

Часто случается, что мы видим сон о том, что спим. А ведь это, по сути, и есть реальное состояние организма, когда нам что-то снится. Однако во сне спать и отдыхать не всегда означает одно и то же. Состояние сна -одно из наиболее уязвимых состояний организма. В это время мы безоружны перед тревогами: способность к самозащите ограничена, не говоря уже о неспособности позаботиться о других. Сны такого рода, как правило, вызывают либо чувство облегчения и покоя, либо ощущение насилия. Важными элементами интерпретации подобного сна являются ответы на вопросы о том, как вы просыпаетесь и кто вас будит.

Источник - Дэвид Лофф