

Что значит увидеть себя спящим во сне

Такие сны присущи талантливым на мистические способности людям - большую часть среди них составляют женщины. Именно у них могут проявляться первые признаки способности видеть во сне, не вторгаясь при этом с свою земную память.

Этот странный сон может возникнуть как в обычное время, отводимое людьми для своего сна, так и днем, во время кратковременного провала сознания в сон. То есть, это может произойти и в транспорте, и во время занятий, и даже в ситуации, когда человек сидит, например, в ожидании очереди куда-нибудь. Другим словами, главными условиями для такого сна является неподвижность тела и возможность хоть на непродолжительное время быть недоступным для других людей, которые могут задеть тело спящего своим прикосновением и тем самым помешать.

Внутри сон выглядит так: человек, как бы неожиданно проснувшись, вдруг видит самого себя спящим. Иногда эту же ситуацию сознание спящих людей может видеть как бы подсознательно (это делается для сохранения земной памяти о психических перенапряжениях).

Самый первый сон – всегда кратковременный. Но от того он ничуть не становится легче по последствиям. Спустя некоторое время после сновидения мозг требует вмещения всей полученной во время сна информации, что вызывает головную боль, порой, даже жгучую.

Принятие лекарств в этом случае – нецелесообразно (если в головной боли присутствуют иные примеси к боли, то следует провериться у терапевта). Самое лучшее, что можно сделать в таких случаях – это дать своей голове отдохнуть. Это вовсе не означает, что следует ограничить лишь интеллектуальную нагрузку. Это совершенно обычное заблуждение.

Под отдыхом следует понимать, в первую очередь, ограничение двигательной активности тела – особенно конечностей, и нагрузки на глаза. То есть, самым правильным будет лечь в затемненной комнате с закрытыми глазами и лежать как можно дольше (если можно, даже весь день)

Тем, кому удастся пролежать в полудреме весь день, могут присниться новые сновидения-картинки (они очень короткие, обычно связаны с какими-то текущими проблемами людей). Через такие сновидения сознание и память людей как бы расширяется за счет того, что в сновидениях почти стирается осознанная грань между ментальным состоянием сознания и повседневной, как правило, дневной, активностью сознания, озабоченного разными жизненными мелочами.

Специалисты от медицины иногда называют подобное состояние полубредовым. Однако самое точное его название будет – сон-явь. В таком состоянии человек, раз за разом проваливаясь то в кратковременный глубокий сон, то попадая в почти сознательную дрему, как бы чередует психическую нагрузку на свою память, что помогает ему наиболее точно вместить содержание сна в свое земное воображение.

Что значит увидеть себя спящим во сне

Автор: Munadar

26.02.2014 12:47 -

Итогом может стать состояние, когда память уже не различает, где были сны-картинки, а где обычное размышление о повседневных проблемах собственной жизни.

Если видение сновидения прошло быстро и безболезненно, то следует ждать повторных сновидений, в которых сознание может раз за разом более тщательно и подробно исследовать свое спящее тело. После чего в памяти (прямо во время сна), наконец-то, возникнет вопрос, типа: «Что это за ерунда? Как такое может вообще быть, если я сплю? И кто это тогда лежит?»

В приведении сознания и памяти к подобному риторическому вопросу как раз и состоит назначение описанного сновидения.

Judan.