Карты Снов и фантазий Каплана-Уильямса я «открыла» случайно, выискивая очередную информацию в интернете. Меня поразило многообразие образов на карте, а чуть позже я заметила, что все карты имеют центральный образ. Этот центральный образ в виде какой-то фигуры. Было очень интересно разглядывать картинки, одни совсем были не важными, другие очень будоражили своим смыслом, другие были просто непонятны.



Спустя время я узнала, что это инструмент для анализа сновидений и любых актуальных жизненных ситуаций. Это техника пере-проживания тех моментов сна, которые заставили нас проснуться от страха или боли. Пере-прожить собственную смерть или иное драматическое событие, от которого мы бежали даже во сне. Отпустить страх и пережить возрождение, обновление и, тем самым исцелиться, путем завершения какого-то незавершенного процесса, который представал во сне как угроза смерти или чего-то ужасного.

Стивен Каплан-Уильямс разработал уникальную систему, которую назвал и описал как Кристалл Сновидений.В структуре Кристалла – шесть окраинных вершин и один центр, находящийся внутри Кристалла, и соответственно каждая вершина имеет определенную смысловую сферу, набор состояний, понятий, ассоциаций, у каждого человека своих. Она является отображением сферы жизни и соответственно сознания и проявлений, связанных с ним.

Внутри, в середине кристалла, расположено «я», которое собственно и наблюдает, смотрит в мир через эти смысловые сферы, являющиеся символическими отображениями сил мира и одновременно формы взаимосвязи с ними. Все это является одной из моделей устройства и наполнения сознания. Вершины таковы: Путешествие-Смерть-Трансформация, Герой-Противник и Мужественность- Женственность.

Путешествия в каждую из этих сфер по отдельности и по всему кристаллу дает возможность осознать и систематизировать собственные проявления. В сознании каждого человека эти сферы проявляются по-разному, с различной степенью раскрытия и свободы действий, мыслей, чувств и выбора, как во сне, так и наяву.

В каждой смысловой вершине кристалла запечатлен уникальный набор образов, представлений, ассоциаций, состояний души. Этот набор образов систематизирован и оформлен в карты. Всего таких карт 66 по 7 карт для каждой вершины кристалла. Каждый образ на карте сопровождается мудрым утверждением. Рассмотрев образы на карте, выяснив, как и насколько проявлены архетипы Противника и Героя, Мужественности и Женственности, Трансформации можно обнаружить закономерности своего поведения и его скрытые причины и мотивы.