Автор: admin
12.06.2013 10:09 -

Какому соннику поверить?

Страсть людей к всякого рода прогнозам, предсказаниям, пророчествам неистребима. Ну, кто не хочет знать свою судьбу?! Надежды на лучшее, вера в чудо, стремление предугадать и избежать опасности, заглянуть в будущее издавна сопровождают человека. Может быть, поэтому древнее искусство толкования снов сохранилось до наших дней.

Вопрос о том, как часто человеку снятся вещие сны, и существуют ли такие вообще, занимал умы многих учёных ещё на заре человеческой цивилизации. Да, пожалуй, и сегодня на него нет однозначного ответа, поскольку скептики все совпадения относят к разряду случайностей, а среди тех, кто всё же верит в пророчество снов, до сих пор нет единой точки зрения в вопросе толкования значений сновидений.

Сегодня опубликовано немало разноплановой литературы на эту тему: от анонимных изданий без редакторов и авторов, до серьёзных исследований таких мастеров психоанализа, как Карл Густав Юнг, Зигмунд Фрейд, Эрик Фромм, Кристофер Эванс.

Несколько обособлены работы Густавуса Хиндмана Миллера, который считал, что "жизнь сна более наполнена значением и учением внутренней жизни, чем внешняя жизнь человека", поэтому "человек должен жить в своей субъективной сфере и больше изучать свои отношения с другими, украшая тем самым свой собственный мир путём общения".

Разумеется, каждый выбирает для себя то, что ближе ему по мировоззрению или даже минутному настроению. Если для вас допустимо трактовать злую собаку, увиденную во сне, как друга (один из анонимных сонников), то, как говорится, и на здоровье. Но можно заглянуть в работы Миллера, где злая собака будет озвучена, как предвестница неудач и коварных поступков ваших противников.

А вот сторонники психоанализа сновидений будут рассматривать не только саму собаку в вашем сне, но и фон, на котором она вам снилась, настроение, с которым вы встретили

это животное, вашу реакцию на злость собаки. И лишь после этого сделают вывод об общем значении вашего сна.

Когда доктор Фрейд заинтересовался психологией, она была ещё областью философии. Он сделал её географией человеческого ума, показал влияние подсознания на личность человека и привлёк внимание научной общественности к сновидениям.

Его книга "Толкование сновидений" явилась поворотной точкой на пути от примитивного толкования к современным подходам. С огромной отвагой, преодолевая сильное сопротивление, он показал роль сексуальности в развитии осознания нашего "Я".

Несколько иной подход мы встретим в работах доктора Юнга, который рассматривал жизнь как осмысленное переживание, корни которого уходят в душевную сферу. Он рассматривал сновидения как способ трансформации того, что было бесформенным, бессловесным и подсознательным во вполне конкретные формы, которые возможно познать.

Таким образом, считал Юнг, "сны показывают нам не приукрашенную голую правду". Проявляя внимание к своим снам, мы познаём, кто мы и что мы есть в действительности не только как личности, но и как часть Вселенной. Юнг рекомендовал каждому проанализировать несколько снов с тем, чтобы составить более ясное представление о своём "Я".

Кристофер Эванс в книге "Пейзажи ночи" выдвинул новую теорию сновидений. Он утверждает, что наш мозг "запрограммирован" на выживание. Наподобие компьютера мы имеем базисные программы поведения, для социальных связей и навыков. Но чтобы управлять внутренними потребностями (гневом, тревогой, радостью), необходимы специальные навыки.

Многие люди не вступают в контакт с окружающими из-за проблем с общением. Доктор Эванс предположил, что сновидения являются инструментом, с помощью которого можно отрабатывать и корректировать программы выживания. Без программирования, происходящего во сне, мы не могли бы совершенствовать свой опыт в области

поведения. Конечно же, и значения снов рассматриваются им в свете такой теории.

А. Джонсон и В. Лорди (книга "Ключ к сновидениям") считают, что во сне мы видим то, чего никогда не могли бы представить наяву. Мы оказываемся наедине с отражением наших скрытых желаний, первобытных страхов и тревоги. Нужно принять вселенную снов, как зеркало наших мыслей и всех поворотов судьбы.

Принять сны - значит, принять себя таким, какой ты есть в действительности, лучше узнать себя и других. Делать из сновидений тайну - равносильно попытке спрятаться от самого себя. Конечно, многие откровения болезненны, другие страшат и являются причиной кошмаров. Но отказаться от понимания значения снов - значит, отказаться от подсознательного, а не придавать им значения означает обманывать самого себя.

Споры о том, можно ли создать полноценный словарь сновидений, ведутся и по сей день. В бескрайнем море исторических данных, различных теорий и практик каждый волен выбирать сам, во что и кому верить. В любом случае, разбирая свои сны (самостоятельно или с чьей-то помощью), человек идёт навстречу самопознанию, подбирает ключи к собственной душе.

Автор - **Татьяна Шуваева**
Источник