Forderung einer Gebühr vorbehalten. Das gilt für die Fotokopie ebenso wie für die Vervielfältigung durch alle anderen Verfahren einschließlich Speicherung und jede Übertragung auf Papier, Transparente, Matrizen, Filme, Bänder, Platten, Festplatten, CDs und sonstige Medien, sowohl in analoger wie digitaler Form.

ISBN 978-3-89094-564-4

Träume, Traumanalysen und alternative Realitäten

**Ein Forschungstagebuch über Bewusstseinsweiterung
durch außerkörperliche Erfahrungen, Klarträume und
veränderte Bewusstseinszustände**



**von
Jonathan Dilas**

Inhaltsverzeichnis

Intro	7
Prolog	9
Gedanken zum Beginn.....	9
Auszüge aus meinem Tagebuch	11
Dienstag, 29. Juni 1993	11
Sonntag, 4. Juli 1993	12
Mittwoch, 14. Juli 1993	17
Dienstag, 27. Juli 1993	17
Dienstag, 3. August 1993.....	22
Donnerstag, 5. August 1993.....	23
Sonntag, 8. August 1993.....	24
Samstag, 14. August 1993	26
Sonntag, 29. August 1993.....	27
Sonntag, 16. Oktober 1994	28
Traumanalysen und alternative Realitäten	31
Weitere Auszüge aus meinem Tagebuch	37
Samstag, 22. Juni 1996	37
Samstag, 27. Juli 1996	38
Donnerstag, 15. August 1996.....	38
Montag, 19. August 1996.....	39
Dienstag, 27. August 1996.....	41
Dienstag, 17. September 1996.....	41
Sonntag, 29. September 1996.....	42
Montag, 14. Oktober 1996	43
Donnerstag, 17. Oktober 1996	44
Montag, 21. Oktober 1996	45
Sonntag, 27. Oktober 1996	49
Montag, 16. Dezember 1996	51
Montag, 13. Januar 1997.....	52
Mittwoch, 15. Januar 1997.....	56
Donnerstag, 12. März 1997.....	56
Samstag, 22. März 1997	57
Samstag, 20. April 1997	61
Montag, 9. Juni 1997.....	63
Dienstag, 15. Juli 1997	64
Sonntag, 3. August 1997.....	66
Dienstag, 9. September 1997.....	73
Donnerstag, 11. September 1997.....	84
Samstag, 28. September 1997	86
Dienstag, 13. Januar 1998.....	88
Mittwoch, 21. Januar 1998.....	89

Freitag, 23. Januar 1998.....	91
Montag, 16. Februar 1998.....	92
Montag, 17. Februar 1998.....	96
Mittwoch, 18. Februar 1998.....	101
Donnerstag, 2. April 1998.....	103
Freitag, 10. April 1998.....	105
Dienstag, 28. April 1998.....	106
Mittwoch, 29. April 1998.....	107
Sonntag, 14. Juni 1998.....	109
Montag, 15. Juni 1998.....	111
Donnerstag, 25. Juni 1998.....	112
Freitag, 10. Juli 1998.....	114
Freitag, 7. August 1998.....	118
Montag, 17. August 1998.....	120
Freitag, 21. August 1998.....	122
Mittwoch, 26. August 1998.....	123
Freitag, 18. September 1998.....	124
Samstag, 19. Dezember 1998.....	125
Montag, 21. Dezember 1998.....	126
Dienstag, 22. Dezember 1998.....	127
Sonntag, 27. Dezember 1998.....	129
Die Dissoziation.....	131
Definition und Analyse der Dissoziation.....	139
Effekte während der Dissoziation.....	141
Hindernisse bei der Dissoziation.....	141
Techniken der Dissoziation.....	142
Einleitende Vorübung.....	142
1. Kreise ziehen (Dissoziationsstufe 1).....	142
2. Das Suchen nach Punkten (Dissoziationsstufe 1).....	142
4. Die Fußmassage (Dissoziationsstufe 1).....	143
5. Praktizieren der „Stopp-Übung“ (Dissoziationsstufe 2).....	143
6. Das Anhalten der Imagination (Dissoziationsstufe 2).....	145
7. Selbstbeobachtung (Dissoziationsstufe 2).....	145
Epilog.....	146
Glossar.....	147