

Ressort: Vermischtes

## Forscher: Im Traum trainiert das Gehirn

Washington, 16.05.2013, 11:11 Uhr

**GDN** - Laut dem Forscher Allan Hobson trainiert das Gehirn im Traum. "Im Traum erfindet sich das Gehirn eine virtuelle Welt, in der es das Protobewusstsein trainiert", sagte der Psychiater der "Zeit".

Das Protobewusstsein sei ein "Kern unseres Bewusstseins", der Sinneseindrücke und das Gefühl für Bewegung verarbeite, so der emeritierte Professor der Harvard Medical School. Im Traum übe der Mensch, "Sinneseindrücke und Körperbewegungen aneinanderzukoppeln". Träume seien viel mehr als ein "Nachhall der Wacherlebnisse", so der Pionier der Traumforschung. "Träumend erforschen wir unser Bewusstsein. Träume sind wichtig. Sie handeln von den grundlegenden Dingen des Lebens - Gefühlen, Bewegungen, Wahrnehmungen. Träumend trainiert das Gehirn den Umgang damit: Es übt für den Tag." Allan Hobson hat in seinen Veröffentlichungen ausgiebig auch die eigenen Träume beschrieben. Bis heute führt er begeistert Buch über sie - auch über Klarträume, in denen man sich bewusst ist zu träumen: "Es war wunderbar. Denn ich wusste nicht nur, dass ich träume, ich konnte auch über die Handlung bestimmen: rennen, fliegen, die tollsten Bewegungen machen. Ich war Superman!"

### Bericht online:

<https://www.germindailynews.com/bericht-13873/forscher-im-traum-trainiert-das-gehirn.html>

### Redaktion und Verantwortlichkeit:

V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV:

### Haftungsausschluss:

Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.

### Editorial program service of General News Agency:

UPA United Press Agency LTD

483 Green Lanes

UK, London N13NV 4BS

contact (at) unitedpressagency.com

Official Federal Reg. No. 7442619