

Наталия Радомская

---

**Все  
о снах**

*СОННИК*

Наталия Радомская  
**Все о снах. Сонник**

«Издательские решения»

## **Радомская Н.**

Все о снах. Сонник / Н. Радомская — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-909156-7

Каждый из нас хотя бы раз в жизни сталкивался со снами, которые заставляли просыпаться в холодном поту или с чувством необъяснимой радости. Это не игра воображения, это сигналы, которые нельзя игнорировать! За разгадку сновидений взялась эксперт по токованию снов Наталия Радомская. Благодаря её книге «Всё о снах» каждый сможет самостоятельно понимать тайные сигналы от высших сил и получать ответы на самые важные жизненные вопросы. В книгу также входит СОННИК.

ISBN 978-5-44-909156-7

© Радомская Н.  
© Издательские решения

# Содержание

ВСЁ О СНАХ	6
Предисловие	6
Осознанные сновидения	7
РОМАНТИЧЕСКИЕ СНЫ	8
СОННИК	9
ПРЕДИСЛОВИЕ	10
ЧТО ТАКОЕ СОН	11
МАГИЧЕСКИЕ СЕКРЕТЫ О СНАХ	12
ПОНИМАНИЕ ЯЗЫКА СНОВ	13
ТЕХНИКА УПРАВЛЕНИЯ СНОМ	15
Сколько часов необходимо, чтобы выспаться?	16
ОСОЗНАННЫЕ СНОВИДЕНИЯ	19
СНЫ О ВНЕШНОСТИ	22
НОЧНЫЕ КОШМАРЫ	23
РОМАНТИЧЕСКИЕ СНЫ	24
СНЫ О ПОДАРКАХ	25
СНЫ ОБ УМЕРШИХ	26
Невероятные истории	27
История 1	28
История 2	30
История 3	31
Конец ознакомительного фрагмента.	32

# **Все о снах Сонник**

**Наталья Радомская**

© Наталья Радомская, 2018

ISBN 978-5-4490-9156-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# **ВСЁ О СНАХ**

**Предисловие**

**Что такое сон**

**Магические секреты о снах**

**Понимание языка снов**

**Техника управления сном**

**Осознанные сновидения**  
**Сны о внешности**  
**Ночные кошмары**

**РОМАНТИЧЕСКИЕ СНЫ  
СНЫ О ПОДАРКАХ  
СНЫ ОБ УМЕРШИХ  
НЕВЕРОЯТНЫЕ ИСТОРИИ**

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТЕСТЫ**

# **СОННИК**

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Меня зовут Наталия Радомская, я эксперт по сновидениям, автор собственного сайта [www.vdohnovenie.kiev.ua](http://www.vdohnovenie.kiev.ua) и писательница. Принимаю участие в различных телевизионных ток-шоу как эксперт по сновидениям. Являюсь автором многочисленных печатных изданий. На [youtube.com](http://youtube.com) есть свой канал, куда выкладываю собственные видео по сновидениям, астрологии и приметам.

Снами начала интересоваться с тринадцатилетнего возраста, наблюдая за собственными сновидениями и за сновидениями моих близких. Затем ко мне стали обращаться знакомые и знакомые знакомых, которые просили помочь им в толковании снов, что я и делала. Их сновидения сбывались по моим толкованиям, и они снова обращались ко мне, а я в свою очередь помогала им и тем самым получала бесценный опыт этого необычного ремесла.

Таким образом, мой опыт изучения снов составляет более 20-ти лет, последние 10 лет из которых активно практикую с клиентами путём оказания консультаций. Провожу тренинги на тему «Как научиться понимать свои сны».

Просканировав все имеющиеся сонники, которые продаются на прилавках магазинов и находятся в интернете, я пришла к выводу, что они не имеют ничего общего с правдой. Я их называю «Романы о снах». Каждый автор, создавая тот или иной сонник, вкладывает в каждое значение слишком заумный смысл, обёрнутый красивыми фразами. На самом деле сны толкуются гораздо проще и легче. Как известно: всё гениальное просто!

Людам снятся сны, которые их о чём-то предупреждают или предлагают подготовиться к каким-либо событиям в жизни, но эти символы во снах люди правильно растолковать не могут из-за неимения правдивого сонника и по причине отсутствия толкового эксперта по снам. Это настоящая трагедия. Именно она натолкнула меня на мысль о написании данной книги.

Книгу «Всё о снах» я хочу посвятить трём своим бабушкам: Радомской Вере Трофимовне (мама моего отца), Стесенко Ольге Петровне (мама моей мамы) и Дрейко Лидии Петровне (родная сестра моей бабушки по матери). Их уже нет на этом свете: Вера Трофимовна умерла в 2000 году, Ольга Петровна – в 2005 году, Лидия Петровна – в 2013 году. Все они владели бесценными знаниями в области толкования снов. Я обращалась к ним за светом, запоминая всё то, чему они меня учили.

Кроме этого, одна из моих бабушек – Радомская Вера Трофимовна обладала даром каждую ночь видеть вещие сны не только о себе, но и о своих родственниках, друзьях, знакомых. Этот дар передался мне от неё.

*Сны делятся на 3 категории:*

1. Вещий сон – это такой сон, который сбывается. Такой сон подлежит обязательному толкованию с использованием сонника.

2. Пустые сны – это такие сны, которые отражают наше эмоциональное состояние: страхи, желания, опасения. Пустые сны я ещё называю отражательными снами.

3. Пророческие сны – они показывают будущее страны, мира либо глобальных событий общества. Такие сны снились пророкам. Иногда они могут сниться и современному человеку, но крайне редко.

## ЧТО ТАКОЕ СОН

**Сон** – это естественный физиологический процесс пребывания в состоянии с минимальным уровнем мозговой деятельности и пониженной реакцией на окружающий мир. У сна есть 2 фазы: медленный сон и быстрый сон.

**Фаза медленного сна** начинается с дремоты. Вам, наверняка, знакомо состояние «между сном и реальностью». Когда вы ещё не спите, но уже не бодрствуете: в голове полусонные мечтания, абсурдные или галлюциногенные мысли, а перед глазами иногда гипногические образы. В течение этой фазы снижается частота дыхания и пульса, понижается температура тела, глаза совершают медленные движения. Могут отмечаться гипногические подергивания. Дремота постепенно приобретает форму глубокого медленного сна, во время которого все сновидения медленные и охарактеризовать спящему человеку свой сон окажется невозможным.

**В течение фазы быстрого сна** у спящего наблюдается стадия быстрых движений глаз, что говорит о видении им снов. В этот период электрическая активность мозга сходна с состоянием бодрствования. Быстрый сон обеспечивает функции психологической защиты, переработку информации, её обмен между сознанием и подсознанием.

Всё вышеуказанное говорит о физиологической природе снов, но ещё есть иная – это духовная природа снов. Мой опыт позволяет мне утверждать, что сон – это гораздо больше, чем просто отдых на физическом плане. Человек – это не только физическое тело, но ещё и душа, которая живёт в данном теле. Тело и душа имеют свой мозг. Во время сна физический мозг отдыхает. Сон же находится в другом измерении. Это мы в своем тонком теле попадаем в следующее измерение – в астральный план. Многие люди даже не задумываются о том, что существует другая реальность, которая недоступна физическими органами чувств. Это объясняется тем, что колебания нашего физического тела не совпадают с колебаниями тел иной реальности (тонкого мира). Например, если мы включим вентилятор на полную мощность, то не сможет разглядеть на нём все грани, т.к. они сплетутся в один круг. Если бы мы вращались на такой же скорости, как вентилятор, то смогли бы увидеть все его грани. И, поэтому, в данном случае колебание нашего тела не совпадает с колебаниями вентилятора во включённом состоянии.

## МАГИЧЕСКИЕ СЕКРЕТЫ О СНАХ

Сны снятся всем, но не все сны запоминаются. Я поделюсь тремя секретами, которые помогут вам запоминать свои сны.

**Секрет №1:** при пробуждении не смотреть в окно, а закрыть глаза на несколько минут и постараться вспомнить сон;

**Секрет №2:** при пробуждении не брать себя за голову, не поправлять волосы, иначе сны «улетят» из вашей головы. Закройте глаза и мысленно перескажите свой сон;

**Секрет №3:** перед сном хорошенько взбить свою подушку. Когда ваша голова начнёт касаться подушки, то сны, что снились прошлой ночью, начнут неожиданно вспоминаться.

Овладев секретами вспоминания снов и активно используя эти знания на практике, то не спешите заглядывать в сонник. Для начала вспомните в каком временном промежутке вы видели этот сон:

– если сновидение, которое запомнилось вам, посетило до часу ночи, то оно сбудется очень нескоро. Порою это растягивается на месяцы;

– в промежутке с часу ночи до 3-х часов ночи— сбываются в течение двух недель или месяца;

– утренние сны и накануне пробуждения сбываются в этот же день или максимум на следующий.

Если вам приснился сон, и **вы хотите удержать это событие, как действие**, то возьмите носовой платок и завяжите на нём узел и спрячьте под подушку. Но на платочке должно быть 4 узла (4 сна). Пока не завязаны все 4 узла – платок остаётся лежать под подушкой. Как только увидели 4 хороших сна и завязали 4 узла, на молодую луну развяжите все узелки и вытряхните платочек с балкона.

Если приснился сон, **о котором вы хотите забыть или чтобы он не сбывся**, то необходимо в момент просыпания сесть и поставить ноги на пол. Как только вы это сделаете, то скажите: «Куда ночь, туда и сон. Ночь будет убывать, сон будет проходить». Если вы утром проснулись, то необходимо встать с кровати, посмотреть на свою подушку и сказать в подушку: «Куда ночь, туда и сон». Ни в коем случае не смотрите в зеркале до того, как были сказаны эти слова. Зеркало энергетически удерживает любое событие. Стоит вам в него посмотреться, как оно удержит ваше эмоциональное состояние и тот сон, который сбудется.

Часто люди просят у судьбы дать ответ на тот или иной вопрос, который их беспокоит. Данный ответ приходит в виде подсказки через сновидение. Подсказки просят таким образом: перед сном выбрасывается в окно копейка и высказывается просьба тогда, когда смотрите на луну. Но в этом имеется некий подвох, поскольку вы не будете уверены в том, кто этот сон вам даст: светлая или тёмная сила. Мой личный проверенный опыт – в один из православных праздников перед сном прочтите вечерние молитвы или «Отче наш», поблагодарите Бога за прожитый день, поблагодарите того Святого, чей чтится праздник, и попросите его, чтобы он дал вам через сон подсказку, которая поможет разобраться в какой-то ситуации. После просьбы обязательно его заранее поблагодарите за подсказку. Тем не менее, не всегда можно будет подсказку увидеть в эту же ночь. Она может явиться через сон в течение недели. Вы сами поймёте и почувствуете, что это именно подсказка, ответ на ваш вопрос.

## ПОНИМАНИЕ ЯЗЫКА СНОВ

Понимание языка снов может помочь во многом. Часто проблема не осознаётся на уровне сознания, но подсознание всегда выносит её на поверхность во сне. Сон может быть предвестником каких-либо важных изменений в вашей жизни или говорить о грядущих событиях.

Иногда люди видят очень интересные сны, которые могут содержать в себе ответы на насущные вопросы. Если вы увидели такой сон, не поленитесь его записать. Тонкие ощущения, испытываемые человеком во сне, очень быстро улетучиваются в реальной жизни без следа. Вы можете помнить суть сна, но забыть свои впечатления и некоторые переживания, что испытывались вами во время видения того или иного сна.

Выделите людей, с которыми вы во сне общались, а также предметы, которые во сне были особенно отмечены вашим вниманием. Это могут быть и природные явления, стихии (огонь, вода, земля, воздух), часто они несут важные сообщения. Как правило, люди во сне несут в себе характеристики нашей собственной личности, черты характера.

Посмотрите внимательно на персонаж своего сна, слушайте себя. Скорее всего, вам удастся понять, какую именно из ваших личных характеристик представляет во сне данный человек.

После того, как вы это определили, попробуйте проанализировать действия и слова этого человека во сне. Это ваше подсознание пытается сообщить вам о чём-то важном. Этот несложный способ помогает установить контакт с подсознанием.

Как ещё можно правильно понять свой сон? Можно спросить своё подсознание о смысле сновидения, но этот способ подойдёт только людям с развитой интуицией.

Нужно сесть и расслабиться в спокойной обстановке, настроившись на общение со своим подсознанием. Затем спросить, готово ли оно пообщаться с вами – ответом может быть какой-нибудь внутренний звук или ощущение, внезапно пришедшая в голову мысль, слово, образ. Для того, чтобы дождаться ответа, нужно время, получить ответ далеко не всегда получается сразу. Если ответ истолкован вами положительно, задайте подсознанию вопрос о значении своего сна и учитесь понимать его ответы, которые будут даваться также в форме образов и ощущений – это язык подсознания. Для того, чтобы научиться понимать ответы подсознания, нужна немалая практика. Современный человек почти полностью утратил контакт с ним.

Совсем другое дело – это страшные сны. Чаще всего они посылаются человеку падшими ангелами для того, чтобы напугать, ведь нашим страхом они питаются и испытывают от этого огромное наслаждение. Дабы оградить себя от воздействия демонов, необходимо защищаться от них, прибегая к достаточно простым вещам. А именно: перед сном осенять крестом все стены комнаты, пол, потолок и себя. Также не забывайте перед сном прочитать «Отче наш» и своими словами помолиться, поблагодарив Бога за прожитый день и попросить помощи на спокойный сон.

Если и после этого кошмары не покинут вас, то купите в церкви ладан и кладите себе под подушку. Как православный человек, я всем советую каждое утро натошак вкушать церковную просфору, записая глотком святой воды. Если это, тогда тёмные силы станут уже вас бояться, а не вы их, и они не будут приближаться к вам ни во сне (через страшные сновидения и разные полусонные галлюцинации), ни наяву (в виде неприятностей и сильных душевных терзаний). А также на вас не будет действовать ни одна порча.

Отдельно хочется сказать о некоторых символах во сне. Иногда бывает так, что сон потрясает человека, он просыпается от этого потрясения. На такие сны нужно обратить особое внимание. Что именно потрясло вас, возможно, это был какой-либо символ? Например, гигантский белый лайнер, какого вы никогда не видели в жизни, фантастические птицы или

животные, дома очень странного вида, прекрасная радуга, бушующий океан... Значение этого образа-символа найдите в соннике и следите за развитием событий в вашей жизни.

Очень важным является различать главные символы во сне от второстепенных. Главными и даже ключевыми символами выступают различные люди, предметы, одежда, места (помещения, города) и другое. Второстепенными или вспомогательными символами выступают действия. Приведу пример. Ко мне обратился мой клиент Павел с вопросом и даже с жалобой: «Наталия, в Вашем соннике недостаточно значений. Мне сегодня приснилось, что я делал массаж одной женщине. У вас такого значения не нашёл». Как видите, Павел обратил внимание именно на действие – массаж, что является второстепенным символом. Тогда я задала ему наводящие вопросы:

- Массаж делали незнакомой женщине или знакомой?
- Насколько она была раздета?
- Были ли раздеты вы и насколько?
- Масло использовали?
- Руки мыли?

Ответ Павла был таков: «Делал массаж незнакомой женщине, без масла, руки не мыл».

И толкование следующее: незнакомая женщина вне зависимости от возраста, включая маленькую девочку, снится к удивлению. И массаж в данном случае выступил как второстепенный символ, как часть сценария сна для того, чтобы спящий человек запомнил это сновидение. Если бы эта незнакомая женщина ему просто приснилась, он мог бы этот сон и не запомнить вовсе.

Теперь объясню почему я задавала Павлу наводящие вопросы. Как было указано выше, незнакомая женщина снится к удивлению. Но если эта женщина была знакома Павлу в реальной жизни, то данный сон расскажет именно о ней. Чем меньше на женщине одежды, тем хуже для неё. Это означает, что в жизни у неё крупные неприятности и даже скажу больше – невероятные душевные терзания. Чем больше человек раздет во сне, тем больше его масштаб горя. Если раздетым видеть себя, то горе ожидается у вас.

Масло снится к тому, что всё у вас будет идти, как по маслу.

Мыть руки – кто-то сплетничает о вас. Наверняка вам знакомо такое выражение: обмывать кости? Не зря мыть руки и вообще мыться, мыть посуду, пол – означает, что кто-то «обмывает вам кости», то есть сплетничает.

Вышеуказанное указывает на то, что значение сна «массаж» искать вовсе не стоит. Поиск состоит в иных словах.

Бывают исключения, когда именно действие во сне является главным символом, как было выше сказано: мыть руки. Также есть и другие символы в действиях: танцевать, заматывать, плавать. Их значение можно найти в соннике, который представлен в конце этой книги.

В любой науке существуют исключения и, к сожалению, в методике толкования снов тоже. Как человеку, который только начинает изучать сны, можно научиться отделять главные символы от второстепенных? Только так: заходить в сонник и искать все те символы, которые вы видели во сне, запоминать их толкования и мысленно классифицировать на главные и второстепенные. С каждым днём и месяцем вы будете запоминать всё больше и больше, и, таким образом, приобретать опыт.

Умение понимать свои сновидения очень важно, ведь мы треть своей жизни проводим во сне, в этой увлекательной реальности, которая может научить многому. Не стоит пренебрегать ею, и со временем ваш внутренний мир и ваша жизнь станут гораздо ярче и богаче.

## ТЕХНИКА УПРАВЛЕНИЯ СНОМ

Знаете ли вы, что во сне иногда можно увидеть выход из сложных ситуаций, проблем, которые в реальности никак не поддаются решению? За примером далеко ходить не надо, вспомнить, хотя бы, Менделеева, которому после нескольких дней напряжённой работы над таблицей элементов, она ему просто приснилась.

То есть, овладев техниками сновидений, вы сможете какую-то часть своих задач решать в спящем состоянии. Это означает, что техники управления сном позволяют управлять сюжетом сновидения, сохранять в памяти полученную во сне информацию, начинать и завершать сновидение по вашему желанию.

Кому-то это может показаться невероятным, чем-то из области фантастики, запредельного будущего, но техники сновидений довольно древние. Скажу больше, техники управления сном испробовали спецслужбы всего мира. В принципе, научиться управлять своими сновидениями может любой человек при должной тренировке и большом желании.

Известно, что некоторым людям и без всяких тренировок часто снятся вещи» сны, а другие хоть и используют техники сновидений, но результата не получают. С чем это связано? В первую очередь хочется отметить, что применять техники управления сном можно только хорошо выспавшись, когда у вас нет, так сказать, «долгов по сну». Хроническое недосыпание – проблема почти половины населения Земли. Особенно это касается людей, живущих в крупных мегаполисах, где многие ведут ночной образ жизни. А ведь всего несколько столетий назад люди ложились спать с заходом солнца, как и большинство живых организмов на Земле.

Учёными доказано, что наш мозг отдыхает всего 2 часа в сутки: в промежутке с 23.00 до часу ночи. Замечали ли вы за собой такую деталь: стоит вам уснуть позже 23.00 и даже проспав 10 и более часов, всё равно ощущение «разбитости» не покидает вас? Это связано с тем, что ваш мозг не отдохнул положенных ему двух часов. Идеальным временем для засыпания является 22.00. Начните засыпать именно в это время и убедитесь в том, что начнёте прекрасно себя чувствовать, даже если будете спать меньше 8-ми часов.

## Сколько часов необходимо, чтобы выспаться?

Возраст/род занятий	Рекомендуемое время для сна
Подросток	9-10 часов
Студент	8-9 часов
Тот, кто работает с утра до вечера	7-8 часов, если занимается ещё спортом 2-3 раза в неделю – 8-9 часов.
Безработный	7-8 часов.
В декретном отпуске	8-9 часов. Беременным нужно плюс 1-2 дополнительных часа.
Пенсионер	9-10 часов

И еще один важный момент: при использовании техник сновидений – это вера в себя. Вы должны действительно поверить в то, что можете управлять своими сновидениями, и тогда результат непременно будет. А если вы верите в такую возможность, но сомневаетесь, то и результат окажется «плавающим».

Если систематизировать имеющиеся техники управления сном, то это будет выглядеть примерно так:

- управление засыпанием;
- управление сновидением (сюжетом сна);
- управление пробуждением.

Каждую из этих техник управления сном перед применением нужно сначала запрограммировать в своё подсознание. Рассмотрим этот этап на простом примере: компьютеру для работы требуется программа (операционная система), а для того, чтобы он начал использовать эту программу, её необходимо сперва установить на жёсткий диск, т.е. запрограммировать. Также и с техниками сновидений.

А запрограммировать своё подсознание можно только находясь в альфа-ритме. Например, чтобы запрограммировать технику управления сновидением, вы должны войти в альфа-ритм и мысленно сказать себе: «Используя технику управления сновидением, я смогу увидеть именно то, что я пожелаю». Затем мысленно проделайте эту технику сновидений от начала до конца, представьте, как вы будете ею пользоваться. А перед выходом из альфа-ритма ещё раз напомните себе, что вы с помощью техники управления сновидением сможете увидеть то, что пожелаете.

Альфа-ритм, альфа-состояние, альфа-уровень – это одно и то же, называемое разными словосочетаниями. Те, кто знаком с медитированием, скорее всего, знают, о чём речь, потому что наиболее простой способ вхождения в альфа-ритм – это медитация.

А теперь подробнее. Каждое состояние человека, каждая эмоция имеет свой ритм: состояние покоя, возбуждение или, например, злость, смех и т. д. Так вот, альфа-состояние (медитация, расслабление) имеет ритм около 10 циклов в секунду, другими словами – это частота волн мозговой активности.

Наибольшую амплитуду альфа-ритм имеет в состоянии спокойного бодрствования, особенно при закрытых глазах в затемнённом помещении. Блокируется или ослабляется при повышении внимания (в особенности зрительного) или мыслительной активности.

Состоянию активного бодрствования соответствуют более активные ритмы, их называют бета-ритмы. Сознательно понижая частоту волн активности мозга, человек приобретает способность хорошо концентрироваться, что повышает эффективность мыслительного процесса.

Войти в альфа-ритм и при этом не уснуть, под силу любому человеку. Некоторые люди, успешно практикующие техники управления сном, иногда используют альфа-уровень вместо сна, когда нет возможности поспать. Грубо говоря, несколько минут нахождения в альфа-состоянии равносильно нескольким часам полноценного сна, после которого чувствуешь себя отдохнувшим.

И всё же, за сказочной возможностью техник управления сном прячутся несколько реальных «но». Есть люди, которых пугает эта возможность (скорее всего тех, кто никогда не пробовал использовать техники сновидений). Почему? Одни считают, что в результате постоянного использования техник сновидений может возникнуть психологическая зависимость от этого состояния. Другие полагают, что осознанные сновидения вредны для здоровья, потому как мешают полноценному сну.

Сознание во время сна должно отдыхать, а при использовании техник управления сном ему приходится работать. В этих предположениях есть своя доля правды, получается, что человек вмешивается в естественный ход вещей. Так что, думайте сами, решайте сами – управлять или не управлять.

Для тренировки входа в альфа-ритм существует пять основных способов. Вы можете выбрать тот, который вам будет по душе.

1. Сядьте в удобную позу, но следите, чтобы спина была прямой. Закройте глаза и сосредоточьтесь на своем дыхании. Постепенно успокойте дыхание, чтобы оно стало медленным, ровным и глубоким. Затем начинайте произносить про себя: «Три, три, три», одновременно представляя себе эту цифру. Сделав три вдоха и выдоха и одновременно повторяя цифру «три», делайте следующие три вдоха и выдоха, повторяя мысленно: «Два, два, два» и одновременно представляя себе эту цифру. Затем сделайте все то же самое, повторяя цифру «один» и мысленно представляя ее. После этого вы окажетесь на альфа-уровне. Этот процесс может занять максимум 5 минут.

2. Сядьте в удобную позу с прямой спиной, закройте глаза, успокойте дыхание, чтобы оно стало ровным, медленным и глубоким. Во время выдоха очень медленно и спокойно произнесите слово «Расслабление». Делайте это до тех пор, пока не почувствуете, что полностью расслабились. Для того, чтобы максимально расслабиться, представьте куст розы, который растёт. Распускается каждый листок, каждый цветок. Максимально подробно представляйте этот процесс.

3. Сядьте в удобную позу с прямой спиной, закройте глаза, успокойте дыхание и начинайте медленно про себя считать от десяти до одного. При этом представляйте, как выглядит каждая из называемых вами цифр. Вы почувствуете, что с каждой цифрой расслабляетесь все больше и в конечном итоге окажетесь на в альфа-ритме.

4. Утром, после пробуждения, или вечером, перед сном, лежа в постели, закройте глаза и под закрытыми веками направьте взгляд вверх под углом примерно в 20 градусов. Начинайте медленно, с интервалом примерно в две секунды, обратный счет от ста до одного. Полностью сосредоточившись на счете, вы войдете в альфа-состояние.

5. Способ для новичков. Возьмите кольцо с ровными краями, без камней и выпуклых поверхностей, подобно обручальному. Отрежьте нить размером приблизительно 25 см. Привяжите к кольцу. А другой край пусть обхватят ваши пальцы. Опустите нить с кольцом таким образом, чтоб кольцо не касалось стола. Локоть должен плотно стоять на столе. Дождитесь, пока кольцо перестанет вращаться и обратитесь к своему подсознанию: «Моё подсознание, как ты отвечаешь на вопрос ДА?» И ждите, пока кольцо начнёт вращаться. Но не смотрите на него, чтоб не сбить с ритма. Запомните движения. Кольцо может вращаться от права влево, от лево вправо и по кругу. Следующий вопрос: Моё подсознание, как ты отвечаешь на вопрос НЕТ?» Снова запомните движения кольца. И последний третий вопрос: Моё подсознание, как ты отвечаешь на вопрос НЕ ЗНАЮ?» Итак, после этого максимально расслабьтесь и зада-

вайте вопросы своему подсознанию какие хотите. Единственное что нельзя спрашивать, так это о будущем. Общение с подсознанием – это не гадание. Достаточно эффективно этот метод работает, если вы что-то потеряли не можете найти, когда вы не знаете обманывает вас человек или говорит правду.

Вы можете находиться на альфа-уровне столько времени, сколько захотите. Ограничений здесь никаких нет, поскольку это состояние никогда и ничем не может вам повредить, а напротив, пойдет лишь на пользу. Задавайте мысленно вопросы своему подсознанию и получайте ответы. Читая эти строки, вы можете подумать, что это невозможно. Поверьте, даже невозможное становится возможным, если верить в это.

Если вы захотите вернуться к обычному состоянию бодрствования, то вам достаточно сказать себе: «Сейчас я сосчитаю до пяти, на счете „три“ вернусь на бета-уровень и буду чувствовать себя очень хорошо». После этого мысленно сосчитайте до трёх и откройте глаза.

Одна из прелестей медитации в альфа-ритме заключается в том, что вы не можете увлечь туда за собой никаких дурных чувств и злобы. Если подобные чувства вторгнутся в ваше состояние, то вы вылетите из медитации, как пробка из бутылки. С течением времени подобные чувства будут все дольше оставаться за пределами вашего состояния, пока в один прекрасный день вообще не исчезнут. Это будет означать, что те виды деятельности головного мозга, которые приводят к заболеваниям организма, нейтрализованы.

Конечно, альфа-состояние назвать сном трудно. Тем не менее, это состояние и бодрствованием не назовёшь. Многим удаётся войти в это состояние, а вскоре уснуть и увидеть яркий сон. Сам альфа-ритм открывает вам доступ к силе вашей интуиции. В этом состоянии вы получаете доступ к информации, заложенной в вашем подсознании. Вы можете получать от подсознания ответы на волнующие вас вопросы. Ведь подсознанию известно гораздо больше, чем сознанию – просто потому, что оно улавливает на несколько порядков больше информации, чем это доступно сознанию. Руководствуясь интуицией, вы перестанете совершать те ошибки, к которым вас толкает то и дело заблуждающаяся логика.

## ОСОЗНАННЫЕ СНОВИДЕНИЯ

Хотели ли вы когда-нибудь присниться другому человеку? Причём, присниться по своему желанию, придумав сценарий для чужого сна? Это более, чем реально. Для этого вам необходимо будет овладеть техникой «осознанного сновидения».

Осознанные сновидения бывают 2-х типов:

- по замыслу;
- по желанию.

### *Осознанный сон по замыслу*

Это такой сон, в котором вы сами осознаёте то, что спите. И как только во сне вы поймёте, что спите, то сможете самостоятельно создавать свои сны или путешествовать по «сонной реальности». Именно поэтому такой осознанный сон именуется сном по замыслу.

Когда человек усypяет, то попадает в иную реальность: в «мир снов». Но только люди, которые практикуют «осознанное сновидение» делают это сознательно. Именно они обладают властью присниться другому человеку. Для этого необходимо всего лишь найти свой «спящий объект» в мире снов, а дальше уже можете вести себя, как вам угодно, ведь человек, которому вы приснитесь, будет думать, что это всего лишь сон, если, конечно, он сам не владеет техникой «осознанных сновидений».

Иногда я лично практикую методику осознанных сновидений. Даже помню свой осознанный сон: когда я во сне поняла, что это сон, то мне стало немного жутковато, но затем я освоилась и стала получать удовольствия от своих сонных приключений: я могла летать, могла по силе мыслей оказываться в том месте, где хотела и т. д.

В осознанном сновидении вы не только приснитесь желаемому объекту, но и можете задавать любые вопросы, на которые он ответит вам совершенно честно. То есть осознанное сновидение – это ещё и метод внедрения в чужое подсознание. И никакой магии!

А как найти определённого человека в мире снов, если там одновременно прибывают миллионы людей? Оказывается, очень просто: надо только захотеть найти его. В параллельном мире сновидений у человека проявляются способности к телепатии. Другими словами, присниться другому человеку можно, если вы сумеете почувствовать его энергетику на расстоянии. Лучше всего это получается у влюблённых людей, которые прекрасно чувствуют энергетику друг друга. Но есть одно правило: тот, кого вы хотите найти в «мире снов», тоже должен спать.

Не стоит забывать о том, сознание каждого человека фильтрует сны по-своему. Поэтому, тот человек, которому вы приснитесь таким образом, может воспринять созданный вами сон вовсе не так, как вам бы хотелось. Лучше сначала хорошенько подумать, что вы будете делать и говорить человеку, когда ему приснитесь. В противном случае можно получить резко отрицательный результат.

Конечно, ни в коем случае не стоит злоупотреблять возможностью управлять сном другого человека и каким-нибудь образом причинять ему зло. Не сомневайтесь, за любое зло, даже причинённое во сне, вам обязательно воздастся.

«Так что же делать для того, чтобы попасть в осознанное сновидение?», – спросите вы. Существует несколько правил, которых необходимо придерживаться для того, чтобы осознанно попасть в мир снов:

- очень большое желание;
- проблема, которую можно решить исключительно в осознанном сновидении;

– необходимо уснуть не позже 22.00 и иметь возможность спокойно проснуться в любое время для того, чтобы около получаса полежать и вспомнить свой сон;

– объект, которого вы хотите найти, тоже должен спать;

– верить в то, что делаете.

Будьте готовы к тому, что с первого раза может не получиться. Бывает так, что человек хочет присниться другому человеку и задать ему вопросы, которые его больше всего волнуют, но эти вопросы в реальности он задать не может по причине того, что с этим человеком нет возможности общения либо он не скажет правду. Человек может терзаться, даже испытывать нервное напряжение от того, что ему действительно это необходимо. В этом случае удастся войти в осознанное сновидение.

Также если вы по ком-то скучаете и хотите напомнить о себе, то результат осознанного сновидения не заставит себя ждать.

О том, сколько тренировок необходимо проделать, чтобы попасть в осознанное сновидение – не даст ответ никто. Это сугубо индивидуально. Одно могу сказать наверняка: если вы полностью к этому готовы, не боитесь и выполняете все 5 вышеуказанных пунктов, то всё получится.

### *Осознанный сон по желанию*

В осознанном сне такого типа вы не подозреваете, что спите, все события воспринимаете, как обычный сон. Для того, чтобы попасть в осознанное сновидение по желанию нужно очень хотеть кого-то увидеть и думать об этом весь день или даже несколько дней и накануне усыпания представлять эту встречу до мелочей либо достаточно хотеть исполнения какого-то желания и в мелочах весь день или даже несколько дней думать об этом и накануне усыпания продумывать все стадии этого процесса. Например, желание выступить перед большим количеством людей и слышать аплодисменты, желание выиграть конкурс и т. д.

Если вы действительно очень этого хотите и думаете об этом накануне усыпания, то вы увидите то, о чём так давно грезили. Проснувшись утром, вы будете немного удивлены тем, что увидели именно то, о чём думали. И сразу же можете искать в соннике значение такого сна. Но это не тот случай.

В осознанном сне такого типа могут появляться иные образы кроме тех, которые вы намечали. Например, вы хотите оказаться в определённом месте в окружении определённых людей. Вы на протяжении всего дня или нескольких дней усиленно мечтали об этом, причём не для того, чтобы увидеть осознанный сон, а потому, что очень чего-то хотите. Кроме этого, мечтали об этом накануне усыпания. И вам снится это событие, но в нём кроме тех людей, которых вы хотите увидеть, снятся и другие. Кроме тех образов, которые вы представляли себе пред сном, можете видеть новые. Тем не менее, 80% такого сна – это ваши мечты, ставшие реальностью во сне именно потому, что вам удалось не только увидеть нужных вам людей и определённое событие, но и присниться этим людям. И сон у вас на всех один – по задуманному вами сценарию.

Многие из вас видели осознанный сон, но даже сами не понимали, что это был именно такой сон.

Если практика «осознанного сновидения» кажется вам чересчур сложной, а присниться другому человеку очень хочется, есть ещё один способ это сделать, он более прост. В состоянии «между сном и реальностью» представьте этого человека перед собой, затем вспомните какое-либо событие, произошедшее с вами и этим человеком. Попробуйте вновь пережить это событие: представьте всё до мелочей, кое-что можно даже надумать. Необходима безупречная визуализация. Если вам удастся плавно перейти с этими воспоминаниями в сон, то знайте, что во сне этот человек увидит вас.

Хотя этот метод намного проще метода осознанных снов, но, в тоже время, он и менее надёжен. Хорошо овладев практикой «осознанного сновидения», вы, мало того, что приснитесь ему, так у вас на двоих будет один сон! Тогда, как во втором варианте вы приснитесь этому человеку, но не будете знать как именно. Также здесь существует вероятность того, что сновидение из второго варианта ему не запомнится. В любом случае, чтобы проверить, удалось ли вам присниться кому-нибудь, придётся у него об этом спросить и, скорее всего, что этот человек не расскажет вам правду до конца, если, конечно, вы не являетесь с ним коллегами по практике «осознанных сновидений».

## СНЫ О ВНЕШНОСТИ

Сны о внешности принято считать странными снами, когда увиденное во сне воспринимается не что иное, как не понятное. Рассказать такой сон не каждому под силу вследствие странного сюжета.

Когда во сне вы видите себя иначе, чем есть на самом деле, то на такой сон необходимо обратить внимание и обязательно посмотреть в соннике значение.

Рассмотрим самые популярные сновидения о внешности.

**БОЛЬШОЙ НОС** – снится к собственной глупости. Ваш необдуманный поступок приведёт к тому, что вы останетесь «с носом».

**БОЛЬШИЕ УШИ** – новость, которая вас шокирует.

**МАЛЕНЬКИЕ УШИ** – от вас что-то скрывают. Постарайтесь «услышать» знаки, окружающие вас. Проявите желание узнать правду. Или у вас есть что-то такое, что вы боитесь услышать?

**ДЛИННЫЕ ИЛИ ОКРАШЕННЫЕ ВОЛОСЫ** – вам предстоит дорога. Иногда такой сон может означать изменения в жизни, новую интересную жизнь. Недаром дорогу и жизнь называют одним словом – ПУТЬ.

**КОРОТКИЕ ВОЛОСЫ ИЛИ ЛЫСИНА** – дорога, на которую вы надеялись, не состоится. Либо переждите недельку и потом отправляйтесь в путь. Вселенная не благоволит отправляться в дорогу именно сейчас.

**ПАРИК, ШИНЬОН** – это обман. В реальности, когда вы надеваете шиньон, то многие думают, что это ваши волосы, но на самом деле нет. Вы обманываете этим аксессуаром окружающих. Так и во сне. Парик либо шиньон на своей голове – как знак того, что в реальности вас могут обмануть.

**БЫТЬ В ЧУЖОМ ТЕЛЕ** (животного, птицы, актёра, просто другого человека) – прожить чужую жизнь вследствие неправильно сделанного решения. Часто такие сны снятся перед важным выбором. Выбирать нужно НЕ ТО, что будет одобрено обществом, а ТО, что находит отклик в вашем сердце. Задумайтесь об этом и сделайте правильный выбор.

**ОКАЗАТЬСЯ ГОЛЫМ В ОБЩЕСТВЕННОМ МЕСТЕ** – сильные душевные терзания. Обнажённое тело во сне – это как обнажённая душа. В реальности вы будете пытаться убежать от себя, от своих негативных мыслей, как во сне пытались спрятать своё обнажённое тело.

**ГОРЬ НА СПИНЕ** – неожиданное счастье. Самый счастливый сон! Счастье в буквальном смысле привалит и придавит.

**ВЫСОКИЙ РОСТ** – каким-то своим поступком вы выделитесь среди окружающих.

**МАЛЕНЬКИЙ РОСТ** – быть униженным людьми или обстоятельствами.

**БЫТЬ БЕЗ НОГИ ИЛИ БЕЗ РУКИ** – скованность в действиях. Кто-то или что-то будет вам мешать.

## НОЧНЫЕ КОШМАРЫ

Ночные кошмары – это такие сновидения, после которых мы просыпаемся с чувством страха, что может произойти что-то неприятное и плохое с нами или с нашими близкими. Нам может присниться, что за нами кто-то опасный гонится, что нас хотят убить, что угрожает какая-то опасность нашим родным и близким людям, что с ними уже что-то произошло страшное и мы, конечно же, после таких сновидений мы недоумеваем от тревоги и страха и с облегчением вздыхаем и говорим сами себе, что это был всего лишь сон.

Разделим ночные кошмары по категориям.

*Категория 1. Попытка убийства.*

**ВЫСТРЕЛОМ ИЗ ПИСТОЛЕТА** – к получению новостей.

**НОЖОМ** – кто-то «прирежется» к вам в гости или в вашу жизнь.

**УДУШЬЕМ** – появится настойчивый поклонник.

*Категория 2. Преследование.*

**КРУПНОЕ ЖИВОТНОЕ** – в вашу жизнь войдёт человек, который будет пытаться завоевать ваше сердце. Крупное животное любое, кроме лошади, поскольку лошадь снится к болезни.

**ЧЕЛОВЕК** – если преследует человек, то здесь важен его пол. Мужчина – сулит хлопоты, женщина – удивление. Если вы не знаете какого он пола, тогда такой сон означает, что вы кому-то очень нравитесь, но не замечаете этого.

**НЕЧИСТАЯ СИЛА** – снится к получению важных новостей, и, вообще, сулит перемены в жизни в лучшую сторону.

*Категория 3. Немочность.*

**ТЯЖЕЛО БЕЖАТЬ** – это сон, в котором мы пытаемся бежать, однако ноги как ватные. Означает нашу немощность в той ситуации, которая происходит в данный момент. Вам трудно будет доказать свою правоту. Переждите до более благоприятного периода и только тогда действуйте.

**ГОЛОС НЕ ЗВУЧИТ** – когда мы пытаемся во сне закричать, но голоса нет. Это знак того, что вы окажетесь в ситуации, когда те люди на кого вы надеялись, не помогут вам. Самое время надеяться только на себя.

**БЫСТРАЯ УСТАЛОСТЬ** – чувствовать во сне усталость означает то, что появится препятствие, но не внешнее, а этим препятствием будете именно вы. Лучше не совершать каких-либо действий, чтоб не попасть в неприятную ситуацию.

*Категория 4. Угроза близким людям.*

**СМЕРТЬ БЛИЗКОГО** – снится к тому, что живое умрёт. То есть, то дело, которым вы занимаетесь или будете заниматься, не получится. К близкому человеку сон не имеет никакого отношения. Популярное толкование: если приснился мёртвым, то жить будет долго – не работает. Это выдумка людей.

**НА БЛИЗКОГО НАПАДАЕТ ЗВЕРЬ** – этот человек будет подвержен оскорблениям со стороны других лиц.

*Категория 5. Угроза стихий.*

**ПОЖАР** – предвещает ссору, скандалы.

**СИЛЬНЫЙ ДОЖДЬ** – снится к слезам.

**СИЛЬНЫЙ СНЕГОПАД** – будете смеяться. Чем больше снега во сне, тем лучше.

**ТОНУТЬ** – запутанная сложная ситуация, неопределённость в какой-то сфере жизни.

**УРАГАН** – к тревожным новостям.

**ЦУНАМИ** – сильнее волнение, переживание.

**ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ** – крах надежд.

## РОМАНТИЧЕСКИЕ СНЫ

Романтические сны – это сны о любви, о любовных приключениях и поступках. Таким снам подвержены все без исключения. Кому-то они снятся чаще, кому-то реже. После романтических снов человек просыпается окрылённым и счастливым.

Разделим романтические сны по категориям.

### *Категория 1. Подарки.*

**БУКЕТ ЦВЕТОВ** – когда во сне букет цветов дарит мужчина, которого вы знаете, это означает, что в скором будущем он будет за вами ухаживать. Если букет от незнакомого вам мужчины, то вас ожидает знакомство с мужчиной, который вас полюбит.

**ВАЛЕНТИНКА** или любая другая записка с признанием в любви от вашего возлюбленного, это означает, что этот человек на самом деле очень вас любит. Если любовную записку дарит незнакомый вам мужчина, то это предвещает хлопоты. Если во сне вы просто обнаруживаете у себя валентинку, но не знаете от кого – это предзнаменование хороших новостей, но не обязательно любовного характера.

**КОЛЬЦО.** Обручальное кольцо снится к скорому замужеству! Одной моей клиентке, которая, кстати, была в разводе со своим мужем, приснилось, как она на свой безымянный палец надевала кольцо. В течение месяца после её сна бывший муж признался, что любит её. Они снова поженились. Если же кольцо приснилось не обручальное, то в таком случае оно является символом успеха в любви.

**ЦЕПОЧКА** – означает сложную жизненную ситуацию, в которую вы попадёте. Цепочка ассоциируется с петлёй. Вы будете ощущать себя загнанным в угол и не сразу поймёте как же правильно вам действовать.

**КУЛОН** – это неожиданная возможность выхода из непростой ситуации.

**КОНФЕТЫ** – предвестники сладкой жизни.

**СЕРЬГИ** – снятся к счастью.

### *Категория 2. Свадьба.*

#### **ВЫХОДИТЬ ЗАМУЖ**

**ПРИМЕРЯТЬ СВАДЕБНЫЙ АТТРИБУТ** (фату, платье или туфли) – означает, что у вашего возлюбленного серьёзные намерения и скоро он вам сделает предложение руки и сердца. Мужчинам может присниться, как они примеряют свадебный костюм, туфли, прикалывают цветок к пиджаку. Всё это означает одно: у вашей второй половины по отношению к вам серьёзные намерения: создать семью.

**СВАДЕБНЫЙ БУКЕТ** – такой сон означает цветущую беззаботную жизнь. Но! Если вам снится, что вы бросаете свадебный букет, то такой сон сулит убытки, как правило, финансового характера. Хорошо во сне ловить букет, даже его красть. Но не отдавать и не бросать.

### *Категория 3. Свидание.*

**ОБЪЯТИЯ** – снятся к мелким неприятностям.

**ПОЦЕЛУИ** – это крупные неприятности. Иногда – неверность второй половины.

**ЧУВСТВО ВЛЮБЛЁННОСТИ** – череда приятных волнующих событий.

## СНЫ О ПОДАРКАХ

Подарки всегда приятно получать как во сне, так и наяву. Но что означает, когда во сне вам что-то дарят? Радоваться этому или печалиться, ожидая подвоха и неприятностей? В предыдущей теме были рассмотрены романтические подарки. Здесь же предлагаю более углубиться в тему подарков, рассмотрев данную тематику максимально широко.

**СЛАДОСТИ, КОТОРЫЕ ИСПЕЧЕНЫ** (печенье, пироженые, тортики, пряники, пироги) – вас будет одолевать печаль.

**МОРОЖЕНОЕ**, как и любой молочный продукт, снится к финансовой прибыли.

**НОВАЯ ВЕЩЬ** (платье, шубка, кофточка и другое) – получение хороших новостей. Если во сне вы в этой обновке смотрите на себя в зеркало, то это означает перемену в жизни.

**МАШИНА** – да... мало ли кто мечтал о таком подарке. И получить такой подарок во сне... ого-го! Но, к сожалению, означает, что вас могут обмануть. Либо какое-то мошенничество произойдёт. Однако! Если сели за руль этой машины, тогда иное трактование: вы какую-то сферу своей жизни возьмёте под свой контроль.

**ИГРУШКИ** – радостно сообщают о дороге. Вы куда-то отправитесь. И дорога эта доставит вам массу удовольствия.

**КРЕСТИК** (из любого материала) – снится к тому, что вас будут ожидать испытания. Вам придётся «нести свой крест». Никому не удавалось испытания пройти с удовольствием. Вам нужно будет принять какую-то ситуацию, с которой вы не согласны и просто с этим прожить.

**БРОШЬ** – снится к похвале, а, возможно, вас ожидает повышение по карьерной лестнице. Брошь ассоциируется с медалью. Медаль дают за что-то: за отвагу, за какой-то благородный поступок. Так и брошь снится к поощрению.

**БРАСЛЕТ** – вы будете от чего-то или от кого-то зависимы. Браслет ассоциируется с наручниками. У вас будто будут связаны руки, вам будет сложно разрешить какую-то возникшую проблему.

## СНЫ ОБ УМЕРШИХ

Мне часто снятся умершие (родственники, знакомы, друзья). Раньше я боялась таких снов, но сейчас отношусь к этому спокойно и понимающе. Во сне я осознаю, что ко мне пришла душа умершего человека и пытаюсь понять причину его прихода.

Когда мы теряем своих близких, то забываем о том, что умерло только тело. Душа, напротив, живёт. Часто люди не задумываются о некоторых своих высказываниях об умерших, как, например: «Его больше нет». Как это нет? Если мы не можем видеть параллельный мир, в котором находятся души умерших людей, то это вовсе не означает, что люди, тела которых находятся в земле, их больше нет. Они есть, но живут в ином мире и нуждаются в наших молитвах, в церковных панихидах и сорокоустах, ведь, когда мы молимся о них, когда церковь молится о них, они осознают то, что мы считаем их живыми, но в ином мире, о котором мы мало, что знаем, тем не менее, верим в то, что они есть, пусть не на этой земле, не в нашей жизни, но есть!

Чаще всего мне задают вопросы о снах, в которых приходят умершие. Сны разнообразны, но все они сводятся к двум причинам, по которым снятся умершие:

1. Эти души хотят молитв. Прямо попросить они не могут, им запрещено Богом. Они лишь во сне посылают нам определенные символы, которые мы должны уметь разгадать и понять.

2. Хотят предупредить спящего о грядущей опасности.

У многих в связи с этим возникает вопрос: «Как распознать причину прихода во сне души умершего?» И я отвечу примерами:

– когда умерший вас обнимает или целует – означает угрозу для вашего здоровья либо предупреждает о будущих неприятностях;

– умерший просит дать ему одежду или какие-то вещи – знак того, что вам грозит опасность потери, бедствий. После такого сна нужно собрать дома свои вещи, которые вы уже не носите, но они в хорошем состоянии и отдать нищим во благо души умершего. Это называется милостыня. Когда вы что-то кому-то отдаёте от чистого сердца, то Вселенная в ответ Вас наградит или избавит от дурного предсказания сна;

– умерший просит дать ему денег – знак того, что никому не нужно давать в долг и не заключать сомнительных сделок. Если дадите в долг – всё равно, что отдадите эти деньги мёртвому, то есть, вам эти деньги никогда не вернут;

– когда умерший зовёт вас с собой – предупреждение о беде и даже угроза жизни.

– если умерший приснился так, как – будто ему плохо или больно – это значит, что ему на том свете плохо и ваша молитва за него будет очень кстати;

– разговаривать с умершим о разных житейских вещах – предупреждение о грядущих неприятностях;

– если умерший во сне просит поесть, попить либо сам вас угощает, если вы сидите за одним столом с умершим. Этот умерший очень хочет, чтобы вы за него подали в церкви панихиду. Также, когда снится стол (дома, в ресторане, в гостях), когда вы готовите еду, либо вы видите, что кто-то готовит или вас угощают. Даже если в этом сне не присутствует умерший, знайте, что вам необходимо пойти в церковь и подать на панихиду за всех своих умерших родственников.

## **Невероятные истории**

За последние 10 лет моей практики по толкованию снов, ко мне обращаются люди с просьбой растолковать тот или иной сон. У меня собралась подборка таких сновидений с историями из жизни людей. В них чётко просматривается связь между сном и реальностью. Истории подлинные, имена героев я изменила.

## История 1

Ярослав, 27 лет. Работает в отделе логистики.

**Сон:** Ярослав идёт по улице, как видит перед собой снайпера с винтовкой, который целится в него. Глаза Ярослава расширились от страха, и он начинает убегать. Звук выстрела и дикая боль в области сердца. Ранен. Но крови нет. Он упал и судорожно пытается глотать воздух. Сил подняться у него не было совершенно, сколько он ни пытался это делать. Видит свою девушку, которая весело смеётся, находясь рядом с ним. Вместо помощи она начинает перепрыгивать через его ноги, хохоча без умолку. Он на мгновение закрыл глаза, чтобы не видеть этой чудовищной картины. Открыл глаза и увидел на месте своей девушки собаку, которая ласкалась к нему, пытаясь облегчить его страдания.

Яркая вспышка. Ярослав стоит на мосту, смотрит вдаль и видит лёгкую дымку и бледно-розовый рассвет. Это очень красиво. К своему удивлению замечает стоящую рядом красивую белую машину. В ней никого нет. Он решает зайти в неё. Осторожно открывает дверь и видит шикарный кожаный салон белого цвета. Он садится туда, включает музыку, как вдруг чья-то чёрная неприятная рука хватает его и пытается вытащить из машины. Ярослав кричит изо всех сил и просыпается.

### **Толкование:**

**Выстрел** – новость.

**Быть раненым и чувствовать боль** – эта новость причинит Ярославу сильную душевную боль.

**Нет сил подняться** – новость будет такой шокирующей, что буквально свалит его с ног. Это один из самых худших снов.

**Девушка главного героя смеялась и перепрыгивала через его ноги** – именно эта девушка объявит Мирославу о страшной новости. Её смех говорит лишь о том, что ей тоже будет морально тяжело. Но ему в сто раз тяжелее.

**Собака** – это друг, который вовремя придёт ему на помощь и будет «зализывать» его раны, как эта собака.

**Мост** – это жизнь. Ближайшие символы покажут чем будет наполнена жизнь главного героя.

**Красивый вид** – знак прекрасных событий и просто хорошего настроения.

**Чужая машина** снится к мошенничеству. Это не мелкий обман, это чья-то махинация. Салон машины главному герою приснился красивый, а это значит, что мошенники откажутся теми людьми, на кого главный герой может не подумать.

**Чёрная рука** символизирует скрытого врага, который маскируется под друга.

Ярослава озадачило толкование сновидения. Но он быстро забыл об этом, поскольку в его жизни была самая большая любовь – его девушка Аня. И думать о том, что может случиться что-то плохое он не хотел. Ещё его мама в детстве учила о том, что думать о плохом – это притягивать к себе интуитивно плохое. Но одно дело, когда думать об этом и совсем другое – быть более осторожным в жизни, чтобы не допустить негативу роникнуть в вашу жизнь. Однажды Аня шокировала Ярослава новостью о том, что уходит от него. Её уход практически убил его. Он не хотел жить. Он лежал на кровати и корчился от своей душевной боли. Он отказывался в это верить, поскольку хотел быть только вместе с ней...

И вот тут он вспомнил о своём сне. И подумал: раз не смог предотвратить ситуацию в личной жизни, то нужно сохранить своё место под солнцем в других сферах жизни. Он предельно

осторожно относился ко всем рабочим связям. Каждого собеседника внимательно осматривал, чем доставлял им некий дискомфорт. Но он даже предположить не мог, что его младший брат, работая с ним в соседнем отделе, сможет его так подставить... Ярослав был оштрафован руководством за махинации своего брата. К сожалению, доказать свою непричастность к этому он не мог из-за отсутствия доказательств.

Один его товарищ, к которому Ярослав относился с подозрением, поддержал его в сложный момент и даже помог ему устроиться на новую работу, которая оказалась даже лучше прежней.

## История 2

Виталий, 33 года. Жизнь идёт своим чередом, женат, есть 6-тилетняя дочь. Сны практически не снятся, но на днях увидел странный сон, который его напугал.

**Сон:** Виталий в огороде у своей бабушки. Она живёт в частном доме. И в этом самом огороде откуда-то взялся новый погреб, ступени которого ведут под землю.

Он заходит в дом и видит свою бабушку улыбающуюся в окружении родственников. В его голове звучит чей-то голос: «Она скоро умрёт!»

Он смотрит в окно и видит, как по улице идут в обнимку мужчина и женщина. Он внимательно к ним пригляделся и узнал их. Это соседи: бабушка Галя и дедушка Вася, которым уже под 80 лет. У них роман.

### **Толкование:**

**Погреб со ступенями под землю** – символизируют смерть. Скорее всего, что бабушке Виталия осталось жить совсем недолго.

**Голос во сне** – если мы слышим во сне голос или у нас появляется предчувствие чего-то, то эти знаки мы должны воспринимать буквально. Бывает так, что человеку может голос сказать дату смерти или дату рождения кого-то. Это толкованию не подлежит, а воспринимается так, как было во сне.

**Предупреждение о смерти** не приходит просто так. Вероятно всего, что бабушка нуждается в помощи, но сказать об этом никому не может. Не исключена болезнь, о которой она может скрывать. Неспроста она приснилась именно ему, значит, он может ей помочь. Достаточно просто приехать к ней в гости.

**Роман у пожилых людей** означает их совместное дело в чём-то и оно каким-то образом связано с бабушкой Виталия.

Действительно, вскоре умерла бабушка Виталия, но умерла она не своей смертью. Её нашли повешенной. Экспертиза установила, что это было самоубийство. Но что подтолкнуло 90-летнюю старушку уйти из жизни?

Спустя некоторое время стало известно, что тётка Виталия поссорилась со своим мужем и переехала к своей матери – к бабушке Виталия. Тётка стала пить и постоянно обижала старенькую мать, давала постоянно ей понять, что она никто и таким образом довела её до самоубийства.

Бабушка Галя и дедушка Вася, у которых во сне был роман, присутствовали в качестве понятых во время составления следователем протокола. Это и есть их совместное дело, связанное с бабушкой Виталия.

**Вывод:** бабушка безмолвно кричала, но её крика никто не слышал. Виталий хотел ей помочь, но он даже представить себе не мог, что всё закончится именно так. Возможно, один его телефонный звонок спас бы её. Но зато он многое узнал о своей тётке. Никто из родственников и представить не мог, что она так жестоко обходилась со своей матерью, тем самым довела её до самоубийства.

## История 3

Лариса, 31 год. Недавно развелась с мужем. Детей нет.

**Сон:** Лариса стоит на пляже и наблюдает за рекой, которая под воздействием ветра начинает волноваться. Рядом с Ларисой оказывается высокий мужчина, который нежно обнимает её за талию, затем касается своими губами её шеи, щеки и страстно обхватывает её губы, и они сливаются в нежном поцелуе. Лариса чувствует себя влюблённой, хотя не может рассмотреть лица этого человека.

Поправляя свои волосы, она рукой нащупала на себе шиньон.

Обнявшись, влюблённые бредут по городу. Мужчина, что был рядом с ней, смотрел в её глаза так преданно, что она была готова умереть в тот момент от счастья. Он протягивает ей книгу в подарок. Она её листает, но замечает, что в книге отсутствует последняя страница. Это её не огорчило, ведь главное для неё не подарок, а внимание...

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.