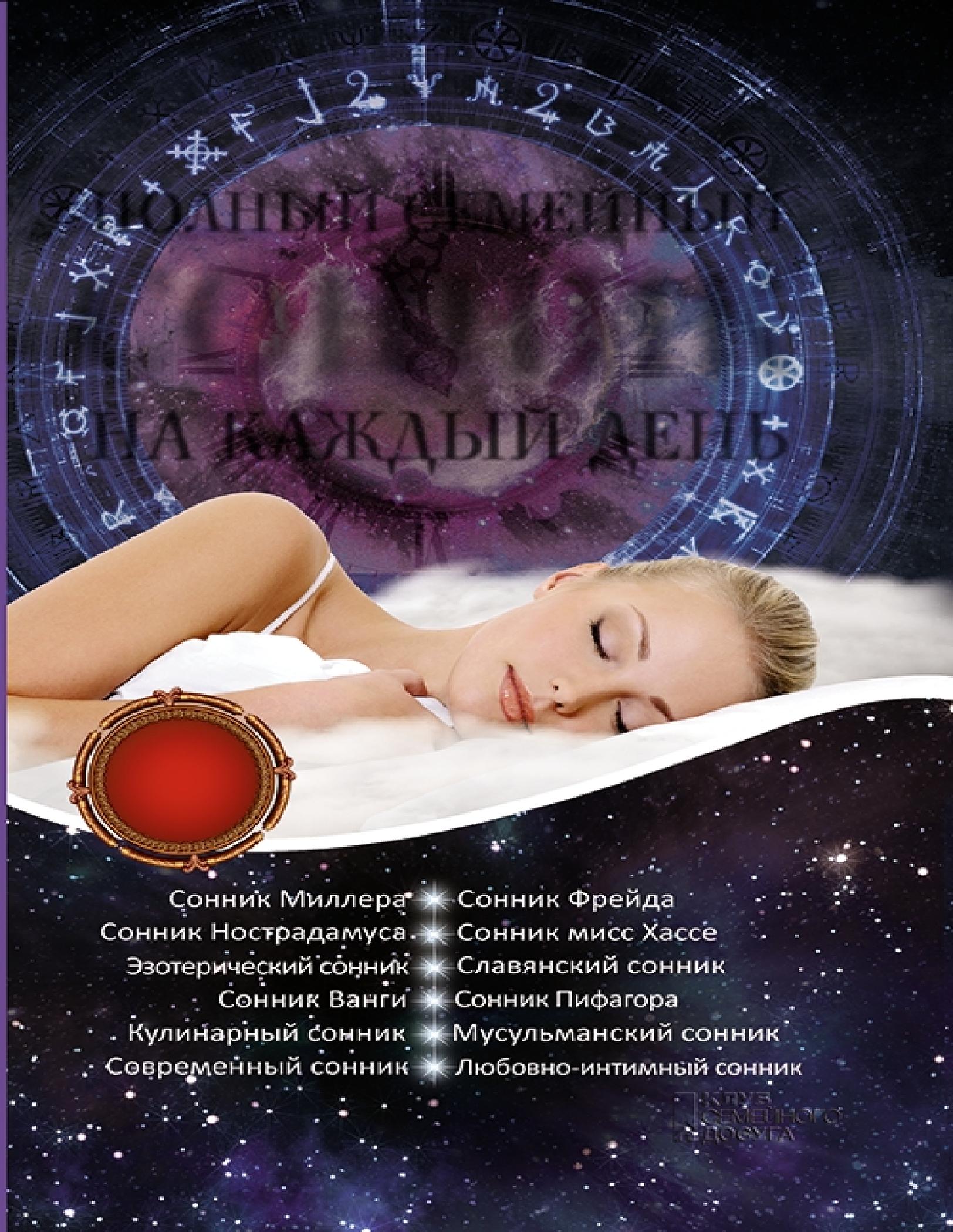


Полный семейный сонник на каждый день

О чем предупреждают и что сулят нам яркие образы сновидений? Как поймать за хвост птицу удачи, разглядеть неприятности в мутной воде и вовремя развернуть парус, ловя ветер счастливых перемен? Самое полное перечисление образов и их комбинаций в популярном соннике Миллера, научное толкование языка вашего подсознания в соннике психоаналитика Фрейда, удивительные прозрения в соннике болгарской провидицы Ванги, поразительные и точные предсказания сонника Нострадамуса, проверенные многими веками сонники древней Ассирии и арабского Востока, знакомые только нашей культуре образы и обычаи в славянском соннике, самые сокровенные тайны в любовно-интимном соннике и финансовый и профессиональный успех — в современном! Что бы ни пришло к вам во сне, теперь вы готовы услышать и понять голос судьбы! И почему бы теперь самому не попробовать её строить, «заказывая» себе нужные сновидения?



- Сонник Миллера
- Сонник Нострадамуса
- Эзотерический сонник
- Сонник Ванги
- Кулинарный сонник
- Современный сонник
- Сонник Фрейда
- Сонник мисс Хассе
- Славянский сонник
- Сонник Пифагора
- Мусульманский сонник
- Любовно-интимный сонник

ЦЕНТРА
СЕМЕЙНОГО
ПОДСУГА

ПОЛНЫЙ СЕМЕЙНЫЙ
СОННИК
НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ



ХАРЬКОВ **КЛУБ**
БЕЛГОРОД **СЕМЕЙНОГО**
2017 **ДОСУГА**



Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»
2016

ISBN 978-617-12-2373-8 (epub)

Никакая часть данного издания не может быть
скопирована или воспроизведена в любой форме
без письменного разрешения издательства

Электронная версия создана по изданию:



УДК 1/14
ББК 88.6
П51

Дизайнер обложки *Петр Вихорь*

ISBN 978-617-12-1670-9 (Украина)

ISBN 978-5-9910-3756-3 (Россия)

© DepositPhotos.com / Valuavitaly, Rastan, duron0123, silvionka, msavoia, agsandrew, Ramcreative, clearviewstock, обложка, 2017

© Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», издание на русском языке, 2017

© Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», художественное оформление, 2017



Введение

Приветствую всех проснувшихся и открывших эту книгу!

Сегодня ночью каждому из вас приснился удивительный сон, который кого-то воодушевил, кого-то озадачил, перед кем-то поставил вопросы, требующие ответа или выбора правильных решений, а кого-то, возможно, и немного напугал.

Сразу хочу вас успокоить — не расстраивайтесь раньше времени. Ведь часто события, пугающие нас во сне, на самом деле трактуются весьма позитивно. Но знают об этом лишь специалисты и опытные эксперты в области трактовки сновидений. Именно к их советам и следует прислушаться, чтобы понять, какие сигналы во сне посылают вам Вселенная, ваше собственное подсознание и интуиция.

Вы сделали очень правильный выбор, пополнив свою семейную библиотеку этой нужной книгой, призванной помочь каждому разобраться в тонкой игре ночного подсознания. Вполне возможно, что некоторые скептики воспримут ее просто как приятное семейное развлечение, но, как гласит известное выражение, мы не можем отрицать того, что пока не в силах объяснить до конца. Ведь не зря проблема трактовки и анализа сновидений волнует человечество уже многие тысячелетия. И не зря этому вопросу уделяли огромное внимание как древние философы, создавшие свои персональные системы толкования сновидений, так и современные ученые, которые, опираясь на многочисленные исследования и эксперименты, смогли подойти к объяснению снов с научной точки зрения.

Пользоваться этой книгой совсем несложно.

Приснившиеся вам предметы, объекты, события, люди, явления и т. п. представлены в алфавитном порядке. Для каждого символа приводится несколько толкований в интерпретации знаменитых предсказателей и современных специалистов.

Такая структура дает возможность сопоставить различные трактовки, выявить общую суть и соотнести ее с теми событиями, которые происходят конкретно в вашей жизни в данный момент, либо понять, о чем предупреждает вас подсознание во сне и как подсказывает поступить.

Еще более интересным станет анализ цепочки объектов, приснившихся во сне. Это своего рода занимательная тренировка логического мышления, позволяющая не просто прочесть несколько разрозненных значений, а соединить их в единую картину, дающую разгадку, — процесс творческий и увлекательный.

Перед тем как начать пользоваться сонником, рекомендуем внимательно прочесть вступительные главы. В них содержится важная информация, необходимая для правильной расшифровки снов. Она изложена в захватывающей манере, вы прочтете разделы буквально на одном дыхании.

В книге используются трактовки символов, взятые из 12 разных систем, среди которых: сонник Нострадамуса, сонник Миллера, сонник Фрейда, сонник мисс Хассе, славянский сонник, нумерологический сонник Пифагора, сонник Ванги, эзотерический сонник, мусульманский сонник, любовно-интимный сонник, кулинарный сонник и современный сонник.

Почему именно 12? Такой выбор сделан неспроста.

- В духовной нумерологии 12 — это число истины.
- 12 — дюжина — священная цифра, которой приписывается множество чудесных и удивительных магических свойств.
- С древнейших времен число 12 считается сакральным: 12 апостолов; 12 колен Израилевых; 12 городов, составляющих Этрасский союз (Этрасское двенадцатиградие); 12 знаков Зодиака; 12 месяцев в году; дважды по 12 часов в сутках и т. п.
- В основе древнего восточного календаря лежит 12-летний цикл, связанный вероятнее всего с периодом обращения Юпитера вокруг Солнца — 12 лет.

Таким образом, выбор, павший на число истины, — это очень мудрый энергетический и психологический посыл, который при толковании сна направит вас по истинному пути и раскроет подходящее конкретно для вас истинное значение грядущих событий.

Кстати, книга также состоит из 12 глав.

Наверняка вам знакома фраза: предупрежден — значит вооружен! Так пусть этот «Полный семейный сонник» станет не только вашим надежным спутником, но и орудием, которое:

- предостережет вас от необдуманных поступков;
- укажет на важные моменты жизни;

- предупредит о возможной опасности;
- подскажет, как вести себя на работе, в коллективе;
- рассудит, кто истинный друг, а кто затаившийся враг;
- даст мудрые советы в любовных взаимоотношениях;
- расшифрует сигналы организма здоровье и самочувствию;
- и просто станет приятным развлечением во время вечерних семейных посиделок.

Одним словом, разгадывание снов — процесс невероятно увлекательный и полезный.

Итак, пора начинать!

Но перед этим волнующим стартом в волшебный мир сновидений хотим пожелать, чтобы ваши сны всегда были только приятными и позитивными!



Глава 1. Двадцать интересных фактов о снах

Предмет изучения и анализа нашей книги — сновидения — тема чрезвычайно интересная и увлекательная. К тому же интерпретация символов, пропущенная через ваше персональное восприятие, есть не что иное, как особый вид творчества.

А вот научные факты, касающиеся снов, вещь, конечно, упрямая, но проверенная и доказанная. Среди них есть весьма удивительные и полезные для тех, кто хочет «щелкать» сны, как орешки.

О таких фактах мы сейчас и поговорим.

Факт 1

За одну ночь человек видит во сне примерно 4—6 сюжетов, независимых друг от друга.

Факт 2

Человеческий сон состоит из двух фаз: фазы быстрого сна и фазы медленного сна. В медленной фазе сон глубокий, и если в это время человек внезапно проснется, он будет ощущать слабость, сонливость и лень. Поэтому если иногда после сна вы чувствуете себя разбитым, знайте — вы прервали фазу медленного сна.

В быстрой фазе, наоборот, просыпаться гораздо легче. Именно в это время человек видит отчетливые сны и после пробуждения хорошо их помнит.

Факт 3

Стадия быстрого сна присуща человеческому эмбриону уже в третьем триместре беременности. Образно говоря, развивающийся плод может видеть что-то задолго до того, как откроются его глаза. Это объясняется тем, что формирующийся мозг работает на основе врожденных биологических моделей времени и пространства. Полные циклы сна в обычном смысле этого слова формируются у человека намного позже.

Факт 4

Хаотичное движение глаз происходит именно в тот момент, когда снится сон. Этот процесс занимает около четверти общего времени фазы быстрого сна.

Факт 5

В течение 5 минут после пробуждения человек способен помнить примерно половину увиденного во сне. Позже — только десятую часть сновидения.

Факт 6

Факт достаточно парадоксальный и неоднозначный: те, кто спит по 6—7 часов, меньше подвержены риску преждевременной смерти, чем те, кто спит по 8 часов. Но у спящих по ночам менее 5 часов в три раза чаще возникают проблемы психического характера.

Факт 7

Только в 20 % сновидений фигурируют географические места и люди, с которыми человек сталкивался в реальной жизни. Большинство картинок являются уникальными для каждого конкретного сновидения.

Ученые смогли сделать такой вывод, поскольку определенная категория людей обладает способностью видеть свои сны в качестве наблюдателей (любопытно, что при этом они не просыпаются). Такое состояние сознания называется осознанным сновидением, что само по себе является большой загадкой, о которой мы поговорим в отдельной главе.

Факт 8

Сновидения символичны. Вещи и лица, которые нам являются, — это символы нашего собственного отношения к ним, воплощение наших внутренних переживаний и противоречий. Но если вы настойчиво о чем-то мечтаете, во сне вам обязательно будет дан знак касающийся этого предмета или события.

Факт 9

Почти две трети людей испытывали дежавю по мотивам своих снов. Согласитесь, такое бывало и у вас: вам казалось, что вы когда-то уже видели это место, бывали здесь, знаете, что произойдет дальше. Это называется повторяющимся или навязчивым сном.

Факт 10

Внешние факторы иногда оказывают влияние на сюжеты наших сновидений. Например, если в комнате холодно, вам может присниться, что находитесь где-нибудь в Антарктиде. Или, к примеру, если вы спите в неудобной позе, а ваша шея сдавлена подушкой или

рукой, то, вполне вероятно, вам может привидеться кошмар, будто кто-то пытается вас душиТЬ.

Факт 11

Около 90 % людей видят цветные сны. В возрасте до 25 лет красочные картинки во сне наблюдают около 95 % людей. Юмористы шутят, что молодое поколение просто не застало черно-белых телевизоров, а с научной точки зрения это, скорее всего, связано с возрастными изменениями психики.

Факт 12

Очень любопытный факт, объяснить который способен, пожалуй, лишь психоаналитик Фрейд. В мужских снах фигурирует около 70 % мужчин, в то время как в женских соотношение дам и джентльменов примерно одинаковое.

Факт 13

У людей, родившихся слепыми, сны ограничены обонянием, звуками, осязанием, эмоциями и вкусом.

Факт 14

Среднестатистический человек спит около 20 лет своей жизни.

Факт 15

Чаще всего сновидения отражают отрицательные, а не положительные эмоциональные состояния. Наиболее часто встречающейся во сне эмоцией является тревога. Примечательно, что люди с устойчивой психикой редко помнят свои сны или не помнят вовсе, поскольку в реальной жизни они практически не испытывают беспокойства. Правда, проблема (если она есть) от этого не решается, но факт остается фактом.

Факт 16

Факт, который нужно знать всем! Сны не пророчат заболевания, они акцентируют ваше внимание на первых едва заметных симптомах. Если сон такого характера однократный, он не всегда является сном-диагностом. А вот на многократно повторяющийся сон, неприятный, тревожный, отчетливо запоминающийся, следует обратить внимание — это сон-предупреждение.

Факт 17

Ученые выявили цветовую формулу сновидений. Она выглядит следующим образом:

- красный цвет предупреждает о возможном повышении температуры или развитии инфекционно-воспалительного процесса в организме;
- сны, окрашенные в желто-коричневые оттенки, сигнализируют о проблемах с кишечником;
- сны в синих и зеленых тонах сообщают, что у вас все отлично;
- сновидения в черных тонах говорят о том, что вы находитесь на грани нервного срыва.

Факт 18

Люди храпят только во время медленной фазы сна, при этом во время храпа сны не снятся.

Факт 19

Ученые доказали, что люди, которые бросили курить, видят гораздо более яркие сны, нежели курильщики или те, кто вообще никогда не курил.

Факт 20

Выяснилось, что животные также видят сны. С эволюционной точки зрения фаза быстрого сна, когда снятся сны, — это последняя стадия развития, которую можно обнаружить у человека, теплокровных млекопитающих и птиц.



Глава 2. Психология сна: подсказки нашего подсознания как руководство к действию

Что такое сон? Голос подсознания, особое информационное пространство, окутывающее планету, или способ передачи знаков судьбы, которые мы пытаемся понять?

Пожалуй, нет на земле человека, который хоть раз в жизни не задавался бы вопросом: что означают сны и стоит ли им доверять? Сновидения, если грамотно расшифровать их значение, могут рассказать нам гораздо больше, чем любая гадалка, провидец или психологический тест.

Научные исследования доказали, что сновидения открывают доступ к бессознательному, который в другое время чаще всего закрыт. Сны стремятся донести до нас разного рода психологические послания — о нашем эмоциональном и физическом состоянии; о том, чего нам в данный момент не хватает; о возможности решения имеющихся проблем; о способах изменения в лучшую сторону.

Сны не предсказывают будущее, вещие сны — это не более чем интуиция. Они в символической форме лишь указывают на те обстоятельства, отношения и т. д., на которые нужно обратить внимание в первую очередь.

И тогда, проанализировав свои ощущения во сне, вы будете знать, как поступить в реальности.

Правильнее всех истолковать сон можете только вы сами. Для этого нужно принять во внимание некоторые наблюдения специалистов, приведенные ниже.

1. Сон — это не пассивный отдых нашего «серого вещества», а его деятельность по обработке информации. Во время сна первостепенное значение имеют сведения, хранящиеся в мозге, — память о прошлом, прогнозы и планы на будущее. А вот данные, поступающие к нам во сне от органов чувств, имеют второстепенное значение.

Так, например, пение соседа за стеной может трансформироваться в вашем сне в поход на концерт или нечто подобное.

2. В основе сюжетов сновидений чаще всего лежат следующие мотивы:

- **подавленные влечения** — это как раз то, о чем пишет в своих работах Зигмунд Фрейд;
- **исполнение желания** — во сне мы часто видим то, что не можем получить наяву. Например, женщине после развода может сниться, как ее бывший муж просит прощения, и т. п.;
- **сны-кошмары** видят и взрослые, и дети. Как правило, кошмары являются тогда, когда в реальности человек умышленно вытесняет или сознательно заглушает стрессовые события. Поэтому наше подсознание пытается во сне окончательно переработать и забыть эту ситуацию.
- **незавершенные отношения** — во сне обычно проявляются внутренние конфликты, противоречия, невыясненные с кем-то отношения, и это естественно, так как мозг, даже когда вы спите, продолжает решать проблему-головоломку, с которой он столкнулся. Подобные сны дают подсказку и предлагают возможный алгоритм действий.

3. Если вы заметили, что вам все время снится один и тот же сюжет или образ, обратите на это особое внимание. Повторяющийся сон хочет донести до вас какую-то информацию, и до тех пор, пока вы ее не поймете, он будет сниться вам снова и снова.

4. Во сне не обязательно именно вы являетесь участником каких-то событий, сон может проиллюстрировать ваше положение или психологическое состояние с помощью других лиц.

5. В финальной сцене сна часто содержится самая важная информация, которую мозг хочет донести до вас.

Краткий мастер-класс по запоминанию снов

Чтобы сновидения запоминались лучше, перед сном приведите себя в состояние восприимчивости и произнесите фразу: *«Этой ночью я хочу запомнить по крайней мере одно сновидение»*.

После пробуждения немедленно набросайте на бумаге несколько слов, не заботясь о связности изложения. Позже запишите в точности все, что вам снилось.

Итак, вы записали свой сон или достаточно хорошо его помните и хотите понять, что он означает. Подберите название для своего сна. Если затрудняетесь, перескажите сон одной фразой, так вы обозначите самое главное.

После того как вы озаглавите сновидение, вспомните обстановку, где происходили события. Разделите сон на несколько сцен, эпизодов.

Обратите внимание на детали, которые находились на заднем плане.

А теперь соедините свои рассуждения в единую картинку и постарайтесь понять смысл сна, уловить сигнал вашего подсознания.

Более подробную информацию по запоминанию снов смотрите в главе 10.



Глава 3. Сюжетные разновидности снов

Сновидение никогда не занимается пустяками. Мы не допускаем, чтобы незначительное тревожило нас во сне. Внешне невинные сновидения оказываются небезобидными, если заняться их толкованием. Если так можно выразиться, у них всегда есть «камень за пазухой».

Зигмунд Фрейд

Сновидения — одна из самых загадочных сторон жизни человека, вызывающая неугасаемый интерес во все времена. Во сне мы можем переживать самые сильные эмоции: от блаженства до ужаса. В них находят свое отражение впечатления как прошедшего дня, так и всей жизни, переплетаясь в причудливых сюжетах.

Одна мудрая китайская пословица в дословном переводе гласит: что скопилось на сердце, то расчихал во сне. И это на самом деле так.

Ближе к вечеру обычно усиливаются тревоги, страхи, переживания, а утром проблемы сами по себе отступают, страхи рассеиваются. Это происходит потому, что за ночь организм освобождается не только от физического, но и от нервного напряжения.

Сюжеты сновидений создаются нашим личным «психотерапевтом» — подсознанием, которое стремится помочь нам понять самих себя, подсказывает решения сложных ситуаций, старается удовлетворить наши желания и фантазии, предупреждает об опасности или болезнях. Сновидения могут быть абсолютно разными — черно-белыми или цветными, кошмарами или чудесной сказкой, заглядывать в будущее или переживать воспоминания былых времен. Давайте попробуем разобраться в увлекательнейшем вопросе и рассмотреть типичные виды снов.

Компенсационные сны

Цель таких сновидений — уравнивать наше психоэмоциональное состояние, удовлетворять несбывшиеся в реальности желания, давать выход накопившимся негативным чувствам и компенсировать заниженную самооценку (собственную неполноценность, ущемленность, ущербность).

Рассмотрим некоторые примеры.

Пример 1

Маленькому ребенку не позволили кататься на лодке по озеру, он заснул несчастным, в слезах. А утром поведал со счастливой улыбкой и сияющими глазами о своем сне, в котором всю ночь плавал по воде.

Пример 2

Девушка мечтала отрастить красивую длинную шевелюру, но качество ее волос не позволяло это сделать. А вот во сне она часто видела себя с шикарными длинными локонами.

Пример 3

У подростка нет духовной близости с родителями, они постоянно ругаются, не способны понять друг друга. А во сне он видит своих родителей добрыми и ласковыми, такими, какими хотел бы видеть их в жизни.

Пример 4

Робким, застенчивым, нерешительным людям могут сниться сны, в которых они выступают в роли отважных супергероев, с легкостью преодолевают любые неприятности и побеждают врагов, которым в жизни не в состоянии дать даже словесный отпор.

Пример 5

Если у вас серая, лишенная ярких впечатлений жизнь, вам могут сниться завораживающе интересные сюжеты, наполненные красками и эмоциями. То есть то, о чем вы втайне мечтаете.

Таким образом, компенсационные сны компенсируют наши желания и чувства, не находящие выражения в реальной жизни.

Сны-диагносты (о здоровье и болезнях)

Ночью, отключаясь от взаимодействия с внешней средой, мозг начинает свою основную внутреннюю работу, занимаясь оценкой состояния наших органов и систем. Если в их деятельности имеются какие-либо нарушения, наше «серое вещество» фиксирует их и воспроизводит в сновидении посредством соответствующих образов:

- ангине может предшествовать сон о больном или поврежденном горле;
- головные боли могут найти отражение в сюжетах о ранении в голову или ношении неудобного головного убора;
- на тромбофлебит могут указывать сновидения, где вы ощущаете свои ноги или руки как каменные;
- о заболеваниях кишечника или желудка сигнализируют сцены, связанные с употреблением в пищу недоброкачественных продуктов, посещением уборных, видом рвоты или фекалий;
- неврозы отчетливо проявляют себя в снах, где повторяются неприятные сцены: неудачи в работе, учебе, драка, война, отставание от поезда, пожар.

Василий Касаткин, выдающийся психоневролог, более 30 лет изучавший сновидения, уверен, что соответствующие образы во сне могут предупреждать о начинающемся физическом или психическом недуге за недели, месяцы и даже годы. Он установил любопытную закономерность:

- бронхит, ангина или зубная боль могут диагностироваться во сне за день-два;
- гипертония — за 3 месяца;
- депрессия, неврозы — за 1 месяц;
- начинающийся гастрит, язва — за 1 месяц;
- туберкулез — за 2 месяца;
- опухоль головного мозга — за 1—2 года в повторяющихся сновидениях.

Если какой-то орган начинает подтачивать болезнь, он шлет через мозг сигналы SOS. Днем мы можем просто не обратить на это внимания, а вот ночью, находясь в расслабленном состоянии, человек улавливает даже слабые импульсы, подаваемые организмом, свидетельствующие

о начале болезни. Поэтому нередко правильно истолкованное сновидение может подтолкнуть к своевременному проведению диагностики.

Как свидетельствуют врачи, сердечники часто жалуются на страшные сны, из-за которых просыпаются в холодном поту среди ночи. Нередко сны сердечников содержат картины погони, преследования, падения в пропасть, каких-то бешеных гонок. При обострении гипертонии — сны отрывочные, с ощущением тревоги, которое сохраняется при пробуждении; часто снятся природные катаклизмы (землетрясения, ураганы, наводнения), обрушение дома, падение в яму.

У гипотоников, напротив, сны обычно блеклые, «вязкие», с ощущением слабости, невозможности поднять какую-то ношу, переплыть реку, подняться в гору, а также ощущение, что выкачивают кровь.

При бронхиальной астме нередко преследуют лихорадочные сны с яркими, фантастическими образами: человека душат, он оказывается в каком-то месте, где невозможно нормально дышать, хочет куда-то бежать, а сил нет. При пробуждении такие люди покрываются липким потом, испытывают страх.

Пример 1

Зафиксирован рассказ пациентки, которая постоянно видела во сне, что ей собираются отрубить голову. Она наклоняла голову на плаху и физически ощущала, как немеет шея. Она с ужасом понимала, что голова вот-вот будет отрублена, и в тот же миг просыпалась. Вскоре женщина заболела — шею свело, начались сильнейшие боли. Ей поставили диагноз — остеохондроз шейного отдела позвоночника. Стало ясно, что сновидения сигнализировали о грядущем заболевании. В процессе лечения болевой синдром удалось снять, после чего сны о казни прекратились.

Пример 2

Женщине регулярно снилась ситуация, что ее ударили в живот. Обеспокоившись, она решила обследоваться. УЗИ показало, что в указанном месте у нее опухоль, находящаяся на ранней стадии развития. Врачи были поражены точностью, с которой совпало место, указанное пациенткой при обследовании.

Пример 3

Больной, доставленный в стационар с обширным инфарктом, поведал лечащему врачу, что на протяжении некоторого времени после каждого стресса ему снилось, будто любимая собака опирается на его грудь передними лапами и кладет на них голову. От этого ему становилось тяжелее дышать, он не мог пошевелиться. Однако мужчина считал, что это не более чем сон. В конце концов, после очередного стресса у него случился инфаркт.

Творческие сны

Если ваше сознание занято решением сложной творческой задачи, этот процесс не прекращается и во сне. Причем в сновидении может обнаружиться неожиданное решение, прийти необходимая информация.

Творческий сон способен увидеть любой человек. Композитор может услышать во сне звуки новой мелодии и вспомнить ее утром, поэту может присниться нужная рифма, никак не подбирающаяся накануне, писатель способен увидеть завязку или развязку сюжета новой книги, инженер — обнаружить гениальное решение задачи, над которой он бьется уже несколько дней. Подобных примеров в жизни немало. Самый известный из них — ученый Дмитрий Менделеев, увидевший во сне периодическую таблицу химических элементов.

Фактические сны

Чаще всего это сны об уже прошедших событиях, которые мы повторно переживаем в сновидениях. При этом могут всплыть моменты, ускользнувшие от нашего внимания, но отложившиеся в подсознании.

Фактические сны могут быть обращены также к событиям будущего и носить предупредительный характер. О них обычно говорят — «сон в руку».

В сюжеты фактических снов могут вплестаться раздражители из внешнего мира, такие как тиканье часов, скрип дверей, запахи и т.д. Но самое интересное заключается в том, что подсознание не распознает их, а создает с их участием удивительные зрительные образы, а порой и целые сюжеты.

Пример 1

Девушка потеряла дома золотую цепочку и озабочена ее поисками. Когда всякая надежда найти дорогую вещь исчезает, ей снится сон: она снимает цепочку и открывает шкаф, чтобы положить украшение в шкатулку. В этот момент звонит телефон, девушка бросает цепочку в ящик и отвлекается на телефонный разговор. После пробуждения девушка направилась к ящику в надежде найти там пропажу, но в ящике цепочки не оказалось, зато была обнаружена щель. В итоге цепочка нашлась в нижнем ящике, куда она проскочила сквозь эту щель.

Пример 2

Вам снится, что кондуктор в маршрутке требует от вас плату за проезд, но у вас не оказывается с собой денег. Этот сон предупреждает о возможной забывчивости и советует проверить перед выходом из дома наличие кошелька и денег в нем.

Пример 3

В комнату спящего мужа вошла жена, распространившая приятный запах духов, и тому приснился чудесный сон о восточной парфюмерной лавке в Каире.

Повторяющиеся сны

Такие сны могут указывать на существующую в реальности проблему, для разрешения которой требуется пересмотреть свои мысли и действия. Если одни и те же сны повторяются многократно, они заслуживают самого пристального анализа.

Сны с продолжением

По характеру такие сны сходны с повторяющимися: они представляют собой единый сюжет, разбитый на фрагменты, и также требуют тщательного анализа реальных проблем или жизненных ситуаций. За ночь может прокручиваться от пяти до десяти таких сюжетных фрагментов.

В ходе экспериментов было доказано, что сны с продолжением чаще видят люди с более развитым правым полушарием, отвечающим за образное мышление и интуицию. Среди них много тех, кто родился левшой.

Совет: если вы хотите смотреть ночные «сериалы» с собственным участием, развивайте правое полушарие — чаще пишите левой рукой. Таким способом можно развить и свою интуицию.

Физиологические (эротические) сны

Эротические сны, как правило, возникают в периоды вынужденного воздержания и подавления сексуальной активности. Во время таких сновидений некоторые эмоциональные люди даже могут испытать полноценный оргазм.

Однако сексуально удовлетворенным людям, имеющим регулярную половую жизнь, эротические сны тоже снятся, при этом они помогают сбросить накопившуюся негативную энергетику, излишнюю агрессию, преодолеть стресс, повысить собственную самооценку.

А вот если вам часто снятся сцены сексуального насилия и жестокости, то стоит обратиться к психологу. Сновидения могут сигнализировать о затянувшейся депрессии, накопленном негативе и т. п.

Предупреждающие сны

Эта разновидность снов помогает предвосхитить или изменить возможные жизненные неприятности. Как полагают некоторые теории, наше будущее уже существует, подсознание заранее знает возможный исход событий и посылает нам предупреждающие сигналы во сне, чтобы достучаться до нашего сознания.

Пример 1

Во сне кто-то толкает вас в пропасть — вы начинаете осознавать, что, общаясь с этим человеком, можете разрушить свою карьеру, отношения и жизнь в целом. Проявите бдительность.

Пример 2

Увиденные во сне разрушенные дома, разбитая посуда, сломанная мебель свидетельствуют о том, что ваши надежды и планы рушатся. Возможно, вы где-то допустили ошибку, неправильно выбрали цель или расставили приоритеты.

Пример 3

Вам снится, что от вас уходит любимый, закрывает за собой двери, не желает общаться — это сигнал к тому, что грядет напряжение в отношениях. Стоит поразмыслить об этом заранее, выяснить причину охлаждения чувств и выработать правильную тактику во взаимоотношениях.

Вещие сны

Подобные сны сродни предупреждающим — они позволяют человеку увидеть события будущего. Такие видения снятся почти всем, но не каждый способен их понять и запомнить. Между тем, вещий сон — это возможность вступить в контакт с необъятным миром подсознания, прикоснуться к пониманию тайных механизмов судьбы, «подсмотреть» и разгадать ее пути и планы.

Чаще всего такие сны предсказывают знаковые события вашей жизни или жизни других людей. Они предупреждают об опасной ситуации, могут предрекать катастрофу или предвещать радостное событие.

Специалисты разделяют вещие сны на три вида:

- прогностические;
- основанные на эмоционально-психических связях;
- провидческие (пророческие).

Прогностические сны — это обработанная особым образом информация из настоящего и прошлого, с прогнозом на будущее. В этих снах нет мистики. Их чаще видят люди, у которых хорошо развита интуиция.

Сюжет прогностического сна зависит от уровня интеллекта человека, степени его осведомленности и рода деятельности, в зависимости от чего он может предоставлять информацию о том, куда исчезла пропавшая вещь, каков будет результат футбольного матча, какое решение примет правительство и др.

Сны, основанные на эмоционально-психических связях, снятся духовно близким людям. Общеизвестно, что такие люди могут чувствовать друг друга на огромных расстояниях: родителям снятся сны о детях, детям о родителях, близнецам и любимым — сны друг о друге. Ученые объясняют это тем, что в момент сильного потрясения создается энергетический сигнал, который улавливают люди, настроенные на ту же эмоциональную волну.

Провидческие (пророческие) сны способны видеть люди с тонко организованной психикой, чутко улавливающие проблемы и беды окружающих. Иногда, устанавливая в сновидениях связи с другими людьми, они могут получить ответы о событиях их жизни, местонахождении и др.

Истинно провидческие сновидения, картины из будущего могут видеть избранные личности, обладающие мощными экстрасенсорными способностями. Такого рода сны были доступны Леонардо да Винчи, Нострадамусу, Ванге, Вольфу Мессингу, монаху Авелю, Серафиму Саровскому и др. Их сновидения-предсказания по сей день тревожат умы современников. О вещих снах мы более подробно поговорим в отдельной главе.

Абстрактные сны

Такого вида сны отличаются особой бессодержательностью, неконкретностью, беспредметностью. Исследования показывают, что они сигнализируют о наличии какого-либо хронического заболевания либо о высокой внутренней работе подсознания сновидца.

Сны-кошмары

Отражают процессы, происходящие на бессознательном уровне, могут свидетельствовать о психологических проблемах. Особенно стоит задуматься и обратиться к психологу, если кошмары повторяются многократно.

Сон во сне

Представляет собой разнообразную сюжетную линию, связанную с алгоритмом непрерывных ложных пробуждений или засыпаний внутри сна. Это некая «матрешка» сновидения.

Например, человеку снится, что он проснулся, далее следует новый сюжет сна. Вдруг на определенном этапе сновидец обнаруживает, что он все еще спит, и тогда «просыпается» вновь. Развивается другое сновиденческое повествование. И снова сновидец замечает, что он все еще находится в состоянии сна. Тогда он непременно «просыпается» опять, но через некоторое время... и т. д. Таких «матрешек» может насчитываться до 15 за ночь.

Вхождение в одно и то же сновидение

Во время сна можно проникнуть в одно и то же (уже снявшееся ранее) пространство сновидения несколько раз — после каждого пробуждения. В этом случае будет происходить не повтор сюжета, а его последовательное продолжение и развитие с того самого места, на котором он прервался.

Эту способность полезно развивать, чтобы по желанию можно было изменить концовку неблагоприятного сновидения, поскольку любой ночной сюжет непременно откликнется соответствующим событием или настроением в будущей дневной жизни человека.

Сны часто называют нашим отражением или второй формой жизни. Ученые сходятся во мнении, что сновидения корректируют психологические процессы человека. Мы не всегда можем объяснить испытываемую подсознательно тревогу, но можем получить информацию о ее источнике во сне. Значимые сны могут хорошо отложиться в памяти. Думая о них, осмысливая и толкуя, мы проводим психологический анализ своей жизни, начинаем лучше понимать себя, свои желания и намерения.



Глава 4. Вещие сны: разновидности, природа происхождения

Вещими называются сны, когда человеку удается увидеть в них ситуацию, которая по прошествии некоторого времени случается с ним в реальной жизни. Чтобы понять природу их происхождения, проанализируем несколько разновидностей снов, предвещающих события будущего.

Псевдовещие сны

Пример

Девушка во сне видит стаю голубей, пролетающую мимо ее окна. Утром она открывает сонник и читает, что стая улетающих голубей снится к ссоре и утрате личного счастья. Вечером расстроенная девушка встречается с молодым человеком и все время молчит. Парень пытается узнать, что же не так с его возлюбленной, постоянно задает вопросы, которые остаются без ответа, спрашивает снова, получает обвинение в дотошности, и в итоге действительно происходит ссора. А девушка думает: «Вот, в соннике именно так и сказано было». Вещий ли это сон? Нет, это ситуация, которую человек сам программирует и сознательно создает, актуализируя значение увиденных во сне символов.

Сны-двойники

Подобный феномен характерен для людей творческих, всецело преданных своему делу и в течение длительного времени сосредоточенных на решении одной и той же задачи.

История знает множество примеров, когда великие люди черпали в снах свои открытия и идеи для творчества. Известно, что спящему Пушкину являлись рифмы, которые он мучительно подбирал и не находил в течение дня, Рафаэль видел во сне картины, великолепие которых он воссоздавал в реальности, Рене Декарту открылись основы аналитической геометрии, а химик Август Кекуле благодаря сновидению описал циклическую формулу бензола. Но, пожалуй, самым уникальным примером, о котором мы уже упоминали, является открытие периодической системы химических элементов русским ученым Дмитрием Менделеевым.

С чем связан феномен таких сновидений?

Психологи считают, что когда человек бодрствует, его мозг находится на пределе концентрации. При сосредоточении на одном и том же формируется выраженная навязчивость. Когда «мыслитель» засыпает, мозг продолжает работать. К тому же во время сна все внешние «раздражители» устраняются, следовательно, ничто и никто не мешает концентрации и плодотворной интеллектуальной деятельности.

Именно поэтому ответы на вопросы, которые никак не могли найтись в период бодрствования, порой как бы сами собой приходят во сне.

Истинно вещие сны

К этой категории относятся такие сны, события которых (символы и образы исключены!) впоследствии доподлинно происходят с человеком.

Пример 1

Наиболее обсуждаемым в научной литературе является сон Авраама Линкольна. За 10 дней до кончины президенту приснился Белый дом и стоящий там под белым покровом гроб. Обратившись во сне к караульному, Линкольн узнал, что хоронят президента, убитого в театре. Через 10 дней Линкольн действительно был убит в президентской ложе во время спектакля. Кстати, любопытная ремарка: знаменитый президент США весьма увлекался спиритическими сеансами и верил во все мистическое.

Пример 2

Не менее загадочным представляется сон матери К. Рылеева. Будучи ребенком, Кондратий Федорович серьезно болел, и доктора не тешили мать надеждой на излечение сына. Во сне мать услышала голос, который сказал ей, что бессмысленно просить у Господа исцелить младенца, поскольку жизнь его будет тяжелой, а смерть — чудовищной. Мальчик чудесным образом пошел на поправку, однако, как сложилась жизнь декабриста и какой был ее финал, всем хорошо известно.

Пример 3

Очень показателен вещий сон Марка Твена. В молодости будущий писатель и его младший брат Генри поступили на пароход «Пенсильвания» учениками лоцмана. Однажды Марк заболел и вынужден был пропустить рейс. Ночью во сне он увидел металлический гроб, который стоял в центре комнаты на двух стульях, и в нем лежал его брат с букетом белых роз, а на его груди покоилась одна красная роза. Проснувшись, Твен не сразу понял, что это всего лишь сон, настолько реалистичной была увиденная картина. Спустя некоторое время братьев послали работать на разные пароходы, а через несколько дней пришло сообщение о крушении судна, на котором служил Генри. Марк Твен экстренно выехал в Мемфис, его направили в городской морг, где находились тела всех погибших. Огромное

ridmi
ТВІЙ УЛЮБЛЕНИЙ КНИЖКОВИЙ

КУПИТИ