

365

**СНЫ
ГАДАНИЯ
ПРИМЕТЫ**



на каждый день

Наталья Ольшевская

365. Сны, гадания, приметы на каждый день

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=4603293

*365. Сны, гадания, приметы на каждый день / Сост. Н. Ольшевская. :
АСТ; Сова; Москва, Санкт-Петербург; 2008
ISBN 978-5-17-055706-6*

Аннотация

Предсказание будущего – это настоящая наука, требующая опыта и знаний. Посредниками, открывающими будущее, выступают сны, приметы, гадания. Мы не призываем вас за интригующей информацией ходить к колдунам и гадалкам – вы и сами можете стать предсказателем. Именно с этой целью мы написали эту книгу. Вам остается лишь научиться разгадывать предложенные подсказки и с их помощью привлекать к себе удачу.

Содержание

Сны, гадания, приметы	4
Сны и сновидения	6
Все о снах	7
1. Что означают наши сны?	7
2. Быстрый и медленный сон	9
3. Из чего же складываются наши сны?	10
4. Дневной сон против болезней	11
5. Сиеста на рабочем месте	12
6. А если сны не снятся?	15
7. Как и в чем лучше спать?	16
8. Сны и сезоны	17
9. Сны по дням месяца	18
10. Сны под определенный день недели	20
11. Сны и время суток	20
12. Если вам снятся кошмары	21
13. Есть ли «управа» на плохой сон?	22
14. «Правила поведения» во сне	23
15. Как отвести дурной сон	23
16. Предметы силы	25
17. Подушки для сновидений	25
18. Камни для сновидений	26
Конец ознакомительного фрагмента.	31

Наталья Ольшевская

365. Сны, гадания, приметы на каждый день

Сны, гадания, приметы

С древнейших времен люди придавали огромное значение снам, гаданиям и приметам – всем тем тайным знакам, с помощью которых можно заглянуть в будущее. Исходя из предсказаний, выбирали наилучшее время для строительства дома или для нового военного похода, даже зачатие и рождение ребенка должны были прийтись на благоприятный день.

Предсказание будущего – это настоящая наука, требующая опыта и знаний. Посредниками, открывающими будущее, выступают сны, приметы, гадания. Многие люди уверенно говорят, что не желают знать свое будущее и что им совершенно не интересно заглядывать в завтрашний день. Возможно, подобные высказывания связаны с каким-то суеверным страхом – мало ли что там уготовила нам судьба? И тем не менее, любопытство, связанное с таинственным будущим, в той или иной мере присутствует у всех. Помните, вы не должны принимать предсказание смиренно и пассивно.

но. Ведь линии судьбы постоянно двигаются, а значит, мы не имеем права опускать руки и говорить: «Что предначертано, того не избежать». Нет, плохого можно избежать, как и притянуть к себе все хорошее.

Мы не призываем вас за интригующей информацией ходить к колдунам и гадалкам, среди которых, как известно, достаточно много шарлатанов. Зачем к ним ходить, когда вы сами можете стать предсказателем. Именно с этой целью мы написали эту книгу. Вам остается лишь научиться разгадывать предложенные подсказки.

Известно, «без труда не вынешь рыбку из пруда». Значит, надо помочь себе привлечь удачу, чтобы добиться успеха в жизни. И лучше действовать не вслепую, а ознакомиться с отработанными и проверенными правилами и приемами, направленными на то, чтобы сообщить ожидаемому событию положительный импульс, «качнуть» чашу весов в нужную сторону, тогда вероятность желаемого результата резко возрастет, а некоторые приемы вообще действуют безотказно. Благодаря этой книге, вам предоставляется уникальная возможность повлиять на судьбу. Это та самая соломка, которую можно подстелить, если знаешь, когда и где упадешь.

Сны и сновидения

Благодаря сновидениям мы можем узнать о себе очень многое. Например, понять свои тайные желания, в которых наяву признаться себе не решаемся. Нам может открыться наше истинное отношение к окружающим людям и происходящим событиям – ведь во сне мы абсолютно искренни. Когда мы спим, на нас нет никаких масок и мы не играем никаких ролей, как это часто происходит в реальности. А потому любое сновидение – это повод для философских размышлений о себе и о своей жизни.

Не пренебрегайте своими снами, запоминайте и анализируйте их – это позволит вам лучше понять себя и окружающих.

Все о снах

1. Что означают наши сны?

Часто мы видим во сне неожиданные, иногда страшные, порой смешные, а то и вовсе глупые изображения и события. Наутро мы удивляемся: «Приснится же такое!» А кто-то из нас обязательно хочет узнать, что означает странное сновидение, и пытается найти в соннике его толкование. Вдруг в этом сне заключен какой-то пророческий смысл?

Надо сказать, что значением снов люди интересовались, начиная с глубокой древности. Сюжеты сновидений даже учитывались при объяснении прошлых и текущих событий, а также в предсказании будущего.

Известно, что еще вавилонский царь Навуходоносор, живший в 605–562 гг. до нашей эры, требовал, чтобы ему не только объясняли сновидения, но и напоминали о его прошлых снах, которые сам он уже подзабыл. Видимо, это была своего рода попытка удержать таинственные образы, столь тесно связанные с реальной жизнью.

Иногда сны отражают наши желания и стремления, настойчиво занимающие нас на протяжении всего дня. Физиологи называют это явление «оживлением дремлющих доминант». Мы видим свои мечты воплотившимися, пусть даже

каким-то странным, необычным образом. В калейдоскопе сновидений, как правило, отсутствует всякая логика: события получаются запутанными настолько, что потом мы вспоминаем увиденное с удивлением и даже со смехом. А все дело в том, что во время сна мозг у нас работает совершенно по-иному, нежели в состоянии бодрствования. В обычной жизни мозг все время что-то структурирует, в результате чего у нас и складывается ясное, рациональное отношение к миру и к самим себе. Когда же мы спим, наш мозг ничего не структурирует, его деятельность превращается в полный хаос. Основная масса коры головного мозга находится в состоянии полного торможения, и лишь отдельные нервные клетки пребывают в одной из переходных гипнотических фаз. Полное торможение внезапно сменяется частичным растормаживанием, и образы, возникающие в этот момент в мозгу, напоминают сияние звезд на небе – то вспыхнут, то погаснут, а то вдруг засверкают снова.

А вот ученые давно уже утверждают, что в снах нет ничего таинственного, что это всего лишь результат воспоминания реально увиденного и пережитого.

Желая непременно знать внутренний механизм, физиологию снов, ученые создали теорию о высшей нервной деятельности и, в частности, открыли особенности процесса торможения – то есть, говоря простым языком, – нашего сна. Они поставили целый ряд экспериментов и доказали, что нервная клетка, перемещаясь из возбужденного состояния в состо-

ание полного торможения и обратно, проходит через множество промежуточных фаз. Две основные из них называют быстрым и медленным сном.

2. Быстрый и медленный сон

Быстрый сон сопровождается быстрыми движениями глаз, усиленным дыханием и сердцебиением, подъемом артериального давления. Электроэнцефалограмма при быстром сне часто похожа на ту, которая характерна для состояния бодрствования. Быстрый сон называют еще и парадоксальным, потому что тот, кто во сне становится участником стремительно развивающихся волнующих событий, лишен возможности физически на них реагировать. Руки и ноги у него бездействуют, мышцы шеи почти парализованы, так что на все сложные перипетии сна человек реагирует лишь безопасными движениями глаз. Во время так называемой парадоксальной фазы нервные клетки почему-то бурно реагируют на слабые раздражения, в то время как на сильные могут не реагировать вовсе. На этой фазе смутный отпечаток прошлого переживания или впечатления как раз может являться слабым раздражителем, и тогда мы во сне видим яркий и четкий образ того, что считали давно забытым.

Во время медленного сна мы «проваливаемся» настолько глубоко, что нам зачастую кажется, будто и снов никаких не видим. Наступает фаза полного торможения.

Судя по результатам экспериментов, опубликованных вскоре после открытия быстрого и медленного сна, большинство тех, кто проснулся в фазе быстрого сна, помнят увиденные сновидения. Среди пробудившихся в фазе медленного сна таких лишь 5–10 процентов.

3. Из чего же складываются наши сны?

Так из чего же складываются наши сны? Как уже говорилось, основным источником информации является прошедший день, то есть все, что мы в течение этого дня видели, слышали и переживали.

Мозг выдергивает из пережитых нами впечатлений ключевые образы и преподносит в виде некой картинки. Все равно что мы бы из каких-то ключевых слов составляли предложения. И даже если слова эти будут заданы для всех одни и те же, предложения каждый составит по-своему.

То же происходит и со снами: фантазия и логическое мышление у каждого человека индивидуальны – будучи схожи в чем-то общем, они никогда не совпадут в мелочах.

Мы могли бы найти объяснение каждой детали своего сна в предыдущем дне, но у нас это не получается просто потому, что мы не в состоянии в точности восстановить все нюансы прошедшего дня.

Да и потом – не так-то легко разгадать смысл явившихся образов. Как, к примеру, понять, что прообразом привидев-

шегося ночью столба пыли является увиденный накануне телеграфный столб? А может быть, вовсе и не он, а какое-нибудь высокое дерево.

Кроме того, сны нельзя считать простым отражением увиденного. На полученную информацию всегда накладываются наши мысли и чувства – тревоги, страхи, сомнения. К информационному полю также добавляются сигналы болезни тех или иных органов. Все эти факторы гораздо более постоянны во времени, чем информационный фактор, а потому они закрепляются глубже и во многом определяют характер сновидения.

Сновидения – это знаки, посылаемые нам жизнью. И какой бы ни была природа сна, факт остается фактом: иногда через сны мы получаем своеобразные послания, которые, если в них разобраться, приоткрывают завесу будущего, помогают по-новому взглянуть на многие жизненные ситуации и даже изменить то, что прежде казалось неизбежным.

4. Дневной сон против болезней

Чтобы исследовать, как дневной сон влияет на людей, сотрудники медицинской школы Гарварда отобрали около 24 тысяч относительно здоровых добровольцев 20–86 лет, никогда не переносивших инфарктов и инсультов и не болевших онкологическими заболеваниями. Наблюдение за участниками продолжалось 6 лет.

Риск смерти от сердечно-сосудистых заболеваний сокращался для любителей вздремнуть днем на 37 %, при условии, что перерывы на дневной сон делались минимум три раза в неделю и их продолжительность составляла не менее 30 минут. Более короткие перерывы на дневной сон были связаны с 12 % снижением риска смерти от болезней сердца.

Авторы исследования отмечают, что защитный эффект дневной сиесты был сильнее выражен у работающих участников по сравнению с пенсионерами. Полезность дневного сна для здоровья ученые связывают с его благотворным влиянием на уровень гормонов стресса, избыток которых связан с повышенным риском инфарктов и инсультов.

5. Сиеста на рабочем месте

Вам, наверное, знакома такая ситуация: после обеда вас сморил сон прямо на рабочем месте, и вдруг дверь открылась, и вошел ваш босс. Вы растеряны, смущены, не знаете как выпутаться из такой по меньшей мере неприятной ситуации. А смущаться не надо! Что ваш босс – не человек? Наверняка ему тоже иногда хочется прикорнуть чуток в своем рабочем кресле. Если же шеф все-таки не проявил достаточного понимания и вызвал вас на ковер, поведите себя следующим образом. Объясните ему, что вы повышаете работоспособность и оттачиваете свои умственные способности. Только этот тезис должен сопровождаться вескими доказа-

тельствами. Спасибо ученым – они постарались, чтобы этими доказательствами вы располагали в полной мере. Им удалось установить, что короткий сон днем укрепляет память и облегчает припоминание важных фактов.

В Америке, например, во многих корпорациях уже стала популярной практика короткой сиесты в рабочее время. Правда, не все начальники радуются перспективе ежедневного послеобеденного сна своих сотрудников... Исследователи этого вопроса признали, что подобная идея зачастую наталкивается на сопротивление: «Время, отданное короткому дневному сну, считается контрпродуктивным в атмосфере, которая требует умственной остроты и значительной работы памяти», – сообщили они мнение директоров корпораций. Однако они задались целью доказать, что это не так, и предложили провести небольшое исследование. Задача исследования – рассмотреть влияние недолгого сна на процесс припоминания фактов.

Нескольких студентов попросили заучить пары слов, например «очки – волосы». Студентов также проверили на способность к запоминанию действий – просили их точно отследить зеркальное изображение сложной схемы.

После этого половину группы закрыли в звуконепроницаемой комнате и разрешили поспать чуть меньше часа. Остальные студенты в это время читали журналы и просматривали фильмы. Через 6 часов после начала эксперимента всех снова собрали вместе и провели тестирование. У обе-

их групп получились неплохие результаты, но те студенты, у которых была сиеста, с тестами на память справились лучше (примерно на 15 %), чем те, что бодрствовали в течение дня.

Исследователи полагают, что первая фаза сна (не быстрый сон), период, когда нам не снятся сны, занимает полтора-два часа с момента засыпания и может играть решающую роль в процессе запоминания фактов. В это время наблюдается как раз то состояние, которое требуется для «складирования» фактов так, чтобы их потом с легкостью можно было извлечь из памяти. Однако, если вы спите дольше и переходите в стадию быстрого сна, сопровождающуюся сновидениями, эффект предыдущей стадии может свестись к нулю. Тем не менее, ученые предупреждают, что, хотя короткая сиеста может помогать припоминать факты в течение дня, пока неясно, насколько продолжителен этот эффект для долгосрочной памяти.

Недаром Уинстон Черчилль был большим любителем сиесты. Ежедневно он уделял время послеобеденному сну, после чего принимал ванну. Этот ритуал он не нарушал даже во время Второй мировой войны. А премьер-министр Великобритании Маргарет Тэтчер перед каждой еженедельной встречей с парламентариями прибегала к 20-минутному сну в качестве подготовки.

6. А если сны не снятся?

Некоторые люди сокрушаются, что сны им или не снятся совсем, или снятся крайне редко. Что можно посоветовать? Главное, хорошенько подготовиться к встрече со сном.

Создайте себе такие условия для сна, чтобы он действительно стал сладким. В противном случае можно не то что приятных сновидений не увидеть – вообще до полночи бессонницей промаяться.

Давайте поговорим о вашей спальне. Начнем, конечно, с кровати. Если вы спите на ней уже более десяти лет, самое время ее поменять. Если подобная покупка вам пока не по карману, положите, по крайней мере, под матрац лист фанеры. Он должен быть на 4 см уже матраца и на 30–40 см короче. Если же вам никак не привыкнуть спать на фанере, значит, этот метод не для вас. Тогда все-таки придется задуматься о покупке кровати с упругим, ровным матрацем.

Постель должна быть достаточно широкой, особенно если на ней спят двое. Постарайтесь достать кровать «королевского» размера (ширина 183 или 193 см) или поставьте рядом две односпальные кровати. Сами убедитесь, что стали спать гораздо лучше. Попробуйте привыкнуть спать на низкой подушке. Забудьте об огромных подушках, туго набитых перьями. Пользуясь ими, вы заставляете свою шею постоянно находиться в неестественно согнутом положении. А

потом удивляетесь – почему так часто болит голова и откуда взялись проблемы с позвоночником. Можно использовать специальные, контурные, подушки. Белье выбирайте мягкое хлопчатобумажное. Да, атласные простыни очень красивы, но они слишком скользят и совершенно не пропускают воздуха. Вообще старайтесь не использовать никакой синтетики. И еще: считается, что на белье темного цвета спится лучше.

Повесьте в спальне темные шторы, а если вам все равно кажется, что в комнате слишком светло, используйте защитную маску на глаза.

7. Как и в чем лучше спать?

Открывать ли на ночь форточку или окно? Многие считают, что в холодном помещении спится лучше, однако это не факт. Лучше поэкспериментировать и выбрать для себя оптимальный температурный режим. Старайтесь, однако, избегать чрезмерной сухости воздуха. Зимой позаботьтесь о том, чтобы отопительные приборы были снабжены увлажнителями или, по крайней мере, набросьте перед сном на батарею влажное полотенце. Этот совет особенно подойдет тем, кто страдает бронхитами и астмой.

Если заснуть вам мешает доносящийся с улицы шум, не пожалейте денег на установку новых оконных рам со звукоизоляцией. В чем лучше спать – в пижаме или ночной ру-

башке? Не имеет значения! Главное, чтобы тело нормально дышало. Кстати, если вам нравится спать обнаженным, – на здоровье! Итак, вы удобно устроились, вам ничто не мешает. Теперь нужно призвать сон. Скажите мысленно, что вы очень хотите увидеть сновидение и потом не забыть его. При желании вы можете полностью расслабить свое сознание и тело и привести их в состояние, необходимое для восприятия снов как реальности или как объяснения грядущих событий.

8. СНЫ И СЕЗОНЫ

Все на нашей планете так или иначе зависит от времени года, в том числе и наша психика, а значит, и сновидения. Зима – время самоуглубления, внутреннего развития. Зимние сны – самые мощные и ясные, они часто бывают вещими. В это время года люди лучше запоминают свои сны. Если вам приснилась зима – это знак того, что ваши энергии текут внутрь. Весной, как правило, сны имеют отношение к чему-то новому в нашей жизни. Обычно они отражают эмоции, различные чувства относительно себя и других. Для весны также характерны вещие сны о материнстве, учебе, болезнях. Если вам приснилась весна, это знак внутреннего роста и новых начинаний.

Летние сновидения обычно отражают интеллект человека, они связаны с мыслительным процессом и общественной

жизнью. Лето – также время вещих снов, касающихся изобретений и научных открытий. Если вам приснилось лето, это знак того, что вы настроены на беззаботное веселье. Осень в природе – время завершения, подведения итогов. Сны этого времени года чаще всего касаются физического тела человека, они связаны с сексуальностью, завершением каких-то процессов и творчеством, они могут стать источником вдохновения. Если вам приснилась осенняя пора, это может символизировать урожай, изобилие идей, материальные блага.

9. СНЫ ПО ДНЯМ МЕСЯЦА

Эти данные приведены в книге Е. П. Цветкова «Счастливые сны: Толкование и заказ» (1998). Автор обнаружил их в одном старорусском соннике, и, хотя сам он не советует относиться к ним слишком серьезно, подмеченные закономерности вполне могут быть в какой-то степени верными и уж, во всяком случае, любопытными для читателя.

Итак, ниже приведены числа календарных суток месяца (любого из 12 месяцев года), на которые выпадает ночь, когда приснился сон, а рядом с числом указана вероятность исполнения сновидения:

- 1 – все сны сводятся к семейным неприятностям.
- 2 – сны скоро исполняются.
- 3 – сны исполняются, но не скоро.
- 4 – сны предупреждают о неприятностях.

5 – все сны скоро сбываются.

6 – сны радостные и скоро сбываются.

7 – сны ложные, обманные.

8 – сны удовольствия и забавы.

9 – сны бессмысленны, бесцветны и никакого значения не имеют.

10 – сны обещают некоторые затруднения, сбываются в течение 20 дней.

11 – сны не исполняются.

12 – сны фантастичны и не всегда скоро сбываются.

13 – сны любовных побед и наслаждений, сбываются в течение 15 дней.

14 – сны исполняются точно и предзнаменуют добро.

15 – пустые, ничего не значащие сны.

16 – быстроисполнимые сны.

17 – сны сбываются, но не скоро.

18 – сны хорошего значения.

19 – сны сбываются, но не скоро.

20 – сны счастливые, но не следует о них никому рассказывать.

21 – сны обещают исполнение желания.

22 – сны сбываются и обещают скорый успех.

23 – сны скоро сбываются, но ведут к неприятностям.

24 – сны сбываются в течение 11 дней и ведут к радости.

25 – все сны быстро и благополучно исполняются.

26 – сны предвещают неприятности.

27 – сны благоприятные и скоро исполняются.

28 – сны не сбываются и никакого значения не имеют.

29 – сны пустые.

30 – сны обещают успех и исполняются в течение 20 дней.

31 – сны предвещают прибыль и обновления.

10. Сны под определенный день недели

Все сонники утверждают, что сны могут толковаться еще и в зависимости от того, под какой день недели снились. Так, сны под *воскресенье* сбываются до обеда. А сны под *пятницу* более всего наделены вещим смыслом. Сны под *субботу* – помогают нам разобраться с текущими жизненными проблемами. А под *четверг* – больше относятся к служебным делам и отношениям с начальством.

Понятно, что одно и то же содержание сновидения, например, сон, предвещающий неприятности, может относиться и к семейной жизни, и к отношению с друзьями, и к делам по службе. Сны могут сбыться и скоро, и через какое-то время.

11. Сны и время суток

На значимость снов влияет также время суток: как правило, чем ближе к утру, тем большее значение имеет сон. Чем ярче сон, чем отчетливее и подробнее он запомнился, тем сильнее вероятность того, что он вещий. Если такой сон при-

снился в середине ночи – от 0 часов (полуночи) до 3 часов утра, он сбывается примерно в течение трех месяцев. Сон, приснившийся после 3 часов утра, сбывается очень быстро, часто в течение дня. Если яркий подробный сон вы увидели еще до полуночи, он или не сбывается вообще, или сбывается спустя очень продолжительное время. Дневные сны, как правило, ничего не значат, но надо иметь в виду, что взрослым людям спать днем бесполезно, так что лучше отучиться от этой вредной привычки, если она вам присуща.

12. Если вам снятся кошмары

Нет людей, которым бы не снились кошмары. Эти сновидения производят на нас сильное впечатление, пугают нас. Но на деле кошмар – одно из самых ценных сновидений, потому что оно показывает, что какой-то наш страх принял непропорционально большие размеры или высвечивает нечто внутри нас, оказывающее сильное негативное воздействие, хотя мы очень стараемся это в себе подавить.

Любое подавление эмоций грызет человека изнутри, поэтому мы должны заботиться о нашем внутреннем «Я» и время от времени проговаривать вслух, чего нам хочется и что нам надо.

Повторяющиеся кошмары не означают, что мы имеем дело с каким-то конкретным страхом. Это обычно показывает, что мы навязали себе определенные ограничения или пре-

пятствия, которые не устраняем. В таком случае нужно записать сон и разобраться в нем. Если понять его смысл, он перестанет возвращаться.

Сны, в которых мы умираем, обычно оставляют тяжелое впечатление, пугают, но смерть во сне, как правило, не означает реальной смерти. Такие сны чаще всего символизируют конец старого и освобождение места для нового, но иногда они свидетельствуют о внутренней пустоте и о необходимости пробудить свои чувства.

13. Есть ли «управа» на плохой сон?

Никому не хочется, чтобы плохие сны сбывались. Но можно ли помешать им сбыться? Например, научиться правильно вести себя во сне, иными словами находясь внутри сновидения, отвести приснившийся дурной сон, не дать ему исполниться; попробовать сделать так, чтобы плохие сны вообще не снились?

В любом случае следует помнить: «Нельзя Спящему причинить вред, если Спящий не боится! Нас „терзают,, как и наяву, преследуют, мучают собственные Страхи, Мысли, Печали, Неудовлетворенности... – вот кто появляется перед нами в виде самых причудливых и страшных фигур во сне. Узнайте себя в них, полюбите эту фигуру, попросите у нее подарка, обнимите ее, подружитесь со злым видением или задайте ему какой-нибудь прямой вопрос – и вы наяву изба-

витесь от многих неприятностей» (Е. Цветков).

14. «Правила поведения» во сне

Находясь внутри сновидения, можно воспользоваться самыми прямыми противодействиями дурному сну или кошмару. Например, если ребенку снится кошмар, то пусть он там, во сне, поморгает – тут же сгинет видение. Или оборотится назад – не только пропадет злой сон, но еще и будущее ребенок сможет рассмотреть.

Однако не все способны вспомнить себя во сне и позвать на помощь. Не многие окажутся способными обнять угрожающее во сне Чудовище. Чтобы спросить Имя у злого Образа во сне, надо еще припомнить, что ты спишь. Обычно же от растерянности и страха бывает не до вопросов. И все-таки не надо бояться! И во сне и наяву мы сами, своими страхами творим свою жизнь такой, какая она есть.

15. Как отвести дурной сон

Если поворот событий во сне не устраивает вас, можно исправить положение утром: вспомнив сон, сразу же попробуйте «переиграть» его в своем воображении. Например, измените финал на счастливый – так, чтобы вы оказались победителем; при этом постарайтесь достичь максимальной яркости образов в своем воображении. Такая «программа» со

временем начнет действовать наяву, в реальном физическом мире, при условии, конечно, что вы будете прилагать усилия и настойчиво действовать в желаемом направлении.

Наши предки предлагают другой способ предотвратить действие плохого сна – молитву. Утром, проснувшись после такого сна, надо помолиться, а затем сказать три раза: «Куда ночь, туда и сон». В то же утро, до полудня, полагается открыть кран с холодной водой или выйти на берег реки, ручья и рассказать свой сон текущей воде. Вода унесет сон без следа, и никакого вреда он не причинит.

Народная примета рекомендует еще один способ отделаться от дурного сна: увидел плохой сон – встань и несколько минут смотри в окно – не сбудется.

Согласно старорусскому правилу, дурной сон никому из людей рассказывать не надо, а следует доверить его какой-то стихии, которая не желает нам ни плохого, ни хорошего. Например, можно прошептать сон текущей воде и попросить, чтобы вода унесла его. Или прошептать сон на ветерок и сказать: «Ветерок, ветерок, унеси дурной сон!»

На самом деле, если вы уверены в человеке и его любви, дружелюбии к вам, то и ему можно рассказать плохой сон. Более того, вообще желательно этот сон записать, а после бумагу сжечь, приговаривая: «Дым, дым, как ешь глаза, выешь злое из сна, оставь доброе!»

16. Предметы силы

Древние предания и легенды гласят, что для обретения тайных знаний, происхождение которых связывали с божественным источником, всегда применяли предметы силы. Эти мощные инструменты самопознания могут также помочь и в исследовании сновидений. Маги, шаманы, пророки, жрецы в качестве предметов силы использовали различные снадобья и тотемы с определенными природными ритмами, служащими неотъемлемой частью искусства исцеления и *видения*. В обычной, повседневной жизни самые распространенные предметы силы, воздействующие на сновидения, – это в первую очередь травы и камни.

17. Подушки для сновидений

«То ли в травах есть что-то особенное, что вызывает сновидения, то ли запах трав вызывает какую-то специфическую поведенческую реакцию, связанную со сновидениями, – неизвестно. Считается, что аромат полыни открывает „третий глаз“, (дверь в сновидения). Если дышать ароматом этой травы во время сна, то легко будет не только вспомнить сновидения, но и увидеть в снах будущее. Положив под голову подушку, набитую полынью, вы создаете связь между ароматом трав и собственным желанием увидеть особенный

сон. Имейте в виду, что подушка для сновидений действительно работает.

Кроме полыни подушку можно набить огуречником аптечным или тысячелистником» (Д. Линн, 2000).

Цвет ткани у подушки должен быть бледно-лиловым или пурпурным – эти цвета наполнят вашу подушку силой. Используйте подушку для сновидений только по ночам и только для сновидений. Храните ее в специальном ящике и доставайте только вечером, готовясь ко сну. Со временем аромат трав вашей подушки станет напоминанием о вашей связи со сновидениями. Уткнитесь носом в подушку для сновидений. Главное место в вашем сознании должно занимать желание увидеть сон. Поутру глубоко вдохните аромат вашей подушки.

18. Камни для сновидений

Камни и кристаллы, самой природой наделенные многочисленными, поистине волшебными свойствами, как будто специально созданы на нашей планете Земля в помощь человеку. С незапамятных времен знающие люди использовали камни, чтобы достичь скрытых миров. Есть среди этих камней и такие, которые помогают сновидению. Это камни Луны. Но лишь воля человека способна пробудить их.

Камни для сновидений – очень личные камни, поэтому их никто, кроме вас, не должен трогать. Перед использованием

промойте камни холодной проточной водой, вытрите мягкой хлопчатобумажной тряпицей, согрейте в руках и только после этого укладывайте под подушку.

Лунный камень. Если хотите видеть яркие, значимые сны, приобретите лунный камень. Он полупрозрачный, молочно-белого, бледно-голубого, зеленоватого или серого цвета. Поверхность его испускает серебристо-белое сияние, похожее на лунный свет. Камень символизирует магическую силу лунных полей, поэтому наиболее эффективен в полнолуние или в понедельник (день, управляемый Луной).

В Индии, например, лунный камень считается священным. Он приносит удачу, его дарят возлюбленным. Лунный камень усиливает страсть и позволяет влюбленным заглянуть в будущее.

Замечено, что свойства (вибрации) лунного камня меняются вместе с фазами Луны. Поскольку лунные циклы неразрывно связаны с циклами снов, становится понятной его способность помогать глубже проникнуть в мир сновидений. Кроме того, лунный камень успокаивает, приводит в равновесие психическое и эмоциональное состояние, то есть способствует более глубокому сну.

Положите на ночь лунный камень рядом с кроватью (поближе к голове) или прилепите небольшой кусочек такого камня на область третьего глаза (над переносицей, посередине между бровями).

Можно использовать лунный камень и по-другому. В лун-

ную ночь положите его на подоконник, но обязательно на растущей Луне (лучше всего на второй фазе Луны), ни в каком случае не на ущербной, иначе камень потеряет большую часть силы. Лунные лучи должны падать прямо на камень, тогда он сможет зарядиться. Не оставляйте камень на окне до утра. Как только Луна уйдет из зоны видимости и ее лучи перестанут попадать на камень, положите его в стакан с водой. Уберите стакан с камнем в темное место, а на следующий день вечером перед сном выпейте воду. В эту ночь вы будете видеть яркие сны.

Жемчуг. Строго говоря, жемчуг не является камнем, но на его ценности для сновидений это не отражается. Жемчугом управляет Луна – владычица стихии воды. Ее власть распространяется не только на приливы и отливы, но и на сны.

Жемчуг – мощный символ света, чистоты, женственности. Его бледное сияние ассоциируется с полной Луной, водное происхождение – с плодородием, скрытое от глаз развитие внутри раковины – с чудом рождения или возрождения. Светящаяся чистота сделала жемчужину символом духовной мудрости и эзотерического знания. Жемчуг – эмблема плодородия, женственности и совершенства. В древности считалось, что драгоценность в раковине – образ единства огня и воды, чуда и тайны, поэтому возникла теория о том, что открытую раковину оплодотворяли божественный дождь (роса), а может быть, молния или свет Луны и звезд. На основе этого в китайском искусстве появилось аллегорическое

изображение грома и молнии: жемчужина (молния) в горле дракона (гром). Как сгусток божественного света жемчужина – третий глаз Шивы и Будды, метафорический образ духовного прозрения. Жемчужина – одно из имен Бога в исламе; мистическое средоточие – в даосизме; «бесценная жемчужина» из вод крещения, а также метафора Христа во чреве Девы Марии – в христианстве. Духовная символика сохранилась и после того, как китайцы открыли «небожественный» способ выращивания жемчуга. Они помещали миниатюрные скульптуры Будды внутрь моллюска, чтобы те покрылись слоем перламутра.

В связи с феноменом преобразования материи в небесный камень жемчужина явилась широко распространенным символом возрождения. Это послужило основанием для создания азиатского похоронного обряда – вкладывания жемчуга в рот умершим, а также для украшения жемчугом саркофагов и могил в Древнем Египте. У мусульман существует поверье, что в загробном мире жемчужины образуют сферы вокруг праведных душ. Из жемчуга сделаны ворота в Новом Иерусалиме (Откровение Иоанна).

Долгое время жемчужины считались не только священными, но и целебными. Древние римляне носили жемчуг в честь богини Изиды и как талисман, оберегающий от всех несчастий – от нападения акулы, безумия и т. д.; размолотый в порошок жемчуг – до сих пор популярное снадобье от всех болезней в Индии.

Неоднозначна сексуальная символика жемчуга. Согласно античной традиции, жемчуг носила рожденная из морской пены богиня любви Афродита (в римской мифологии – Венера). Он также считался символом девичьей невинности и чистоты. Но жемчуг ассоциировался со слезами (как радости, так и горя), поэтому был нежелательным украшением для невесты, а разорванное жемчужное ожерелье – дурным предзнаменованием. На Востоке жемчуг имел благоприятную репутацию: его называли одним из Восьми Драгоценных Камней в Китае и одним из Трех Императорских Знаков – в Японии.

В древнем мире жемчуг был символом богатства – самый дорогой из всех товаров, по утверждению римского историка Плиния Старшего (24–79 гг. н. э.). Его добывали из вод Персидского залива задолго до нашей эры. Согласно легенде, Клеопатра растворила жемчужину из своей серьги в вине и выпила его, чтобы продемонстрировать Антонию свое богатство. В Древнем Риме жемчуг символизировал знатность происхождения. Юлий Цезарь запретил женщинам, не принадлежавшим к высшему кругу, надевать украшения из жемчуга. Жемчужное ожерелье – символ супружеского счастья.

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.