

ТАЙНИЯТ ЕЗИК НА СЪНИЩАТА

Нерис Де

ПЪРВА ЧАСТ

СЪНИЩАТА ПРЕЗ ВЕКОВЕТЕ

Сънищата не престават да занимават мисълта на хората още от зората на човечеството, и оттогава до днес все се намират човешки същества, които имат желание да ги тълкуват. Египтяните имат своя Йосиф, древните гърци — Платон. Всеки римски легион има свое божество, предопределено да разбира нощните видения, обладаващи душите на спящите люде. В онези времена съществували оракули и храмове, където човек можел да отиде и да потърси съвета на жреци, които чрез съновиденията си им предсказвали бъдещето. Така някои хора търсели изкуствено предизвиканите сънища, за да намерят в тях упование и подкрепата на боговете.

Месопотамската литература ни поднася едно от най-древните писмени свидетелства за сън, което, в случая предсказвало неизбежното настъпване на страшно бедствие. Героят в него говори за внезапен силен прилив, който помита и удавя по-голямата част от Земята. Както сами виждате, този сън удивително напомня на библейската притча за Потопа.

Смята се, че най-древната книга, посветена на сънищата, е сборник, компилирал съновиденията на асирийци, вавилонци и египтяни, озаглавен *Oneirocritica*^[1] и публикуван под редакцията на грък на име Артемидор. Това е единственото значимо произведение, посветено на тази тема преди XIX-ти век, когато на бял свят излиза неговото 30-то поредно издание в превод на английски (оригиналът е на гръцки). Позната е също молитва на хитите, призоваваща на помощ окултните сили: „Покажи ми в съня или ми разкрий чрез жрец или жрица, осенени от Боговете, всичко, което искам от тях“. Различните култури — еврейска, келтска, гръцка, арабска, индианска, японска, френска и руска — всички те до една свидетелствуват за ролята, която са играли сънищата в онези времена, не само в живота на отделния индивид, а и в съдбините на цели народи. Религиите, философските течения, класическата литература, историята, политиката, науката и изкуствата — всички те дължат на пророческата същност на сънищата много повече отколкото обикновено се е предполагало. От строго индивидуална гледна точка човек може да се запита какво струват нашите надежди и нашата любов, ако не се основават на магията на бляновете.

Ако разгледаме някои съновидения и ги преосмислим в светлината на човешката история през вековете, ясно можем да забележим въздействието, което са оказали върху човешката история и начина на живот. Всички, и значими личности и най-обикновени хора, са познали най-различни възможни сънища. Независимо дали те са били плод на измислица или творческо прозрение, пророчески или вещаещи катаклизми, много от тях са заслужили правото да влязат в историята на различни народи по земята. Някои от тях, бидейки с толкова ясно послание, че не се нуждаели дори от тълкувание, са отприщили поредица от събития, чиито последици отекват и до днес и както по всичко личи ще въздействат още дълги времена.

Класическите сънища

Нашите предци възприемали сънищата като послания от боговете и смятали, че ако безсмъртните същества вече не ги посещават долу на земята, то те неотменно продължават да ги напътстват чрез сънищата. Асирийците, вавилонците и шумерите считали Ан-За-Оар за бога на сънищата, който според тях господствал в царството на подземните дълбини, наречено Голямата земя, където той поддържал цял легион от помощници, чиято роля била да предават божествените послания на спящите хора.

Древните гърци смятали, че Зевс, бащата на боговете, подпомаган от Морфей, бог на съня, ни изпраща своите предупреждения, пророчества и вдъхновения с посредничеството на Хермес, вестносецът с криле на краката. Легендите изобилстват с описания на подобни явления, говорещи ни за съня и бляновете, които ни изпращат боговете. Когато Хиинос нежно ни залюбва в скута на Морфей, знае ли някой какви прозрения ще ни донесат

сънищата и в каква далечна точка на земното кълбо ще се озовем, носени на крилете на мечтите си, съпроводени от Хермес, нашия звезден водач?

Омир разказва как Персей видял насън как може да убие страшната Горгона с коси от сплетени змии, която с поглед причинявала незабавна смърт. Самата Атина, богинята на мъдростта, му се явила в съня и му показала как да излъска щита си докато блесне като огледало. След това оставало единствено по никакъв повод да не поглежда чудовището в лицето, а само да води битка с него, наблюдавайки отражението му в щита си. Когато чума поразява гръцката армия — както се смята тя била последица от Аполоновия гняв — се свиква съвет, за да се обсъди начина на действие. Омир в „Илиада“ приписва следните думи на Ахил: „Елате всички и нека се допитаме до всеки свещеник, жрец или тълкувател на съновидения, защото сънищата са ни изпратени от Зевс и само той ще знае как да ни разкрие причината за божествения гняв Аполонов и дали той не се сърди поради недостатъчно молитви и жертвоприношения“.

Пораждане на сънищата

Сънищата и тяхното тълкуване са широко използвани от древните гърци като средство за предсказване на бъдещето, а също и от други народи много преди тях. Целта на тези съновидения е да разкрият намеренията на божествата и да се приемат божиите повели. Изкуственото „отглеждане“ на сънища, способни да призват на помощ магическите способности на различни божества носи името „инкубация“ или „зараждане на сънищата“. Макар и методите за постигане на тази цел да са разнообразни и различни в своите детайли, основните принципи са почти едни и същи в целия античен свят. Зараждането се осъществява посредством заспиване в храм, с намерението да получиш насън отговор от даден бог или богиня на въпрос, отправен към него след извършването на задължителните за целта ритуали. Тези подготвителни обреди се състоят най-вече в сексуално въздържание, съпътствано от пости, забраняващи употребата на месо и алкохол, както и от специално жертвоприношение към съответното божество.

Старогръцката и латинската литератури изобилстват с примери от този вид общуване с боговете. В Гърция, около триста храма са били отредени на оракулите, предсказващи чрез сънища и там са се стичали множество поклонници. Сред най-известните са Делфи, храмът на Аполон и храмът на Епидор, където са се стичали болните с надеждата, че Асклепий, богът на медицината (познат в Египет под името Имотен, а в Рим — Ескулаи) ще им се притече на помощ по време на съня. Тази помощ се явявала обикновено под формата на практически съвет, предписващ поемането на билкови отвари, но често болните чисто и просто се събуждали излекувани от своя сън. Жреците и жриците, тълкували собствените си сънища, съдържащи божествени послания, които им се предавали по-скоро в поредица от съновидения, отколкото в един-единствен сън. Дори ex-voto^[2] ще потвърдят множеството случаи на болни, напуснали храма напълно оздравели.

Философите-класици полагат сериозни усилия, за да разгадаят природата на съня и на съновиденията в чисто физическо отношение, така както 2000 години по-късно са го сторили и философите на рационализма. Така например Платон смята, че черният дроб е центърът на сънищата още преди да напише в „Тимей“, че пророческите видения могат да бъдат възприемани от най-недостойните части на човешкото тяло, в случая — черния дроб. Галий, както и Цицерон, смятат, че всички сънища са предупреждения относно здравословни проблеми на сънуващия, докато Аристотел счита, че те са функция на мисълта, предизвикана от физически причини. Що се отнася до Демокрит, за него те са „неща, плуващи в атмосферата, които атакуват човешкия ум по време на сън“. Плиний им придава чисто свръхестествена сила, но всъщност Хипократ, бащата на медицината, се доближава най-много до истината с изявлението си: „Някои сънища са божествено вдъхновение, докато други произхождат директно от нашето физическо тяло“. Докато древногръцките философи в онези времена изучават причините, пораждащи сънищата,

населението от своя страна, се интересува предимно от тяхното значение, тъй като за тях те са важни източници на информация. Именно затова тълкувателите на сънища са много на почит и до тях се допитвали толкова често, колкото в днешно време търсим за съвет лекарите, с тази разлика, че тогавашните „лечители“ се считат за способни да намерят в съня както решението на личностните проблеми на пациентите си, така и да предписват лекове за тяхното здраве.

Дверите на сънищата

Въпреки всичко, сънищата в по-голямата им част били възприемани или като предупреждение, или като пророчество. Предсказателните съновидения означавали, че приближаващите бедствия могат да бъдат избегнати, ако човек реагира съгласно божие послание, докато против пророческите нищо не можело да се направи. За да определят дали се касае за предупредителен или пророчески сън, гърците прибягвали до онова, което те наричали, "Дверите на сънищата", които се възприемали под формата на двукрила врата, едната направена от слонова кост, а другата - от рогов материал. Ако даден сън преминел през вратата от слонова кост, ставало дума за предупреждение, но ако минел през роговата - то тогава той бил пророчески. Когато сънуваме, умът ни е глух за игрите на думи, затова никак не е чудно, че тези две символични врати са били всъщност резултат от подобна словесна 'игра: слонова кост на гръцки се нарича „elephas", което има и значение на мамя, играя нечестно, докато рог на гръцки е „kapanoo", което означава също изпълнявам, осъществявам. Двете думи, взети заедно, символизират предотвратимото и неизбежното!

Сънищата при египтяните

Египтяните отдавали голямо значение на сънищата в периода между 4000 и 2000 година пр Хр. Според един писател изследовател на X-ти век сл. Хр. през онази епоха в Египет е съществувало селище, наречено Абукир, разположено в покрайнините и на пустинята, южно от Кайро, което вероятно е било мястото, където Фараонът е държал като затворник Йосиф. Става дума за нещо като пещера-тъмница, в чиято вътрешност се издигала статуята на Патриарх Йосиф с разтворена на коленете му книга, с изписани на кориците кабалистични знаци. Този затвор е бил всъщност част от обширния център, познат от гърците под името Асклений Мемфиски, който е един от най-внушителните храмове на изкуството на предсказанията и изцелението в Древността. Пещерата-затвор всъщност е погребална зала на самия Имотен.

Главният виночерпец и хлебярят

Докато Йосиф бил затворен там, ясновидците от дълго време били замлъкнали, но това не пречело на египетските богове да продължават все така често да посещават това място. По тази причина няма нищо чудно в това, че великият виночерпец и хлебярят, другари по тъмница на Йосиф и двамата покорни слуги — царедворци на Фараона били спохождани в това свято място от пророчески сънища, които Йосиф съумял успешно да разтълкува.

Царете и фараоните на Древния Египет придавали голямо значение на своите сънища, дълбоко убедени, че те носят съветите и закрилата на боговете за тях самите и за тяхното потомство. Сфинксът държи между лапите си блок от розов гранит, върху който е изписан съня на човек, който бил предопределен да стане по-късно цар. Докато си почивал под сянката на Сфинкса, човекът заспал и Ра, богът на слънцето, му се явил насън, за да му извести, че един ден той ще стане цар на Египет. Когато се събудил, той погледнал Сфинкса, видял, че част от него е покрита с пясък и че има нужда от почистване и дал обет да го възстанови и поддържа в безупречно състояние ако някога сънят му се сбъдне. Няколко години по-късно сънят се превърнал в действителност и той бил преименуван в Тутмос IV-ти. Припомняйки си даденото обещание, той върнал на Сфинкса предишната му слава и от този ден нататък Сфинксът бил винаги редовно поддържан и почистван от пясъците, донасяни от ветровете на Сахара.

Освен тази писана история, съществуват множество други стели^[3] и други египетски архитектурни паметници, които носят надписи с йероглифи, разказващи за отделни фрагменти от забравени сънища. Те са най-многобройни около храма на Асклепий Имотен. Някои от тези надписи представляват истински тълкувания на съновидения и са надживели векове, за да стигнат и до нас като непреходна традиция. Един от тях гласи следното: „Легло в пламъци означава, че другарят ви е вероломен". Друг твърди: „Да сънуваш умрял вол вещае, че ще тържествуваш над неблагоприятната си съдба или над врага си".

Сънищата в Библията

Библията е един от най-богатите съществуващи източници на сънища. Старият и Новият завет съдържат над 20 подробни описания на сънища, които са примери на божии съвети от различно естество, под формата на предупреждение или пророчество. Тези послания са били заредени с такава сила, че разглеждайки ги в светлината на времето, виждаме как онези, към които те са били отправени, следвайки ги и действайки според значението им, са могли да ръководят и насочват съдбините на цели народи, а в множество случаи и да преобърщат хода на историята.

Сънищата в Стария завет

Макар и евангелистите от по-ново време да се обявяват против предсказанията, Библията привежда множество примери за упражняването на подобни умения в практиката. По всичко изглежда, че израелтяните са били всецяло отдадени на това изкуство. Въпреки че някои от тях искали да забранят всеки намек за предсказания, в крайна сметка именно това нравят последните събирачи, съставители на Завета. Предсказанието, разгледано в съчетание с пророците, наричано в началото „жреческо пророчество", по-късно става известно като — Съновидения, внушени от Бог и неговите ангели".

Ако разгледаме по-внимателно притчите от Стария завет и по-специално образните предсказания, описани под формата на видения и сънища, ще забележим, че еврейската дума, обозначаваща „видение" и „сън" съвпада с еврейския глагол, означаващ „виждам". Следователно сънищата и виденията от Стария завет, които са служели за предсказване на бъдещето, всъщност са били от пророческо естество. При все това, библейските пророци, ясновидците и тълкувателите на сънища не са били възприемани като гадатели, предсказващи бъдещето (макар че това е само въпрос за название и класификация). Дотам, че всички сънища били приписвани единствено и само на Йехова тъй като, както се вижда от откъса от Книга за Пророк Йеремиа (13: 25), единствен пророкът има правото да възкликне: „Аз имах сън! Аз имах сън!" „Книгата на царете" също разкрива, че в Израел, както и навсякъде другаде, дарбата да се сънува е можела да бъде възпитавана и развивана. Соломон следва тази добре утвърдена традиция докато спи и сънува в храма на хълма Голан. „Книгата на Самуил" е още едно доказателство за значимостта на сънищата, защото от нея научаваме, че Самуил е имал привычката да спи пред свода на храма. Сънят на Йаков във Ветил, описан в „Битие" (или „Първа книга Мойсеева" — 13: 10-22) ни дава допълнителни подробности относно древното ханаанско светилище, в което Йаков се оттегля за да се допита до предсказанието посредством съня и виденията.

Сънищата, описани в Библията, биват два вида: буквални и символични. В тези, които се числят към първата категория, Бог или неговият вестносец говори директно на спящия и му дава ясни указания, които не се нуждаят от много обяснение или изобщо не изискват тълкувание. Сънищата от втората категория представляват символични послания, под формата на притчи, които налагат анализ и внимателно подробно тълкувание, за да излезе наяве скрития им смисъл. Йосиф и Даниил са безспорно двамата най-изкусни тълкуватели на сънища, но по принцип всички евреи са били много отдадени на това изкуство и не са срещали трудности в разбирането на смисъла и посланията, съдържащи се в техните сънища.

В Библията съвсем ясно се казва, че Бог говори на хората в съня им: „Бог говори

веднъж и, ако това не забележат, още веднъж: на сън, в нощно видение, когато сън наляга човечите, във време, кога дремят на леглото. Тогава Той открива на човека ухото и запечатва Своето наставление. — („Книга на Йов" гл. 33: 14-16)[4].

Първият сън, описан в „Стария завет" е убедителен пример за този съвсем пряк контакт между Бога и хората: „И дойде Бог при Авимелеха нощем, насън и му рече: ето ти ще умреш поради жената, която си взел, защото тя си има мъж" („Битие", гл. 20: 3).

Прословутият сън на Йаков, в който се говори за стълба, спускаща се от небесата чак до земята, е едновременно и буквален и символичен, както можем да видим от следния откъс: „И видя сън: ето, стълба изправена на земята, а върхът ѝ стига до небето, и Ангели Божии се качват и слизат по нея. И ето, Господ стои отгоре на нея и говори: Аз съм Господ, Бог на твоя отец Авраам, и Бог на Исаака; (не бой се). Земята, на която лежиш, ще я дам на тебе и на потомството ти; И потомството ти ще бъде като земния пясък; и ще се разпростреш към морето и към изток, към север и към юг; и ще бъдат благословени в тебе и в твоето семе всички земни племена". („Битие" гл. 28: 12-14).

По-нататък в друг сън, тъкмо след като е избягал тайно от дома на Лаван, Иаков получава отново Божиите заръки, този път чрез думите на един ангел: „Ангел Божии ми каза насън: Йакове! Аз отговорих: ето ме. Той рече: дигни очи и погледни: всички пръчове (и овни), които са се качили на добитъка (на козите и овците), са шарени, капчести и с петна; защото виждам всичко, що Лаван върши с тебе; Аз съм Бог (Който ти се явих) в Ветил, дето ти поля елей върху паметника и дето ми даде оброк; сега стани, излез от тая земя и се върни в твоята родна земя (и Аз ще бъда с тебе). — („Битие" гл. 31, 11-13). Тук ангелът, играе ролята на посредник, подобно на вестносите на Зевс, на подземните помощници на Ан-За-Оар, богът на шумерите, вавилонците и асирийците и в крайна сметка подобно на всички явяващи се носители на съня в Древността.

Сънищата на фараона

Най-колоритните и най-възбуждащите библейски сънища са безспорно тези на любимия син на Йаков, Йосиф, фараоновият тълкувател. Йосиф, който сам бил плодовит на сънища, бил хвърлен в тъмница заедно с виночерпеца и хлебаря на Фараона, които по време на своето затворничество били спохождани от множество сънища, носещи някакво послание. Като вземем под внимание, че тяхната тъмница е била самата гробница на Имотен, разположена в средата на един от най-известните храмове на Египет, за гърците познат под името Асклепион, подобно изобилие от сънища не е никак изненадващо. „Еднъж, виночерпецът и хлебарят на египетския цар, които бяха затворени в тъмницата, двамата в една и съща нощ видяха сън: всеки видя свой сън, и на всекиго сънят бе с особено значение.

На сутринта дойде при тях Йосиф и ги видя, че бяха смутени, И попита той фараоновите царедворци, които бяха с него в господаревия му дом под стража, и рече: защо днес лицата ви са тъжни? Те му отговориха: видяхме сънища, а няма кой да ни ги изтълкува. Йосиф им рече: нали от Бога е тълкуването? Разкажете ми ги. И главният виночерпец разказа на Йосиф съня си, думайки му: сънувах, ето лоза пред мене; на лозата имаше три пръчки, тя се разви и цъфна, завърза грозде, което узря; и фараоновата чаша беше в ръката ми; взех един грозд, изстисках го в фараоновата чаша и го подадох на фараона в ръка. И рече му Йосиф: ето тълкуването му: три пръчки — това са три дни; след три дни фараонът ще издигне главата ти и ще те повърне на твоето място, и чаша на фараона ти ще подадеш в ръката му, по предишния обичай, когато му беше виночерпец; но, кога ти бъде добре, спомни си за мене и ми направи благодеяние; спомни на фараона за мене и ме изведи от този дом; защото аз съм откраднат от еврейската земя; а тъй също и тук не съм направил нищо, за което да ме хвърлят в тъмница.

Главният хлебар видя, че той изтълкува добре, и рече на Йосифа: и аз сънувах: ето, на главата ми три кошници; в горната кошница имаше всякакви фараоновы ястия, приготвени от

хлебаря, и птиците (небесни) ги кълвяха от кошницата, що беше на главата ми.

И отговори Йосиф и (му) рече: ето тълкуването му: трите кошници-това са три дни; след три дни фараонът ще ти вземе главата и ще те обеси на дърво, птиците (небесни) ще кълват плътта ти. — („Битие", гл. 40, 5-19).

„И Фараонът повърна главния виночерпец на предишното му място, и той подаде чашата фараону в ръка; а главния хлебар обеси на дърво, според както бе изтълкувал Йосиф. Но главният виночерпец си не спомни за Йосифа, а го забрави". („Битие", гл. 40, 21- 23).

„Като се минаха две години, на фараона се присъни, че стои при реката; и ето, излязоха из реката седем крави, грозни и мършави, и се спряха при другите крави, на речния бряг; грозните и мършави крави изядоха седемте хубави и тлъсти крави. Тогава се събуди фараонът, и пак заспа, и му се присъни втори път: ето, седем пълни и хубави класове израснаха из едно стъбло; но ето, след тях израснаха седем празни и изсушени от източния вятър класове; и празните класове погълнаха седемте тлъсти и пълни класове. Тогава фараонът се събуди и разбра, че това беше сън". („Битие", гл. 41, 1-7).

Добре известно е пророчеството, което Йосиф видял в този сън — настъпването на седем изобилни години, последвани от седем гладни години. Това, което и до сега не се дооценява и е валидно и до днес, е силата, която притежават някои сънища за да въздействат не само върху този, на когото са се присънили, а също и да влияят върху съдбите на други хора, та и на цели поколения, години и векове след това. Те са отправната точка на низ от събития, истинска верижна реакция, която продължава, може да се каже, до безкрай.

Въпросът е какво би станало, ако на Фараона не му се бяха присънили тези видения. Все пак тази поредица от причинно-следствени връзки не започва от сънищата на Фараона, а от тези на виночерпеца и хлебаря, две години преди това. Тогава, какво би станало ако те двамата не бяха познали тези сънища? В такъв случай Йосиф нямаше да ги изтълкува, славата му нямаше да стигне чак до ушите на фараона и той щеше да продължи да чезне в тъмницата. Египет нямаше да събере зърно в очакване на предстоящите седем години на глад. Единадесетте братя на Йосиф, както и баща му Йаков (по-късно преименуван в Израил) нямаше да слезнат в Египет, за да купят жито, защото то нямаше да е събрано. Така те нямаше да видят отново Йосиф, любимия син на баща си, който те били изоставили в пустинята няколко години преди това и нямаше да се заселят в Египет, както е станало. Ако дванадесетте братя не се бяха събрали заедно, те нямаше да дадат начало на дванадесетте израилеви племена, без чието съществуване нямаше да познаваме „Изхода", Обетованата земя, потомството на Давид и рождеството Христово, такива каквито ги познаваме. Така, сънят на Фараона носи такава пророческа мощ, че последиците от него стигат до наше време и отекват и в бъдещето, надхвърляйки безкрайно много рамките на четиринадесетте години, предсказани от Йосиф.

Мойсей и Соломон

Твърди се, че Мойсей по божията воля е бил определен да чува Божиите слова на сън: „В Гаваон Господ се яви нощем Соломону на сън; и рече Бог: искай, каквото желаеш да ти дам. — („Трета книга Царства", гл. 3, 5).

В отговор, пак в съня си, Соломон помолил Бог да го дари с милостта си да различава злото от доброто и тъй като това се поправило Богу, той, както разбираме малко по-нататък, го възнаградил с голямо богатство.

Навуходоносор и пророк Даниил

Навуходоносор, цар на Вавилония, е друг библейски герой, който често бил спохождан от сънища. Виденията му обаче били много объркани, освен това той бил склонен да ги забравя още щом се събудел и така оставал изпълнен с мъгляви и неясни спомени, които бил неспособен да възстанови в паметта си. Затова няма нищо чудно, че молбите му, отправени

към магьосници, гледачи и тайновежди обикновено оставали напразни, главно поради това, че той очаквал от тях не само да изтълкуват сънищата му, а и да му ги възпроизведат. Сънят, описан в „Книга на Пророка Даниила“ изправял необичайни проблеми пред Навуходоносор. Царят рекъл на халдейците: „Аз реших. Ако не ми кажете съня, ще бъдете насечени на късове, и къщите ви ще се обърнат на развалини; ако пък ми разкажете съня, и какво той значи, ще получите от мене дарове, награда и голяма почест; и тъй кажете ми съня, и какво той значи“. („Книга на Пророка Даниила“, гл. 2, 5-6). Мъдреците били неспособни да изпълнят тази трудна задача и така бил издаден указ всички те да бъдат хвърлени в тъмница и накрая изтребени. Даниил бил един от мъдреците. Според Библията, Даниил можел всяко видение да разбере и всеки сън да изтълкува и бързо убедил в това своя тъмничар. „Намерих между пленените синове на Иуда човек, който може да открие на царя, що значи сънят“ — казал пазачът. Изправен пред Навуходоносор, Даниил му разкрил, че е видял насън всичко, в най-малки подробности от съня на царя. „Твоето видение, царю, беше таково: ето, някакъв си голям истукан[5], огромен беше този истукан, той стоеше в извънреден блясък пред тебе, и видът му беше страшен. Главата на този истукан беше от чисто злато, гърдите му и ръцете му — медни, пищялите му железни, нозете му част железни, част глинени. Ти го гледаше, докле се камък откъсна от планината, без да го е ръка съборила, удари в истукана, в неговите железни и глинени нозе, и ги разби. Тогава всичко заедно се раздроби; желязо, глина, мед, сребро и злато станаха като прах на лятно гумно; вятърът ги отнесе, и дيريا от тях не остана; а камъкът, който разби истукана, стана голяма планина и изпълни цялата земя“. („Книга на пророка Даниила“, гл. 2, 31-35). Та такъв бил забравеният от царя сън. По-нататък, тълкуванието разкрива, че Навуходоносор е богоизбран за цар на царете, владетел на множество царства, а той самият е представен със златна глава. И макар царствата да се въздигат и падат, Даниил го уверил, че неговото ще бъде вечно и несъкрушимо. Впрочем, Даниил, твърде деликатно заобиколил темата за краката от глина, израз, който в днешно време се е превърнал в нарицателен символ, но всяка вероятност, за да се понрави на царя и да спаси живота си, както и този на своите другари по затвор.

Сънищата в Новия завет Новият завет не изобилства от сънища,

както Стария, но затова пък тези, които той съдържа са със също толкова дълбок смисъл. Ето, ангел се явил насън на Йосиф и му предал следната вест: „Но когато намисли това, ето. Ангел Господен му се яви насън и каза: Йосифе, син Давидов, не бой се да приемеш Мария, жена си; защото заченалото се в нея е от Духа Светаго; тя ще роди Син, и ще Му наречеш името Исус, защото Той ще спаси народа Си от греховете му“. („От Матей“, гл. 1, 20-21). По-късно тримата мъдречи, след като поднесли на Младенеца даровете си от смирна, ливан[6] и злато, на свой ред били предупредени: „И като получиха насън откровение да не се връщат при Ирода, те заминаха по друг път за страната си“. („От Матей“, гл. 2, 12). Малко след това Йосиф получил ново божие послание: „А след като си отидоха, ето, ангел Господен се явява насън Йосифу и казва: стани, вземи Младенеца и майка Му, и бягай в Египет, и остана там, докле ти кажа, защото Ирод ще търси Младенеца, за да Го погуби“. („От Матей“, гл. 2, 13).

Йосиф се подчинил и останал в Египет дотогава, докато отново го посещава божи вестоносец: „А след като умря Ирод, ето. Ангел Господен се явява насън Йосифу в Египет и казва: стани, вземи Младенеца и майка Му и иди в земята Израилева, защото измряха ония, които търсеха душата на Младенеца“. („От Матей“, гл. 2, 19-20). Ето още един пример как някои сънища носят дълготрайни последици и могат да окажат съдбоносно влияние върху човешката история. Без този сън, Младенецът и майка му нямаше да могат да предотвратят избиването на Невинните и тогава следва да се запитаме какъв ли обрат щеше да вземе човешката история без рождеството и, следователно, без влиянието на християнството? Тридесет години по-късно жената на Пилат заръчва да му предадат следното: „Не нрави нищо на тоя Праведник, защото днес насън много пострадаха за него“. („От Матей“, гл. 27, 19). Този сън не се отразява на историята, понеже Пилат отказал да се съобрази с ясното му

послание. Едва ли има някой, който би могъл да каже какво би станало, ако Пилат бе решил да пощади Исус?

Църковните папи

Първите християни разглеждали сънищата по същия начин като пророците от Стария завет. Папа Григорий от Ние през IV-ти век ги възприемал като божествени послания и смятал дори, че те са огледало на човешката душа. Той пише, че тези видения могат да допринесат за по-доброто познаване на най-съкровената човешка същност. Свети Августин си служел със сънищата като средство за общуване между самия него, Бог и неговите ангели и вечно ги призовавал да съхранят „целомъдрените му желания“. Тома Аквински, пророк в тълкуванията си на Стария завет, е автор на множество страници върху пророческата същност на сънищата и стига до идеята, че сънят и събитията могат да бъдат причинени от една и съща причина — идея, която се доближава до концепцията на Юнг за синхронизма.

Сънищата през средновековието

В края на средновековието в Европа, сънищата се превръщат в „табу“ за Църквата. Религиозните власти охотно забравят за ролята, която те играят в миналото и ги причисляват към езотеричните умения, които, според тях, са дело на дявола. Лесно е да проследим как тази скудоумна доктрина оставя своя отпечатък върху цялото ни общество и как самата дума „сън“ така губи своя смисъл на „видение“ за да се ограничи единствено в значението си на химерични надежди. Скоро след това изразът „той е само един мечтател“ започва да се използва, за да се каже за някой, че е човек, загубил ясна представа за действителността, изопачавайки по този начин напълно смисъла, та дори и самата цел на сънищата. Въпреки това, през XIX-ти век Фройд и неговият труд върху сънищата хвърлят нова светлина, възвръщайки на сънищата статута на социално „приемливо“ явление. С това сънищата придобиват по-скоро психологическо измерение, отколкото религиозно или пророческо. Така понятията „То“, „Аз“ и „Свръх Аз“, новото триединство на психоаналитиците, в крайна сметка изместват Бог и другите външни сили, които до тогава са били считани за отговорни за произхода на сънищата. Днес, когато се приближаваме към края на XX-ти век, хоризонтите се разширяват дотолкова, че сънищата във всичките им аспекти, от дълбоко религиозния до обикновения преглед на факти от ежедневието ни живот, стават обект на сериозен анализ.

Сънищата на японските гадатели

От японската средновековна литература, която изобилства с разкази на оракули за техните съновидения, научаваме за съществуването на храмове, посветени на сънищата, както мри шинтуистите, така и при будистите. В Уса е съществувало много известно светилище на шинтуистите, посветено на Бог Хашиман. Три будистки храма се радвали на особено голяма слава заради гадателите си и последователите на Будисатва Канон.

Независимо дали призоваваното божество е будистко или шинтуистко, церемониите по допитването до гадателите са много сходни в своята дълбока същност. След спазването на изискванията за въздържание по време на подготвителния период, поклонникът отива в свящото място, за да направи дарение и в същото време да даде обет, че ще остане за известен период на това място с надеждата, че ще го споходи пророчески сън. По всичко изглежда тези периоди на подготовка са били от седем, двадесет и един или от сто дни. Поклонниците прекарвали всяка нощ колкото е възможно по-близо до сърцето на светилището, където обитавало божеството. Тъкмо там трябвало да се зароди и произведе сънят, така желан и очакван, но обикновено това ставало едва последната нощ на дългото очакване.

Болестите заемат челно място в причините, които са тласкали хората да подирят помощта, която можела да им бъде донесена чрез сънищата. Един сборник с разкази от XV-ти век, познат под името Хазедра Рейгенки, описва чудотворните изцеления, настъпили благодарение на общуването с боговете посредством сънищата. Един от тези разкази говори за

човек, който, обезобразен от проказа, отива до Хазедра и след седем дни и седем нощи на усамотение вижда насън, че едно момче излиза от вътрешността на храма и му казва:

„Твоята болест е много трудна за лекуване, защото е причинена от кармата на предишен твой живот. Въпреки това, Каннон ми нареди да те изцеля“. Тогава момчето облизало с език цялото тяло на мъжа и когато той се събудил, се видял здрав и читав. Друг човек, който страдал от страшна болест, отишъл на поклонение до Хазедра и след една нощ и един ден сънувал как едно момче излиза пак от вътрешността на храма и му намазва тялото с мехлем. На следната утрин болестта го била напуснала. В много от тези истории се разказва за малко момче, което излиза от самата светая светих и носи чудотворно изцеление на болните.

Оракулите обаче можели не само да лекуват, а и да разрешават и други проблеми. Според друга история, жрец, който не можел да запомни някакъв твърде сложен текст, го запааметил наизуст насън само за една нощ. Друг, който се срамувал от външността си, по същия начин събрал куража да се изправи без страх пред света. Жени, живеещи в отчаяние и нищета, се осланят на помощта на гадателите и се виждат преобразени, подкрепени в болката си благодарение на нощите с позитивни сънища. Също и поклонници, които искали само да научат бъдещето и които насън виждали ясно какво ги чака. Преди зараждането на будизма Императорът бил най-великият мечтател – неговите религиозни задължения се състояли между другото в това да полага особени грижи за сънищата си. В двореца му имало стая, специално отредена за сънища, обзаведена с легло само за тази цел, наричано Камудоко. Веднъж, когато неговият народ бил застрашен от ужасно бедствие, Император Сужин легнал върху своето камудоко, за да потърси отговор, който да му подсказе разрешението на проблема. Той получил отговор, когато неговият Бог Амонон Уши му се явил насън, за да му каже как да избегне голямата беда, която щяла да помете страната му. Историята не ни разкрива в какво се е състояла тази рецепта, но тя се оказала ефикасна.

Сънищата при племената

Индианците от Северна Америка добре познават силата на сънищата, които им помагат да живеят в мир. Хуроните и ирокезите редовно организирани церемонии за групово сънуване, което траело няколко дни, та дори и няколко седмици, в зависимост от обекта на внимание. Така, обединявайки сънищата си, те успявали да начертаят специфична стратегия, с която си служели за управляване на племенните дела.

Новозеландците маори и южноафриканците зулуси и до днес все така отдават голямо значение на сънищата си и на тяхното обединяване.

Ескимосите от залива Хъдзън и патанийците от Малайзия споделят вярването, според което по време на съня душата се отделя от тялото и живее в друг, различен свят — света на сънищата. Те смятат също така, че е много опасно да събудиш грубо спящия, понеже душата няма да има време да се съедини отново с тялото и така може да остане завинаги лутаща се в небитието.

Колективните сънища

Корсиканците отдават особено значение на сънищата си и полагат специални грижи за тях. Случвало се е цели селища да сънуват по едно и също време един и същи общ сън, сякаш някакъв колективен дух ги ръководел по телепатичен път по време на съня. Каквото и да е естеството на този общ контрол, той съществува от дълги години и продължава да се проявява и до днес.

Темиарсеноа

Темиарите, племе, принадлежащо към малайския народ в Сеноа, са и до днес дълбоко повлияни от тълкуванията и използването на сънищата. Според тях сънищата са фрагменти от личността, съставени от физически сили, приели познаваема форма. Макар че

тази теория има далечна прилика с личностните и колективни първообрази на Г. Юнг, не трябва да се забравя, че тези народи живеят, изповядвайки тези вярвания от стотици години. Така, техните деца от най-ранна възраст научават за значението на сънищата и се подготвят да се изправят лице в лице с всички зли духове, които срещат в кошмарите си с цел да се научат да ги овладяват още преди да достигнат зряла възраст. Когато възмъжеят, те вече са способни да обединяват своите сънища, понеже колективните съновидения им позволяват да прозрат бъдещето, в резултат на което те буквално са способни да се справят с всички проблеми преди още те да са реално възникнали. Тяхното общество не познава престъпността и насилието и те са считани за един от най-демократичните и най-добре адаптирани се към заобикалящите ги условия народи, съществуващи в днешно време.

Още от 1931 г., когато Х. Д. Нуун открива този ненасилнически народ, миролюбивият и хармоничен начин на живот на това племе не е преставал да интригува социолози и антрополози, Нуун е особено впечатлен от начина, по който те живеели в съвършено съгласие със себе си и с природните закони. Той пише следното: „Когато даден човек е положил труд, той получава част от общата реколта, макар и не според вложения труд или притежаваните умения, а според своите необходимости“. Като че ли именно тук намират истинско възплъщение мечтите и идеите на Карл Маркс всеки да работи според възможностите, а да получава според нуждите си.

За съжаление човечеството не разбра и недооцени бляна на Маркс, което не е никак чудно, предвид факта, че човечеството изобщо не е склонно да се научи да сънува и да мечтае, за разлика от хората от племето Темиар-Сеноа. За тях комунизмът е реалност и е очевидно защо.

Исторически сънища

Не всички сънища, повлияли върху хода на човешката история са били за добро, както ще видим от следващите примери. В една злокобна нощ, през ноември 1917 г. германските и френските войски се сражавали от двете страни на Сомма под смъртоносния дъжд от артилерийския огън. Един германски ефрейтор, който спял в бункер, имал сън или по-точно ужасяващ кошмар, в който дъжд от отломки и буни пръст го засипва и го оставя без дъх. Той се събудил стреснато и побегнал от бункера навън, в прохладната нощ, щастлив да открие, че това е само сън. Няколко секунди след това френски снаряд ударил бункера, убивайки всички хора в него. Осъзнавайки, че сънят току-що го е спасил от сигурна смърт, войникът поблагодарил на Бога, като заявил в молитвата си, че знае, че Господ му е спасил живота за да може той, на свой ред, един ден, да спаси своята родина. Името на въпросния войник е Адолф Хиглер. Никой не знае какво би се случило, ако Хитлер беше загинал през 1917 г., но все пак човек се изкушава от мисълта, че вероятно Европа и светът днес биха били съвсем различни, ако кошмарът не беше разбудил Хитлер.

Александър Велики

Повече от две хиляди и триста години преди злополучния сън на Хитлер, друг амбициозен пълководец следвал пророческите послания на своите многобройни съновидения — Александър Велики. Така, напълно в реда на нещата научаваме, че по времето на обсадата на Тир, Александър Велики, възпитаник на Аристотел, видял насън как сатир (природен дух, на гръцки „Satyros“) танцува върху неговия щит. Аристандър, неговият ясновидец, изтълкувал съня като игра на думи и като разместил буквите, съставлящи „Satyros“ получил фразата „Тир е твой“. Така сънят подбужда Александър Велики да поднови атаката срещу Тир, който почти веднага след това се предава.

Цезар Юлий

Три века по-късно, Юлий Цезар, за когото се говори, че е служил като образец за подражание на Хитлер, също често сънувал и действал съгласно повелята на съновиденията си (било то съзнателно или не). Вследствие на един особено реалистичен свой сън, в който се

видял да изнасилва собствената си майка, той решава да премине с войската си през Рубикон, малка река, следваща сизалпийската граница. След това свое начинание, той се оказва отново във война със Сената, тъй като в действителност той нахлува в родната си страна. Наистина жалко, че той не обръща нужното внимание на съня на жена си, която го предупредила за опасностите, на които се излага с действията си по време на гибелните мартенски иди[7]. Ако се беше вслушал в думите ѝ, сънят на Калиурния би останал само едно предупреждение и не би се превърнал в осъществено пророческо предзнаменование.

Жана Д'арк

Векове по-късно, Жана Д'Арк сънува, че е предопределена от съдбата да спаси Франция. Този сън, както и бляновете ѝ през деня оформили в съзнанието ѝ умело замисления план, благодарение на който тя успява да убеди дофина, че е способна да постигне великите си цели. В произведението на Бърнард Шоу „Света Жана“ тя е обвинена, че гласовете, които чува, са плод на нейната фантазия. „Разбира се — кара я да възкликне авторът. — Нали именно така посланията божии стигат до нас.“

Наполеон

Наполеон, друг спасител на Франция, си служи със сънищата си, за да чертае и обмисля стратегията на военните си походи. Щом се събудел той записвал нощните си видения и после ги упражнявал на практика с помощта на оловни войничета, които разполагал и размествал в пясъчника, усъвършенствайки така маневрите за атака и контраатака.

Бисмарк

Бисмарк, друг държавник на Германия, е на шест години, когато умира Наполеон. Ако по-късно той става известен като човек крайно самоуверен, то никога по онова време не си е давал сметка, че той черпи тази своя вяра в собствените си сили от сънищата, главно пророчески, които имал в най-ранно детство и в началото на военната си кариера. И така по-късно той пише в писмо до Император Вилхелм:

„Известието на Ваше Величество ме подтиква да ви разкажа един свой сън от пролетта на 1863 г. през дните на битка. Сънувах, че яздя коня си по тясна алпийска пътека. Вдясно от мен зееше пропаст, а вляво се издигаше планински склон. Пътеката се стесняваше все повече и повече и накрая конят ми отказа да продължи напред. Не можех нито да обърна назад, нито да слеза. Тогава ударих с нагайката си по гладката повърхност на скалата, призовавайки Бога. Камшикът нарасна до невероятни размери, стената от скали се стромоляса като театрален декор и пред очите ми се разкри широк друм, пресичащ планини и гори, като в пейзаж от Бохемия. Видях пруски войски с веещи се знамена и дори в съня ме сиоходи мисълта, че трябва да говоря за тях на Ваше Величество“.

Окуражен от това послание, вдъхващо му увереност, Бисмарк, поема здраво стратегията си и успява в Прусия да оглави германската федерация, подготвяйки така въздигането на Велика Германия, за която по-късно мечтае Хитлер.

Видяхме как, в различна степен, сънищата на велики политици и пълководци са оставили своя отпечатък в историята на човечеството. Нашият свят би бил твърде различен, ако те не бяха следвали повелите, които им диктували сънищата!

Сънищата и литературата

Много преди Фройд да разбули тайнството на мрачните конфликти, терзаещи нашето подсъзнание и преди Юнг да разкрие съществуването на колективното ни подсъзнание, изпълнено с първообрази и символи, поети и писатели стигат до всичко това, та дори и повече. Техните блянове са истински извор на вдъхновение за всевъзможни сюжети, които ги подтикват да надзърнат в най-дълбоките кътчета на психологическата и парадоксална същност на човека.

В техните произведения откриваме белезите от ожесточения конфликт между едва подтисканите диви страсти и благоразумната добра воля, вкопчени в такава безмилостна схватка, че бихме могли да помислим, ме по невнимание сме отворили дневника с историята на пациентите на някой съвременен психоаналитик. Страхът от Ада и ужасяващите видения са от дълги времена възприемани като свидетелство за най-тъмните страни на нашата скрита личностна същност, които Платон успешно определя в творбата си „Републиката“: „Във всеки от нас, дори и в най-добрите люде, се крие див звяр, който се събужда в нашия сън“.

Нито Фройд, нито неговите съвременници щяха да бъдат толкова впечатлени от разкритията за истинската природа на човека, ако бяха прочели някои литературни творби, написани преди тях. Символичното съновидение за Рая, в който сънуващият се намира в градината на насладите, се тълкува като компенсаторен сън, като надежда за осъществяване на възжеланията, много преди Фройд да се заеме с неговия анализ. Първите поеми на Тенисън са изпълнени с нощни пейзажи, населени от недостъпни девизи и славеи, чиито сладко-пойни гласове той чува в своя сън. По същия начин, Кийтс редовно попада в някаква „неизследвана област на духа“, докато се скита в градините на сънищата си.

Шекспир

Шекспир е със сигурност най-великият мечтател на всички времена. Цялото му творчество е изпъстрено със сцени и описания на сънища и блянове, в които реалност и илюзия се оплитат в съзнанието ни и ни хващат в своя капан. Колридж дори, в своите лекции за Шекспир настоятелно твърди, че единственият начин да разберем завещаното ни от Шекспир, е да разглеждаме драматургичните му творби като поредица от картини и идеи, заредени в сънищата и намерили своето изпълнение в тях.

В „Бурята“, Калибан сънува, че „Островът гъмжи от шумове, мелодии и звуци изпълващи слуха със сънна сладост и винаги безвредни“. Друг герой, мъдрецът Просперо, ни внушава, че животът е само сън: „Направени сме ний от сънища и сън отвед обгръща тоз малък наш живот...“^[8] В „Макбет“ Лейди Макбет, в пристъп на сомнамбулизъм извършва наново престъпните си дела и така разбираме, че тя все още има частица будна съвест. Макбет също чува гласове, които му нашепват: „Недей спа! Макбет закла съня! — съня невинен, съня разплитащ счепканата прежда на грижите, съня успокоител, съня, балсам за морния ни дух, основно наше блюдо, пръв хранител на жизнения пир!“^[9]

В „Хамлет“ датският принц също заявява: „Заспиваш, сънуваш може би? Да, тук е пречката! Защото туй — какви ли сънища ще ни споделят в съня без край, когато се измъкнем от брещната черупка — то ни спира; таз мисъл прави жизнения гнет тъй дълголетен“^[10].

В „Сън в лятна нощ“ оживява пред очите ни свят, изпълнен с картини извън времето, представящи ни герои от реалния свят редом с призрачни сенки и образи, изплували от друго измерение. И така всички пиеси на Шекспир са пронизани от следната идея: на нас е отредено да избираме между единия и другия свят, между действителността и символичното. При все това, най-често склонни сме да се оставим пленници на символичния свят на сънищата.

Бъниън и Колридж

„Пътешествието на един Перегрин“^[11] от Джон Бъниън е от същия характер. Това е алегория под формата на сън, която му печели името „безсмъртния мечтател“ или по-нелицеприятното „Безумния мечтател — Самюъл Тейлър Колридж, известен също с многобройните си съзидателни сънища, сред които без съмнение най-плодоносен е известният му Кубла Хан. В една отдалечена и самотна ферма в Съмърсет, Колридж прекарва леко неразположение, което го принуждава да поспи няколко часа, през които му се явяват поредици от думи и образи, които щом се събудил, той седнал да запише дословно. За беда, бил прекъснат от Порлок, който го навестил по работа и така той пропуснал да запише

няколко реда, които после не могъл да възстанови. От тази случка виждаме колко е важно да записваме сънищата си веднага щом се събудим и то без прекъсване.

Луис Карол

Чарлз Лудвиг Догсън, известен под името Луис Карол, бил първокласен математик, но именно книгата му „Алиса в страната на чудесата“ му спечелва световна слава. В нея малко момиченце заспива и попада в света на сънищата като, следвайки едно зайче, влиза в неговата дупка. Приключенията и ужасите, които Алиса изживява по време на историята, са не толкова детски, колкото предназначени да забавляват младите духом, понеже този свят на чудесата, населен с екстравагантни герои, загадки, изненади, заплахи и разочарования говори много повече на възрастните, отколкото на децата. Разсъждения с изключително дълбок психологизъм, дегизирани като приключения в „реалния свят“ или в други измерения, тук се смесват във врящото котле на този приказно-символичен сън, създавайки свят, който някои литературни критици считат за удачно да нарекат „абсурден“.

Робърт Луис Стивънсън

Робърт Луис Стивънсън е може би най-големият късметлия сред авторите, създаващи произведенията си на базата на сънищата си. Той е имал щастието да помни почти всичките си сънища. В книгата си „Пътешествие във вътрешността на страната“ той обяснява как цели завършени истории са му идвали насън. Нощ след нощ той подхващал наново нишката на историята оттам, от където била свършила предната нощ. Този нощен живот придобива толкова реален характер, че в крайна сметка започва да му носи големи страдания, до такава степен го измъчва усещането, че води двойствен живот. Усещане, което в последствие му оказва толкова силно въздействие, че той пише:

„От дълго време се опитвах да напиша разказ на тази тема, да открия формата и изражението, с които да предам това усещане на двойственост, което вероятно терзае всяко мислещо човешко същество. В продължение на два дни изтезвах мисълта си в търсене на основните очертания на историята и на втората нощ сънувах сън, който се развиваше на прозореца, който в един момент се разцепи на две, а Хайд, преследван за незнайно какво престъпление, побегна и се преобрази пред очите на своите преследвачи“.

Така се ражда „Доктор Джекил и Мистър Хайд“.

Валтер Де Ла Мар

Поетът-мечтател Валтер де ла Мар е автор на антология на сънищата, която той започва така: „В най-дълбоката част на нашето подсъзнание се спотайва брутален звяр и ни кара да вярваме, че ние притежаваме ключа, който ни позволява да го държим затворен“. Това съждение, почерпено от негов сън, влиза в противоречие с невинността, която той твърдял и вярвал, че децата притежават. В замяна на това, признавайки съществуването на този див звяр дълбоко в нас, де ла Мар се нарежда сред съмишлениците на Платон и Фройд.

Греъм Грийн

Великият Греъм Грийн, лауреат на наградата на Йерусалим за 1981 г., се нарежда сред многобройните автори, вдъхновявани от сънищата си. При връчването на наградата, той заявява пред зрителите, че книгите му сами се зараждат и съчиняват в лоното на нощта. Както изглежда, през целия си живот чак до смъртта си през 1991 г., той се будел по 4-5 пъти на нощ, за да нахвърля бележки, записвайки сънищата си, които по-късно оформял и ставали основата на творбите му. „Когато съм в период на усилена работа, преди да легна препрочитам написаното през деня и проблемите сами намират решението си по време на съня ми.“ По-нататък той разказва, че има дневни сънища, които му подсказват да запише предчувствия и теми, внушени от разкрепостения му дух и от волно вихрещото му се въображение.

Известни и неизвестни цитати за сънища

С течение на годините смисълът на думата „сън“ се променя, за да придобие накрая значение: на „надежда“ или „съновидение“. Така традиционният му смисъл се измества, привнасяйки допълнителна дълбочина и колорит на тези душевни съкровения, които иначе биха били лишени от своеобразния си романтизъм. Класическите белетристи, драматурзи и поети, не са единствените, чернили вдъхновение от сънищата. Авторите на популярни песни нравят същото и с пълното съзнание за ролята, която играят сънищата в нашия емоционален свят, те никак не се притесняват да ги използват в песните си. Ето тук предлагаме на вашето внимание някои непреходни цитати, някои от които надживяли повече от хиляда години и други, които може би вчера сте слушали по радиото.

Когато го запитали какво е надеждата, той отвърнал: „Сънят на човек, който се е пробудил.“ (Диоген Лаертиус)

Когато хората сънуват, те не осъзнават, че това е сън. Някои дори могат да сънуват, че сънуват. Дотам, че когато великото пробуждане настъпи, ще прозрем, че животът ни е бил само дълъг сън. Какви безумци сме, да вярваме, че сме будни! (Китайски мъдрец)

Човекът е само сън на призрачната сянка. (Питийска ода 8)

Веднъж: сънувах, как аз, Шуан-Цу, съм пеперуда, истинска пеперуда, пърхаща из въздуха. Осъзнавах само, че следвам желанията си на пеперуда, а не същността си на такава. Внезапно се събудих и се видях тук, на леглото. Сега вече не знам дали съм човек, който сънува, че е пеперуда или съм пеперуда, която сънува, че е човек.

Жив като сянка и мигновен като сън. (Шекспир)

Наполеон, могъщ сомнамбул на отлетял сън. (Виктор Юго)

Пречистването на политиката е сън с отблясъци на дивна перуника. (Дж. Дж. Ингълс)

Няма нищо по-сладко в живота от непорочен любовен сън. (Томас Мор)

Да забравя, че помня и да сънувам, че забравям. (Суинбърн)

Всичко, което виждаме или си даваме вид че сме, не е нищо повече от сън в друг сън. (Едгар Алън По)

Видение, достойно за сън, а не за разказ. (С. Тейлър Колридж)

Възделение, изплувало от сянката на някой сън. (Джон Кийтс)

Заспах и сънувах, че животът е красота. Събудих се и открих, че животът е дълг. Значи сънят ми е бил просто лъжа? Помогнете на едно тъжно сърце, положете неуморни усилия

И ще откриете, че сънят ви е реалност, Ярка светлина, а за вас — истина. (Хелън С. Хупър)

Ще кажете, че може ви сънувам,

Да, и не само аз.

Надявам се, че някой ден

И вие ще се присъедините към нас.

(Джон Ленън)

Вярвам, че човек спи, за да не престане да вижда. Възможно е един ден светлината вътре в нас оттам да бликне ослепителна и повече няма да имаме нужда от друго. (Гъоте)

Сънувах вчера, че виждам Бог и му говоря;

Сънувах, че Бог чува думите ми _ После сънувах, че сънувам.

Сънят е взрив. Избухва и отново се превръща слънце.

(Октавио Пас)

Сънувам Жанин с дългите и кестеняви коси. (Песен)

Сънувам бяла Коледа. (Песен)

Любовнико от моите сънища, прегърни ме. (Песен)

Сънувам те в отблясъците на камината. (Песен)

Излез от сънищата и ели в прегръдките ми. (Песен)

Сънувам те повече отколкото ти ме сънуваш. (Песен)

Това, което искаш, е, сънят да се превърне в действителност. (Песен)

Откривателските сънища Елиас Хоув

Редица откриватели дължат на сънищата си хрумванията и идеите, довели до откритията, допринесли в последствие за развитието на човешкото общество и на начина ни на живот. През XIX-ти век човек на име Елиас Хоув сънувал, че диваци хвърлят копия и всяко острие *e* с пробит отвор под форма на оцънце. Когато се събудил, той тутакси осъзнал, че то-ку-що е разрешил проблема за ухото на иглата към новото си изобретение, което скоро след това се превръща в шевна машина.

Фридрих Август фон Кекуле

„Да се научим да сънуваме, господа!“ — призовал Фридрих фон Кекуле, професор по химия в Ганд на първото заседание на един научен конгрес през 1890 г. И тогава, за да обясни изявлението си, той разказал как самият той съумявал да извлече полза от сънищата си. Разказал как след като напразно търсел да открие структурата на молекулата на триметил-бензола, решението му дошло насън:

„Обърнах стола към огъня в камината и задрямах. Пред очите ми отново затанцуваха атоми. Този път най-малките групички срамежливо стояха на заден план. Погледът ми, изострен от често повтарящите се подобни видения сега ясно различаваше по-големите структури, с разнообразни форми — дълги редици, понякога съвсем нагъсто свързани и всички те се гърчеха в змиевидни движения. Но какво виждаха очите ми? Какво беше това? Една от тези змиевидни форми захапа опашката си и така образуваният кръг се завъртя, сякаш надсмивайки се, пред очите ми. Тогава се събудих осенен от прозрение.“

От образа на змията, захапала опашката си, професор Кекуле открил затворения кръг или теорията за бензоловия цикъл, който поддържа структурата на бензола, откритие предизвикало истинска революция в органичната химия.

Джеймс Уат

Джеймс Уат често сънувал, че се разхожда под дъжд от оловни топчета.

Накрая той стигнал до заключението, че ако пуснем разтопено олово от високо, то ще се разд-роби и ще се изсипе в малки сфери. Той проверил опитно тази хипотеза, която се оказала вярна. Така той открива сачмения лагер. След което този сън повече не го споходил.

Френският учител

Един френски преподавател по теология преживял нещо подобно, но без тези повторения. Той срещал сериозни затруднения по разгадаването на вавилонски надпис, чиито смисъл продължавал да му убягва дори и след като се бил допитал до най-големите световните умове по въпроса. Отговорът дошъл насън, в който му се явил вавилонски жрец и вместо него наредил символите в текста така, че той тутакси придобил ясен и свързан смисъл.

Музиката

Много от музикантите чуват композициите си по време насън. Един от най-сензационните случаи на подобно явление е творбата „Дяволски трели“ на Джудзепе Тартини, италиански композитор, който разказва на астронома Ланланд историята на тази соната, композирана от него на двадесет и една-годишна възраст. По-късно Ланланд описва историята в своите пътеписи. Изглежда Тартини е сънувал, че продава душата си на Дявола преди да му даде цигулката си, за да провери дали ще може да свири на нея. Ето какво пише Ланланд, предавайки думите на Тартини:

„Какво беше учудването ми, когато го чух да свири с виртуозно майсторство, изпълнявайки сонатата с такова съвършенство, че надминаваше и най-дръзките представи на моето въображение. Бях възторжен, омагьосан, възхитен, загубих дъх и тогава се събудих. Грабнах цигулката и се опитах да си припомня звуците, които току-що бях чул, но напразно. Сонатата, която тогава композирах, „Дяволски трели“ бе най-доброто, което бях съчинил, макар и да не възпроизвеждаше напълно онази музика, която чух в съня си“.

Сънища, изкуства и сюрреализъм

Историческите и библейските сънища предлагат интересни сюжети за картини на художниците още от XI-ти век, но е трябвало да се дочака течението „сюрреализъм“, за да изкристализира от психологическа гледна точка есенцията и силата на сънищата. Сюрреализмът, художествена школа, възникнала във Франция през 1924 г., търси средствата, за да изобрази съновиденията и пулса на несъзнателното в образи и думи. Кошмарите не са чужди на въображението на хората на изкуството (Пръв Гоя, например, се отличава сред всички в това отношение), но никой дотогава не бил направил опит да пресъздаде истинската атмосфера и символиката, съдържащи се в сънищата. Андре Брьотон, често наричан Бащата на сюрреализма, твърди, че „Сюрреализмът се основава на вярването, че сънищата притежават всемогъща сила“. Тази художествена школа в живописата, достигнала своя апогей през тридесетте години, е дълбоко повлияна от откритията на психоанализата. Фройд настоява твърдо на необходимостта от асоцииране на идеите и подчертава значението на подтисканите сексуални желания, докато Юнг от своя страна разглежда главно символичното значение на образите в подсъзнанието. Картините, базиращи се на тези открития, шокират целия артистичен свят и го разтърсват из основи. Дори до днес, онези, които отказват упорито да разберат същността и значението на сънищата, дори не споменават за самото изкуство, считат, че тази художествена форма е лишена от каквато и да било стойност.

Картините на Салвадор Дали, които между другото носят имена като: „Устойчивостта на Паметта“, „Раждането на течните желания“ или дори „Великият мастурбатор“ ясно отразяват сънища от фройдистки тип. Меки, разливащи се телефонни апарати, ръчни часовници и мебели, патерици, пусти плажове, ембриони и едипови образи се смесват, за да възпроизведат тревожния свят на сънища, трескави състояния и натрапчиви мисли. Тъкмо обратното, Макс Ернст в картини като „Нимфата на ехото“, „Окото на тишината“, „Градината на Франция“ или „Европа след дъжда“ населява платната си със съвършени гори, палещи слънца, жени с птичи глави, скали, въздигащи се до небето, блата, потънали в тишина и загадъчни фигури, като по този начин отразява доста точно концепцията на Юнг за сънищата.

Други художници от групата на сюрреалистите обрисуват терзанията, измъчващи ни насън и разкриват чувството на страх и ужас, поднесени под най-различни форми. Така виденията в полусън също стават обект на внимание в някои изображения на неясни образи, родени в прехода между съня и будното състояние. Сюрреализмът няма да изчезне напълно никога, защото той разтвори врати за един вътрешен свят и така спомогна по своеобразен начин да разберем по-добре природата на изкуството, нашата собствена същност, както и същината на сънищата, до степен, в която всичко това изумително много прилича на

картина.

Мечтатели, фантазьори и гении

Говори се, и то с пълно право, че Леонардо да Винчи е най-великият гений на човечеството за всички времена. Черпил вдъхновение от сънищата и бляновете си, той е изключителен художник, скулптор, архитект, композитор, писател и изобретател. Той изобретява подводница и летателен апарат цели петстотин години преди тези машини да видят бял свят през XX-ти век.

Геният е мечтател, а мечтателят сънува. Всички ние сънуваме и може би всички ние сме мечтатели, но не всички сме гении. Разликата, съществуваща между личности като да Винчи и останалите хора, се състои в това, че първите могат да запомнят идея или мисъл, която ги спохожда в съня, в сърцето на нощта и да я превърнат в действителност. За тях истинският свят е вътрешният и освен всичко друго, те умеят да се вслушват не само в другите, а и в онова тихо гласче, което им нашепва от дълбините на душата. Без съмнение, сънищата, както на просветените знаменитости, така и на нисшите духом, са допринесли за оформянето на света, такъв какъвто го познаваме днес. Все пак естеството на сънищата им не се различава от това на обикновените хора. Всички ние имаме пророчески сънища, всички сънища носят предзнаменование или вдъхновение, но ако ние не ги възприемаме като източник на оригинални идеи и сила, ако отказваме да признаем способността им да ни донесат разрешение на проблеми, от което се нуждаем в ежедневието си живот, те ще се задоволят просто да останат скрити в нашето подсъзнание, като срамежливи наши приятели. И обратното, щом сме готови да признаем силата им, те ни се притичват драговошно на помощ, за да сложат ред в обителта на нашата душа. Преди всичко обаче, както беше казал професор Кекуле, е необходимо да се научим да сънуваме.

ВТОРА ЧАСТ

СЪНИЩАТА И РАЦИОНАЛИЗМА

Миналото познава много и най-различни подходи за изследване на феномена сънища и несъмнено бъдещето ще ни поднесе и нови. Все пак именно в началото на XX-ти век се появява твърде плодотворна теория, известна според някои определения като теорията на здравия разум или още теорията на рационализма. За разлика от анализите на Фройд и Юнг, тази теория се базира на най-новите научни достижения и се стреми да докаже, че сънищата не са нищо друго освен еманация на нашето тяло. За привържениците на тази концепция, стомашните разстройства, мускулната умора, болката, треската и безпокойствата нарушават нашия нощен покой йод формата на съновидения и кошмари.

Научни данни

Откриването на мониторите за регистриране на церебралните вълни позволи развитието на тези изследвания през последните петдесетина години. Използването на тази апаратура е твърде различно от психоаналитичния подход, който си служи с психологически, религиозни, философски и мистични елементи. Става дума за извършването на опити под строг научен контрол, които трябва да могат да бъдат повтаряни толкова пъти, колкото е необходимо, за да се получат винаги сходни резултати. За съжаление, много скоро се установява, че сънищата не реагират както опитните животни в лабораторни условия, колкото и да е свършена използваната апаратура, така че още от самото начало, получените статистически данни не съвпадат помежду си. Така теоретиците бързо се сблъскват с резултати, противни на онова, което са възнамерявали да докажат първоначално. Все пак този подход има заслугата да придаде нови измерения при изучаването на сънищата.

Церебрални вълни

В началото на нашия век физиолозите откриват, че нервните окончания и мускулите, включително и сърдечният мускул, излъчват електрически импулси. В края на двадесетте

години бе открито, че и кожата на темето също излъчва такива вълни. Оттук се стига до заключението, че тези вълни, наречени Алфа и Бета, произхождат от мозъка. Оттогава досега бяха открити още вълните Делта, Тета, Мю, Гама, Вертекс и „К“. Установи се пътя на тези вълни чрез поставяне на електроди върху тялото и главата на пациента, на местата, където електрическата енергия на вътрешната му активност е най-лесна за регистриране. След това вълните се усилват и се изобразяват под формата на криви линии — диаграма върху екран или хартия. Тези линии се наричат електрокардиограми (ECG) за онези, които регистрират активността на сърцето и електроенцефалограми (EEG) за параметрите на церебралната активност. Апаратите се включват в комплекс от средства познати под името „biofeedhack“^[12], защото те позволяват черпенето на данни за недоловими вътрешни дейности и състояния на дадената личност. Увеличаването на точността на електронните средства ни предоставя все по-прецизни записи на мозъчната дейност, което още от петдесетте години насам ни позволява да установим две различни състояния на съня — спане със или без сънища. От тогава насам се разразяват нестихващи яростни спорове, както по отношение на употребяваните термини, така и по отношение на получените от различните изследователи резултати, като се стига дотам, че през шейсетте години всяка или почти всяка научно-изследователска лаборатория използва своя собствена терминология, за да дефинира различните състояния на съня. Измежду тези термини намираме определения за сън като „дълбок и лек“, „активен и спокоен“, „спокоен и активен“, „десинхронизиран и синхронизиран“, „висок и нисък“, за да се стигне накрая до най-модното за съвременната епоха: „парадоксален и ортодоксален“.

Сънища със и без бързи очни движения

Накрая бе установено, че периодите на сънищата съвпадат с периоди на бързи кръгообразни движения на очните ябълки, така че този период бе кръстен на английски REM, акроним на Rapid Eye Movement (бързи движения на очите), за разлика от периодите на липса на сънища, наречени NON-REM (Non-Rapid Eye Movement). Първите научни експерименти, извършени върху доброволци през шестдесетте години използват седем електрода. Първите три регистрират активността на мозъчната кора, четвъртият и петият отчитат движенията на очите, шестият — тонуса на външната шийна област, седмият — сърдечния пулс. Използваната в днешно време техника е сходна. Първата изненада възниква още в момента, когато пациентът затваря очи. Церебралните вълни на мозъчната кора тогава напълно се променят, като че ли пациентът се готви да заспи. Установено е, че докато спим получените криви линии могат да бъдат разделени на шест категории, означени като стадий А, В, С, D, E и F.

Линията на стадий А твърде много прилича на тази от периода, когато пациентът затваря очи, все още буден. Стадий В, който настъпва няколко минути по-късно, дава линия напълно различна от предишната — вълните са по-бавни и с по-ниско напрежение — това е стадият, при който очите на спящия започват бавно да се задвижват. Стадий С, който настъпва около десет минути по-късно, показва, че бавните вълни са организирани в кръгообразен ритъм, докато на практика в същото време очни движения почти не се забелязват — така че се приема, че пациентът е дълбоко заспал. Стадий D се различава от стадий С главно с по-бавен ритъм на вълните и с по-нисък волтаж. При стадия Е волтажът се повишава още повече, но вълните са все така бавни, а очите са преустановили всякакво движение. В замяна на това, стадий F дава съвсем нова схема: високоволтовите бавни вълни отстъпват място на нисковолтови бързи вълни, докато очите навлизат във фаза на интензивна активна дейност. Тилната област губи обичайния си тонус, а сърцето, което поддържа стабилен пулс през всичките стадии А, В, С, D и E, в този момент губи равномерността си. Именно тази интензивна очна дейност по време на фазата F дава името на REM в този стадий на заспалото ни състояние, докато фазите А, В, С, D и E в крайна сметка са преименувани в 1, 2, 3, 4 и 5 и прегрупирани в отделна обща категория на фазите без бързи движения на очните ябълки и без сънища.

През нощта преминаваме през поредица от цикли с обща продължителност приблизително от деветдесет минути, по време на които се редуват последователно фазата с бързи очни движения (REM) и петте фази без бързи очни движения (NON-REM). Започваме от стадий 1 при бавно спане — без бързи очни движения, после минаваме към стадии 2, 3, 4 и 5 все още бавно спане и накрая атакуваме във фазата на спане със сънища, REM. Тази последователност се повтаря по пет, шест или седем пъти през нощта, в зависимост от количеството сън, от който се нуждаем. Към сутринта фазите на бавното спане намаляват докато спането тип REM се увеличава, което обяснява факта, че си спомняме но-добре сутрешните си сънища, защото тъкмо тогава преминаваме най-дългите етапи на спане със сънища.

Тази схема на повтаряне на цикъл от деветдесет минути може би обяснява също защо страдащите от безсъние, събудени посред нощ, трудно могат да заспят отново преди да е изтекъл час и половина или с други думи преди да изчака един пълен цикъл да премине за да уловят следващия. Да се говори за спане без сънища не е толкова лесно колкото можем да си представим, тъй като по-долу изложените наблюдения, извършени в лабораторни условия показват, че мозъкът е много активен, включително и през периодите на бавно спане или при спане без сънища. Може би е по-целесъобразно да се опитаме да дефинираме категориите на сънищата, отколкото категориите на спането. Наистина осемдесет процента от пациентите, събудени през време на спане във фаза REM могат да дадат образно описание на сцени от сънищата си. И тъкмо обратното, едва седем процента от събудените през бавно спане могат да си спомнят и опишат някакъв сън. При все това, когато им се зададе въпроса „Мислехте ли си за нещо?“ вместо „Сънувахте ли нещо?“, осемдесет и седем процента от събудените по време на спане във фаза REM си спомнят, че са имали видения, докато други осемдесет и четири си спомнят, че са извършвали някаква мозъчна дейност, дори и да не става дума за истински съновидения.

В тази връзка, възможно е по време на бавното спане да ни занимават проблеми от ежедневието, докато по време на същинските сънища да се намираме в плен на по-интимни и символични въпроси. Тази идея бе частично потвърдена пред шестдесетте години от теорията, която приема, че парадоксалният сън (днес наричан спане REM) оставя спомени за по-необикновени и по-мистични преживявания от спането от ортодоксален тип, сега наричано бавен сън или NON-REM.

Животните

Всички горди собственици на кучета и котки знаят добре, че техните домашни питомци сънуват, излегнати върху любимата си постелка пред огъня на камината. Научните изследвания, извършени не само въз основа на простите наблюдения, а и върху движенията на очите на животните, потвърждават това. Впрочем, изглежда рибите изобщо не сънуват, докато птиците посвещават 0,5% от своя сън за сънища, нещо, което абсолютно не съответства на наблюденията, направени от собствениците им, които твърдят, че техните птици често говорят по десет минути без прекъсване по време на сън и че понякога дори се налага да ги накарат да престанат. Много е възможно животните, по подобие на хората, да реагират] по различен начин в лабораторни условия.

Влечугите, костенурките, змиите и игуаните не сънуват никога, макар че те прекарват повече от шестдесет процента от времето в сън. Изглежда обаче, че крокодилите прекарват повече време да сънуват отколкото птиците. От друга страна всички бозайници сънуват и е възможно да ги разделим на две групи: преследвачи и преследвани. Преследвачите (кучета, котки, хората, белките и други) прекарват между двадесет и двадесет и пет процента от своя сън в сънища. Преследваните (добитъкът, елените, козите, овните, зайците...) спят по-малко от хищниците и освен това посвещават само от шест до осем процента от съня си за сънища (или в сън от типа REM). Кой би могъл да ги укори за това? Животът им до голяма степен зависи от способността им да не губят връзка с действителността, така че символичните и

химерични сънища от съня тип REM имат за тях твърде несъществено значение.

Сънят

За да сънуваме трябва преди всичко да спим и всяка нощ ние се потапяме в състояние на несъзнателност, което би могло да бъде ужасно, ако не сме свикнали така с него. Това състояние на несъзнателност е често добре дошло след някой изтощителен ден, но вероятно в действителност то е много подобно на дълбокия сън на смъртта. Впрочем разказите на хора, изпадали в клинична смърт, твърде много се доближават до сънищата... но това е друга тема.

Преди нашия век единствените данни, с които разполагат хората относно естеството на съня, са почерпени от спомените за техните сънища. Това се измени едва след изнамирането на електронните измерителни уреди, които позволяват да се регистрира церебралната активност. Преди беше невъзможно да се изследва съня без да се събуди сънуващия и следователно без да се разруши самия предмет на наблюдение, нещо като наблюдаването на птиците преди откриването на биноклите — щом се доближим до тях, птиците отлитат, точно както отлита и сънят.

Ползата от съня

Привържениците на теорията на здравия разум смятаха, че сънят е предназначен да ни възстанови физически във форма, идея, която се провали, когато се констатира, че ако човек в покой остане излегнат в течение на двадесет и четири часа, той си отпочива физически, но със сигурност натрупва умствена умора и дори, ако експериментът продължи прекалено, може да се стигне до душевно разстройство. Снимките, направени на пациенти по време на сън, показват, че тялото прави постоянни усилия, за да избегне прекалено голямото физическо отпускане. Обикновено се въртим и се обръщаме най-малко двадесет пъти за една нощ и то с цел да не оставяме обездвижени мускулите си. Тогава, привържениците на теорията за здравия разум се прицелиха в друга посока и решиха, че се нуждаем от психическа, а не само от физическа почивка.

Тогава те насочиха вниманието си към мозъка, най-важният от всичките ни органи, като си казаха, че тъй като той работи без прекъсване, за да може да мисли, да си фантазира и да си спомня, са му необходими периоди на почивка. Тази хипотеза не издържа повече от предходната, понеже бе установено, че мозъкът е също толкова активен по време на сън както през останалото време на деня, така че тайната на съня и сънищата остава неразгадана.

Изучавайки данните за церебралната активност, придобити чрез използването на електронните средства, учените скоро разбират, че ако импулсите минават от висок ритъм, съчетан с по-висок волтаж при будно състояние към по-бавен ритъм, съчетан с по-високо напрежение по време на сън, то няма доказателство, което да подсказва намаляване на мозъчната дейност. Би могло дори да се каже, че мозъкът работи по-усилено по време на сънищата, което в крайна сметка обори идеята, че сънищата могат да имат психически или патологичен произход.

За тях главното е сънят да е спокоен и без съновидения, така че ако се появят сънища, според тях, те само разстройват нормалния процес на съня, а самите сънища са ненормални. Днес вече знаем, че това противоречи на истината. Ако регистрираме количествени или качествени смущения по време на сън, сънищата не се появяват по нормален начин и може да се стигне до психическо разстройство.

Какво представлява сънят

Многобройните опити да се разбере естеството на съня и на мозъчната дейност завършват с оприличаването им с различни уреди като радио, телефон, телевизор и накрая, в днешно време, с компютър. Някои съвременни изследователи твърдят, че ние „сме на линия“ през 2/3 от нашето време. Така че докато спим нашият мозък не се намира в покой,

а по-скоро, подобно на основната контролна единица в мощна система, той се заема да подбира и да слага ред в събитията от деня. За тези теоретици сънищата са останки от сортирането, извършвано от нашия мозък. Дори и да допуснем, че тази теория е правилна, очевидно тя отчита само част от понятието сън и е необходимо много повече от аналогии с изобретения, изфабрикувани от човека, за да обхванем истината в цялостта ѝ. При все това, действително понякога се събуждаме на сутринта и откриваме, че през нощта проблемите ни са избледнели или дори че са намерили своето решение, а понякога и че сме били осенени от оригинални идеи и решения. Възможно е тези резултати да се дължат на положените умствени усилия, напомнящи класирането на данни от компютър. Все пак спомените от миналото не са заличени, за разлика от онова, което става, когато компютърът редовно „чисти“ паметта си, за да отвори място за новите данни. Без никакво съмнение, сънят е мощен регенератор на енергия, макар и да действа по различен начин от онова, което някога се е смятало. Енергията, която натрупваме по време на сън, е различна по характер от тази, която складираме благодарение на поетата храна или на физическа отмора и притежава способността да ни лекува и възстановява както физически, така и умствено.

Физически изменения по време на съня

Несъмнено докато спим в нас настъпват множество процеси, както физически, така и психически. Тези изменения са причина за част от сънищата и кошмарите ни. Нека разгледаме класическия пример на усещането, че падаме, подхлъзвайки се на ръба на тротоара или че пропускаме стъпало, чувство, което ни кара да се събудим, подскачайки. Този сън, който се явява в първите фази на спането, се дължи на рефлекс, предизвикващ рязко свиване на мускулите, наречено „миоклонично сътресение“. Усещането за пропадане, което в никакъв случай не трябва да се бърка с усещането за летене или безтегловност, също се явява във фазата на лекия сън. То се дължи на умствените процеси по време на прехода между съня и будното състояние, в който се намираме в този момент.

Усещането, че виждаме да блясва светкавица, че чуваме някаква експлозия или че изпитваме чувството, че главата ни ще се пръсне, всички те доста често срещани, също се дължат на физически причини. В действителност, изглежда известно количество статична енергия се натрупва в най-големите ни мускули, най-вече тези на крайниците. Понякога тази електрическа енергия се освобождава вътре в тялото ни, предизвиквайки нещо като електрически шок, който ни разтърсва, пронизвайки ни от тялото към тилната област на мозъка. Колкото и изненадващо да е това неочаквано освобождаване на енергия, вече е установено, че то може да има неоспорими лечебни свойства.

Парализата

Понякога, докато спим, изпитваме крайно неприятното усещане, че се парализираме, чувство, което изобщо не е сън или плод на чисто въображение. Напротив, то е съвсем реално. В действителност, докато спим, рефлексите на крайниците ни напълно изчезват и ние ставаме буквално неспособни да направим каквото и да било движение. Когато този фактор се прибави към даден сън, обикновено се получава история, в която се виждаме преследвани, но сме неспособни да помръднем! При съня във фаза REM, непосредствено предшестваш пробуждането, понякога тази парализа все още леко се усеща при събуждане, но щом отворим очи тя изчезва. Очевидно мускулни свивания, независещи от волята ни, като сърдечният пулс и дишането не са засегнати от тази парализа.

Ако се заслушате в ритъма на дишане на заспало дете, ще забележите, че от време на време то спира да диша за няколко секунди, което би могло да се стори цяла вечност на разтревожената майка. Това временно прекъсване на дишането, което се нарича апнея, е често срещано явление при новородените и бебетата — при някои възрастни то се запазва до дълбока старост. Преждевременно родените са особено податливи на това явление — често, веднага след тяхното раждане, в ковьоза се инсталира електрическа система за контрол, която пуска в действие звуков сигнал веднага щом дишането спре. Тогава, за да се

възстанови отново процесът на дишане, е достатъчно само да тупнете леко бебето с ръка! Натрупването на въглероден диоксид в кръвта, причинено от спирането на дишането, обикновено е достатъчно, за да задвижи отново автоматическия механизъм на дишането, но при недоносените деца координацията между двете системи — инстинктивно и контролирано дишане, не е още напълно развита. Обикновено недоносените деца превъзможват този недостатък за няколко седмици.

Вътрешни и външни смущения

Често в сънищата ни се задействат външни и вътрешни стимули, недостатъчни да ни събудят. В състояние на сън, нашият мозък Проявява невероятна находчивост, за да долови всички външни шумове и вътрешни физически нарушения в тялото ни и да ги вплете в историята на съня. Затова, когато на събуждане се опитае да тълкуваме сънищата си, е необходимо старателно да разграничим отделните елементи. Така, усещането за парализа, за което току-що говорихме, макар и чисто физическо явление по своята същност, носи все пак ясно определен смисъл. Всяка нощ, ние навлизаме няколко пъти в спане във фаза REM и всеки път изпитваме усещането за временна парализа. При все това този сън се появява само епизодично и то за да ни предупреди, по символичен начин, че сме неспособни да избегнем фатална опасност в будния ни живот.

Колкото и невероятно да изглежда това, ние непрекъснато откриваме този процес, в който различни външни елементи се интегрират в сънищата ни под формата на символи, макар и обикновено да не можем да проумеем техния произход. Причината се състои в това, че източникът, породил външния фактор или стимул няма никакъв интерес да подпомогне изясняването на съня и това е красноречиво илюстрирано от следния пример. Една жена сънувала, че сестра ѝ звъни настоятелно на вратата. Накрая тя се събудила и открила, че в действителност е чувала не звънеца на вратата, а звъна на телефона. Макар че тя се събужда от истинско звънене, от значение е символът, който то съдържа в себе си, понеже жената била забравила, че същия ден сестра ѝ трябвало да я посети. Така сънят ѝ си служи с външен елемент, за да ѝ предаде своето послание и да ѝ помогне да избегне забравената ѝ сестра да „faire sonner les cloches“^[13].

Що се отнася до вътрешните фактори и подбуди, достатъчно е да си припомним предупрежденията на нашите баби, които ни съветват да не ядем сирене късно вечер, защото това предизвикало кошмари. Действително похапването късно вечерта, независимо дали е сирене или не, може да предизвика у някои хора известни стомашни разстройства. Така почувстваното неразположение служи като предупреждение за сънуващия, да не прави повече това, в противен случай, кошмарите предизвикани от стомашното претоварване ще го измъчват отново.

Острата болка ни буди, за да се погрижим да я успокоим, докато ако е постоянна и тъпа тя може да породи сън, в който ще ни се предложи лек за изцелението ѝ.

Лъжливото пробуждане

Една от причините, които ни карат да се сепнем посред нощ и да видим по средата на стаята странни явления (като например зелени чудовища или покойни наши близки) е това, че всъщност ние сънуваме, че сме се събудили. Усещането е толкова правдоподобно, че много често сме неспособни да убедим сами себе си, че това е сън, а не действителност. Разбира се, веднага възниква въпросът кое всъщност е реално и кое въображаемо, и този въпрос, достатъчно сложен и труден дори тогава, когато разполагаме с целия си капацитет и всичките си възможности, е още по-неразрешим посред нощ, когато сме потънали в царството на сънищата си.

Хипноза и обучение чрез хипноза

Съществуват някои общи точки между хипнозата и спането — в края на краищата

нали Хипнос е за древните гърци богът на сънищата? Човек, податлив на хипноза, ще реагира добре на внушенията, чрез които ни се въздейства насън, докато друг, слабо възприемчив на подобни влияния, няма изобщо да реагира. Като оставим настрана това, двете състояния нямат почти нищо общо, което ясно проличава от линиите на EEG, много различни при състоянията на хипноза и на сън.

Обучението по време на сън е форма на хипнотично въздействие, която придобива известност през петдесетте и шестдесетте години, когато се смяташе, че сънят е чиста загуба на време. Някои специалисти, които тогава мислеха, че мозъкът бездейства през нощта, м стигнаха до извода, че не би било зле той да се ангажира в някаква полезна дейност, като например изучаването на чужд език. Уви, резултатите не оправдаха очакванията. Когато по-късно тази техника бе използвана за промиване на мозъка и когато се установи, че тя смущава и пречи на нормалното функциониране на сънищата, популярността ѝ осезаемо спадна. Действително ние възприемаме знания докато спим и благодарение на това, че спим, но не в онзи строго научен смисъл, както предполагаха учените. Освен това, установи се, че както човек забравя сънищата си, така забравя и онова, което е научил по време на сън.

Сомнамбулизъм

Сомнамбулизмът е по-често срещан при децата, отколкото при възрастните.

Предполага се, че причината за това е, че децата се опитват да превърнат в действителност сънищата си. Същото се отнася и за говоренето насън, но изглежда като пораснем, ние се отърсваме от този навик (макар и някои литературни герои като лейди Макбет да са страдали много от това!). Изследванията показват, че кризите на сомнамбулизъм настъпват по време на спането във фазите NON-REM, нещо което може би частично опровергава предишната хипотеза, понеже е напълно възможно сомнамбулите тогава дори да не сънуват.

Сънищата и техния обект

Няма никакво съмнение, че в света на сънищата най-често срещаният обект е къщата или сградата. В действителност четиридесет процента от сънищата се фокусират върху една или друга форма на постройка, която може да варира между малък апартамент до огромен замък или дори до завод, разпрострял грозотата на цеховете си върху обширни площи. Двадесет и пет процента от сънищата се концентрират върху едно точно определено помещение, което може да бъде кухня, спалня, хол, столова, таван, мазе, кабинет или учебна стая. Петдесет процента включват в играта стълбищата или коридорите, единадесет процента използват за декор вратите, входовете и изходите, докато девет процента са свързани с прозорците.

Сънищата с улици и градини се нареждат след тях, следвани от пътувания с автомобил, влак, автобус, на кон, с велосипед, самолет или пешком, както и с НЛЮ и други пътувания в пространството. Често сънуваме също плуване, игри, театрални пиеси или филми, както и битки — последните са пет пъти по-чести при мъжете отколкото при жените. Сексуалните сънища, в замяна на това, са еднакво често срещани както при единия, така и при другия пол.

Според статистическите данни, получени при анкетирането на три хиляди души, едва двадесет и девет процента от тях заявяват, че имат цветни сънища, макар че е напълно възможно всички да сънуваме в цветове, но само тази част от хората да си спомнят за това. Споменът за цветовете, също както и за самите сънища, се изличава много бързо след пробуждането.

Дълго време се смяташе, че сънищата траят само част от секундата, но в днешно време се предполага, че тяхната продължителност може да е от няколко секунди до повече от тридесет минути.

От колко сън се нуждаем?

В началото на своето съществуване, бебетата прекарват три четвърти от времето си в спане (макар че на неспокойните майки да им е трудно да повярват в това). Освен това, те прекарват по-голямата част от времето в сън REM, то ест в сънища и то дори още преди самото им раждане. Възниква интересния въпрос: „За какво ли могат те да сънуват?“ Тъй като те нямат никакъв опит от външния свят, как, по дяволите, биха могли да сънуват каквото и да било — питат рационалистите? Как биха могли те да се сърдят, да се радват, да са щастливи или развълнувани в такава невинна възраст? Ако е вярно, че усмивките на бебетата често се дължат на тяхната флатуленност (изпускане на газове), лекият гърлен смях, който често издават преди още да са навършили три седмици и който впоследствие изчезва, изглежда трябва да има други причини. Възможно ли е това да се дължи на някаква известна само на тях шега, която възрастните не могат да доловят? Как да обясним също ужасните детски кошмари, породени от страховити образи, които нямат нищо общо с топлината и сигурността на детската стая и на родителската обич? Споменът за тежкото раждане и други неприятни усещания в никакъв случай не дават задоволителен и изчерпателен отговор. Рационалистите срещат сериозни трудности в обяснението на тези явления, които сякаш показват, че детето се бои от неща, с които още не е имало случай да се сблъска. За тези, които вярват в прераждането, подобни ужаси очевидно ще са лесно обясними.

Нека се спрем сега на възрастните. Според френските статистически данни, ние спим средно седем часа и двадесет минути през нощта (очевидно става дума за средна величина, като продължителността може да варира значително при всеки отделен индивид). Впрочем, колкото повече остаряваме, толкова по-малко сън ни е необходим. Установено е също, че мъжете спят повече от жените, екстровеъртните повече от интровертните и пълните повече от слабите.

Невъзможно е да се спи прекалено много, но когато ни се случи да спим повече от обичайното, това обикновено означава, че се опитваме да наваксаме пропуснатото време за сън и че презареждаме батериите си или че сме болни. Повечето болести изискват повече спане, защото именно като спим лекуваме сами себе си — нещо, което обяснява защо децата заспиват толкова лесно щом се почувстват малко недобре. Ние, възрастните, уви, не можем да се ползваме от същата привилегия, която би могла да ни спести доста неприятности.

Ранното лягане

Народната мъдрост гласи, че един час сън преди полунощ се равнява на три часа след това. Научните изследвания потвърдиха, че в това има частица истина. Действително седемдесет процента от нашето време за спане без сънища се извършва през първата третина на нощта, така че ако не спим преди полунощ, губим значителна част от тази важна фаза на съня. Тези полезни съвети безспорно са били валидни за онези времена, когато хората са извършвали по-тежък физически труд, отколкото днес и са си лягали по-рано. От друга страна, тогава се е смятало, както неотдавна мислеха и рационалистите (или поне голяма част от тях), че единствено полезен е сънят без сънища.

Безсънието

Често безсънието силно ни тревожи и тъй като пълното безсъние е наистина изтощително, това безпокойство само задълбочава проблемите, които са го породили по начало. Безсънието на родителите, бдящи над неспокойния сън на децата си, е само временно и краткотрайно, но опасността се крие в далечен план, в случай, че този период на безсъние се запамети в спомен, който би могъл години по-късно да се възпроизведе отново. Това може да обясни факта, че безсънието е но-често срещано при хора, създали семейство и деца, отколкото при другите.

Мъчителната тревога, както и прекомерната радост затрудняват заспиването, защото тези две състояния предизвикват състояние на свръхвъзбуда на мозъка, която не можем да

контролираме с волята си и не можем да преодолеем когато дойде време за лягане. Безсънието, предизвикано от превъзбуда, е като правило мимолетно като сън, но ако е причинено от сериозни грижи е, уви, по-хронично и бързо може да се превърне в истински кошмар.

Хитринки за заспиване

Ако сънят продължава да ви убягва и това започне да се отразява на състоянието ви през деня, тогава приспивателните средства са най-малкото зло, но те в никакъв случай няма да излекуват безсънието ви. Четенето в леглото може отлично да послужи като средство за отвличане на вниманието на мозъка от грижите и проблемите ви и насочването му в друга посока. Затоплянето на ръцете и краката е също доста добро средство за заспиване, както и съзнателно да си наложите да дишате дълбоко и равномерно, наподобявайки така дишането но време на спане. За да имитирате този ритъм бройте две времена при вдишване и три при издишване. Този ритъм на дишане, който е естествен за човек в спящо състояние, благоприятства за по-бързото заспиване.

Непрекъснатото предъвкване на грижите, което не ни извежда до никъде, в крайна сметка завърта порочния кръг на безсънието. Лишени от сън, способностите ни да мислим и да съсредоточаваме вниманието си намаляват и се нарушават чувствително и бързо, така че колкото по-скоро осъзнаем, че измъченото бодърстване е загуба на време, толкова по-бързо ще заспим. За целта може да бъде от полза да се упражняваме в извикването на мислени образи и представи за картини на въображаеми случки. Така, като се концентрираме в мислите си, ние се отдалечаваме от външния свят и се потапяме изцяло във вътрешния си свят, в света на съня и на сънищата и тогава видоизменяме душевното си състояние и насочката на мисълта си и ги подготвяме за идването на съня.

Сцената, която си измисляме, може да бъде от всякакво естество, без значение, стига само да не ни напомня с нищо и да не ни връща по асоциация към онова, което ни създава грижи или особено към мъчителни спомени. Да си представяме, че чуваме плисъка на морските вълни и дори да се мъчим да извикаме в мисълта си образа на морето, е упражнение, което действа много успокояващо. Забавно е също да си фантазираме за райска градина по свой вкус и да я напълним само с тези животни, хора и растения, които бихме искали да видим и да поканим в това интимно свято място. Всяка нощ можем да раждаме във въображението си тази тайна градина и в нея да очакваме идването на безсмъртните богове Хипнос, Морфей и Хермес, които ще пристигнат скоро, за да ни отведат чрез душата в далечната Страна на Сънищата.

Главата и сърцето

Независимо дали го осъзнаваме или не, всички ние имаме избор между две системи за разрешаване на проблемите си, на две различни нива на разбиране на нещата. Когато сме будни, ние си служим с нашия интелект и със способността си да разсъждаваме, но когато спим вземат връх интуицията и символичното ни виждане. Фигуративно, казано, тези две системи произхождат съответно от главата и от сърцето ни. Способността на сънищата да ни поднасят вдъхновяващи видения функционира спонтанно, така че през повечето време не осъзнаваме ролята, която тя играе в живота ни. Когато някой преживява труден момент в живота, ние съвсем чистосърдечно му казваме, че „нощта носи съвети“ или че „утрото е по-мъдро от вечерта“. Повечето от нас вече са минали по този път. Често си лягаме с душа, изтерзана от опустошителни съмнения и тревоги, а на събуждане откриваме, че облакът се е разсеял и че надеждата се е възродила. Тогава сме готови да отдадем това подобрене на развитие на нещата от само себе си, докато в действителност то е дело на сънищата ни.

При все това именно смесването на тези два източника на вдъхновение — сърцето и ума, ни носи не само оригинални решения на ежедневните ни проблеми, но също ни дава и възможност (независимо дали сме го желали или не) да направим истински открития за

самите себе си. Нека пак припомним думите на професор Кекуле, който призовавал студентите си: „Господа, преди всичко да се научим да сънуваме“.

Изворът

Къде се унасяме през една трета от нашия живот и защо отиваме там? Националистите откриха, за голямо свое разочарование, че не трябва непременно да спим, за да си отпочинем физически и умствено. Вярно е, че някои биологически процеси като произвеждането на хормони, регенерирането на клетките и оздравяването се извършват през нощта, но вероятно те биха могли да се извършват и тогава, когато просто отмаряме и не използваме енергията си за друго. Дори и ако това е само допълнителен начин да подходим към смисъла на сънищата, ясно е, че сънят е основно екзистенциално състояние на човешкото съществуване, защото той носи не по-малко опит и преживявания от будното ни състояние. Един от елементите, който ни позволява да стигнем до това заключение, е фактът, че като новородени ние прекарваме по-голямата част от времето си в страната на сънищата. Тогава, бавно и сигурно, започваме да откриваме чрез петте си сетива все повече и повече елементи от това измерение, което наричаме реален свят. В зряла възраст оставаме будни две трети от времето, но по време на сън се връщаме всеки път към първичното си състояние — онова, което сме били принудени да напуснем при раждането, навлизайки в света посредством физическо тяло, което търси изява и самоутвърждаване през периодите на будно състояние и което е ограничено във всеизвестната триизмерност. Тук става дума за гледище, напълно противоположно на това на старите рационалисти, които някога са мислели, че сънят е само песъчинка, попаднала в сложния механизъм на будното състояние. Ако обърнем наопаки крайно материалистичните им схващания и ги разгледаме от обратната им страна, животът придобива съвсем различен смисъл, при който „реалният свят“ вече не съществува само извън нас, а само вътре във всеки един от нас. Тогава ние можем да го възприемаме като измерението, което религията нарича „небе“, а Юнг определя като „колективно подсъзнание“. В съня ние се връщаме там и там можем да общуваме посредством нашите сънища с останалата част от мирозданието. Нашата енергия и нашето вдъхновение произхождат именно от този Извор — по никой начин не бихме могли да ги почерпим единствено от интелекта си — и отгоре на всичко, от него получаваме и насърчение за бъдеще, изпълнено с надежди.

След края на Втората световна война ритъмът на живота ни се ускори до такава степен, че една трета от нашето време, посветено на общуване с „Извора“, вече не е достатъчно за нашето равновесие. Физическата енергия, която изразходваме е прекалено голяма в сравнение с натрупваната духовна и психическа енергия, така че ние търсим да се възстановим през деня. Някои от нас се стремят да компенсират този недостиг, отдавайки се на кратка почивка след обяд и така релаксирането и медитацията постепенно намират място във всекидневния ни живот. Като се отдаваме на подобни занимания, всъщност ние се опитваме да установим контакт с великия божествен извор на енергия и да се „презаредим“.

Ако приемем, че „Изворът“ е наше естествено природно наследство, то сънищата, съвпаденията, телепатията, привиденията, НЛО и хиляда и едно други неща, които отказват да се поберат в кутийките, приготвени от нашия интелектуален разсъдък (самият той ограничен от петте сетива) нямат нужда от допълнителни обяснения. В съня си ние се завръщаме в Страната на сънищата и ако веднага се почувстваме там като у дома си, нашият живот придобива ново измерение. Реалният свят престава да бъде това, което изглежда и само „Изворът“ е от значение. Там сме били преди да се родим, там се пренасяме по време на сън и пак там ще идем след смъртта си. Тъкмо това е искал да каже Шекспир, когато е написал: „Заспиваш, сънуваш може би? Да, тук е пречката! Защото туй — какви ли сънища ще ни сподобят в съня без край, когато се измъкнем от брещната черупка? — то ни спира; таз мисъл прави жизнения гнет тъй дълголетен“^[14].

ТРЕТА ЧАСТ

ПСИХОЛОГИЧЕСКИ И МЕТАПСИХИЧЕСКИ АНАЛИЗ НА СЪНИЩАТА

Когато се замислим за безбройните часове на сън, натрупани от човечеството и за милионите сънища, споходили хората и останали завинаги в тайна, с изненада констатираме, че днес разбираме сънищата по-зле отколкото нашите прадеди преди две, три, та дори и преди четири хиляди години. Може би, смятаме, че сме направили откритие, научавайки се да използваме сънищата си, за да решаваме проблемите си и за да разбираме самите себе си, но всъщност в това няма нищо ново. Именно Зигмунд Фройд, бащата на съвременната психиатрия, въвеждайки психиатричния подход на изследване, променя начина за тълкуване на сънищата и за разбиране на нашата личностна същност. Така той вдъхна нов живот на старите концепции и им даде нови имена, но в известен смисъл това само увеличи бъркотията, която вече цареше в тази област, тъй като и до днес още има хора, които не могат да различат своето То от своето Аз.

Шернер

Основавайки се върху древните подходи за интерпретиране на сънищата, много специалисти от XIX-ти век разчистиха пътя за психоаналитичните открития, които Зигмунд Фройд прави впоследствие, В 1861 г. Шернер лансира идеята за децентрализацията вътре в съня, състояние, в което фантазмагоричните образи и въображението вземат връх над мисълта и си играят с нея, трансформирайки идеите в символи. Той се опира върху механизма, по силата на който дадено чувство може в сънищата да се превърне в предмет, нещо подобно на това, което се казва в Библията: „После Словото придоби плът". Така нашето съзнание осъществява различни преобразования: тялото се представя като къща, белият дроб като вятърна мелница, сърцето като стенен часовник с махало, penisът като флейта, а вагината като пещера.

Струпъл Мори, Страйкър, Делаж и Рейдсток

През 1877 г. Струпъл заявява, че хората, които се отдават на блянове и сънища, предпочитат да обърнат гръб на реалния свят и че сънищата не са нищо друго освен начин за бягство от действителността. Той твърди също, че подбудите пораждат в сънуващия мисли, които се материализират визуално в съдържание на сънищата му и се развиват прогресивно във възникване на поредица от идеи. Тази Теория на Асоциациите по-късно довежда до зараждането на фройдистката концепция за Асоциация на идеите. През 1878 г. Мори твърди, че сънищата са израз на потиснатите интуитивни възприятия, към което Страйкър добавя в 1879 г., че всеки пети човек в сънищата си изпитва страх от крадци. Очевидно тези крадци са въображаеми, но страхът остава съвсем реален. Той добавя, че е необходимо да се направи сравнение между функцията на сънищата и дейността на храносмилателната и на отделителната система, т.е., че те изпълняват ролята на умствен процес, предназначен да отстранява безполезните мисли. Пак в 1879 г. Делаж сочи, че затормозяващите интуитивни възприятия могат да се превърнат в сюжет на сънищата. В същото време той разглежда образите в сънищата като признак на желание за реализация. Следователно цялата тази смесица от спомени от детството, страхове, сексуални желания, разочарования, трансформации на образи, символи и комплекси е налице още в средата на XIX-ти век, но трябваше да се появи Фройд, за да свърже всичко това в една стройна психологическа теория.

Зигмунд Фройд

Професор Зигмунд Фройд е далеч от (1856 — 1939) мисълта, че сънищата са безумни блуждаещи проявления на едно съзнание, изпуснато от контрола на своя собственик. Напротив, той ги схваща като сцени, дохождащи от неосъзнатото, дремещо под нашето съзнание. В началото той смята, че те са отражение на нашите съзнателни действия, понеже в тях той открива симптоми на истерия, на анормално поведение и дори на физически заболявания, поднесени в символична проекция. Истерията, анормалното поведение и

физическите симптоми сами по себе си са вече символични, доколкото те са само вторични проявления на дадена първопричина. Едно кожно възпаление например е физическо състояние и в същото време то е символ, отразяващ скрита причина. По същия начин, но в психологически план, образът на човек, който лесно повръща, може твърде успешно да изобрази символично, че дадената личност отказва „да смеле" някои реални факти.

Поощрявайки пациентите си да говорят надълго за сънищата си и за идеите, породени от тях, Фройд успява да дооформи този подход, в днешно време познат под името „свободна асоциация на идеи". Колкото и ирационални да изглеждат въпросните идеи, избягването на истината му се струва осезаемо дори със самото ѝ отсъствие. Оттук произтичат теориите за потискането и изтласкването на истината и за осъществяването на желанията. След като формулира асоциациите на идеите, Фройд продължава да допълва списъка на онова, което той нарича „обичайни комплекси", които Юнг описва впоследствие като „онези чувствителни точки на психиката, които най-активно реагират на въздействия и на смущения". Тези комплекси са интимни тайни, дълбоко скрити и ревниво пазени, до които, както в днешно време вече знаем, можем да достигнем благодарение на свободната асоциация на идеите в сънищата. Тестът с мастиленото петно или Тестът на Роршах безотказно задейства този механизъм, а асоциации могат да се породят от всякаква друга неправилна форма. И именно там трябва да търсим корените на ясновидството и гледането, при които се използват предмети като кристалната топка или утайката от изпитото кафе. Нека споменем мимоходом, че Леонардо да Винчи е познавал вече значението на тази верижна реакция, когато е написал следното: „Не се изисква голямо усилие да се поспирате от време на време, за да се загледате в петната по стените, пепелта в огъня, облаците в небето или дори в калта, от които могат да ви хрумнат чудесни идеи".

Фройд полага неимоверни усилия, за да докаже, че всички сънища представляват осъществяване на желания. „Осъществяването е единствената цел на всяко желание и дори мъчителните сънища трябва да се разглеждат като израз на осъществяването на желания." — сочи той. При все това за него се оказва трудно да отчита страховете и терзанията като осъществяване на желания.

Той си дава сметка също, че откъси от сънищата понякога спохождат мислите ни и в будно състояние, и така по-късно се смесват с реалните ни спомени. Това разкритие, свързано с други факти от изследването на истерични пациенти под хипноза, накрая го довежда до полагането на основите на теорията на психоанализата. От 1893 г. той дава гласност на част от заключенията си и заявява, че екстремните физически симптоми, констатирани в случаите на истерия, се дължат не на патологични изменения, а на емоционална психическа енергия, която се преобразува в психически симптоми. Впоследствие, той потвърждава, че тази психическа енергия е от сексуално естество и неговите изследвания върху сънищата накрая го навеждат на мисълта, че символите, които срещаме там, са проекция на потиснатите сексуални комплекси, смесени с чувство за вина.

Аз, То и Свъръхаз

Фройд установява също, че човешката психика има три страни: Аз, То и Свъръхаз. Азът представлява съзнателната част на нашите мисли, която бихме могли да оприличим с тялото. То е частта, отредена на инстинктите, на нашите примитивни нагони, докато Свъръхазът е натоварен главно със задачата да контролира инстинктивната част и може да съставлява онова, което наричаме наше Съзнание, Съвест или Душа. Фройд смята, че по време на сън Азът ни отстъпва на заден план, докато То взема връх, нещо подобно на „звярът, който дреме в нас", констатирано още от Платон. Това се проявява чрез сексуални нагони и инстинкти за самосъхранение, които могат да приемат агресивна форма. За да съхрани Аза и Свъръхаза от тези развихрени сексуални страсти (и с цел да им спести прекалено силния шок), То прикрива своите нагони зад маската на символи и фантазмагорични образи. През XIX-ти век пуританизмът и лицемерното целомъдрие нанасят

сериозни опустошения в мисленето на Европа и може би затова този кодекс от наложени норми просъществува именно през тази епоха. В светлината на съвременното либерализиране на сексуалната мисъл, днес те могат да ни се сторят малко смешни, но психоанализата на Фройд все пак действа за някои измежду нас, а и асоциацията на идеи спомага за откриването на опасните прикрити страхове. Рационалистите обаче скоро откриват, че съществуват и други подходи за трактовка на сънищата, които предлагат нови и разнообразни възможности.

Карл Густав Юнг (1875 - 1961)

Карл Густав Юнг е ученик на Фройд. Той се различава от учителя си в своя отказ да приеме, че потискането на сексуалните желания е причината за всички сънища, но на практика той се разграничава от фройдистките теории много преди това, както той самият обяснява в „Човекът и неговите символи“.

Фройд придава особено голямо значение на сънищата като изходна точка на цялостния процес на свободната асоциация. След известно време започнах да осъзнавам, че това е само лъжлива тревога, несъответстваща на богатството на въображаемите образи, които подсъзнанието ни произвежда в сънищата. Тези подозрения ме връхлетяха истински, когато един колега ми разказа какво му се беше случило по времето на дълго пътешествие с влак из Русия. Макар да не говореше руски и да бе неспособен дори да разпознава буквите от кирилицата, той се заел дълго и внимателно да изучава тези странни букви и накрая се размечтал и започнал да си фантазира, представяйки си всевъзможни техни значения. Една идея поражда след себе си друга и той забелязал, че тази свободна асоциация възкресява множество стари спомени. Тази забавна случка ми отвори очите за факта, че не е необходимо да се използва непременно някой сън като изходна точка, отприщваща процеса на свободната асоциация.

Тази случка показва, че Юнг има съвсем отрано свои собствени виждания относно сънищата, за които той смята, че изпълняват специфична функция, разкриваща идея или скрито намерение, невидими на пръв поглед. Тогава той насочва вниманието си към самата форма на сънищата, вместо да се втурва слепешката по дирите на асоциацията на идеи. Този подход се оказва диаметрално противоположен на техниката на Фройд в това, че си поставя за цел да пропъди, а не да насърчава всяка идея, която не е пряко свързана с предмета на съня. Подобни идеи, без съмнение, биха могли да доведат до откриването на комплекси, но по подобие на някогашните гадатели, Юнг вижда в сънищата сили, които далеч надхвърлят невротичните прояви на индивида. В това отношение, би могло да се каже, че девизът му е: „Разбира се! Но нека се върнем към сънищата, вместо да се отдалечаваме от тях“.

Анима и Анимус

Изследвайки задълбочено древните сънища и вярвания, Юнг открива, че вселената функционира според дуалистична схема и това свойство е характерно както за индивидите, така и за природата. Той установява, че този дуализъм се проявява не само в областта на физиката (където наличието на мъжки и женски хормони у представителите на двата пола ясно илюстрира този двойствен характер), а също и в областта на психиката. Тогава той кръщава „Анима“^[15] — женският елемент в мъжа и „Анимус“^[16] — мъжкият елемент в жената. Въз основа на това разделение на личността се заражда понятието, според което несъзнателното е твърде различно от съзнателното, идея, която Юнг илюстрира със следния сън: Мъж сънувал разпусната и вулгарна жена, която, както изглеждало, била неговата собствена жена, докато в действителност съпругата му била съвсем различна. Този сън бил неприемлив в този си вид, затова той отказал да го приеме. Когато обаче Юнг прилага към него концепцията си за двойствеността, „анимата“ на мъжа излиза на сцената, изобразявайки така, че в случая мъжът пренебрегва състрадателната и женската страна от собствената си природа. Това показва, че той се държи като сбъркана жена, с поведение, различно от

очакваното. И тъкмо обратното, в теорията на Юнг, жена, която сънува рицар с лъскави доспехи, изразява своята храбра и позитивна страна.

В течение на целия си живот ние следваме хода на процес, наричан от Юнг индивидуализация, чрез който двата аспекта на нашето аз, „анимата“ и „анимусът“, женското и мъжкото начало се опитват да се слоят. Този процес би могъл да доведе до мистичен брак, за който той говори, но толкова малко хора измежду нас познават истинския смисъл на сънищата от практическа гледна точка (без да споменаваме дори метапсихическата страна), че този съюз неизбежно се осъществява изключително рядко.

Знаци, символи, архетипи и колективно подсъзнание

Ако знаците и символите не са измислица на Юнг, то в случая с архетипите и колективното подсъзнание е тъкмо обратното. Освен това Юнг придава на първите два от гореспоменатите елементи смисъл, който му е напълно свойствен: „Знакът е винаги по-незначителен от схващането, което той представлява, докато символът изобразява винаги повече от първоначалния си непосредствен смисъл. Аз наричам Архетипи или примитивни образи, архаичните останки“.

На практика, може да се твърди, че запазената марка или емблемата на дадено предприятие е знак за нещо друго, но след като този знак е измислен, той никога вече не би могъл да достигне статута на символ. В замяна на това, всеки символ носи скрит смисъл и именно той се разкрива спонтанно в сънищата ни. Символите възникват сами, те не са плод на нашето съзнание и в този смисъл те представляват за нас основен източник на познания в тази област (доколкото те се появяват в сънищата ни, както и в мечтанията, виденията и психическите проявления).

Архетипите се появяват в сънищата, в мечтанията и фантазиите в будно състояние, във виденията и психическите явления, без мечтателят да е знаел предварително за тяхното съществуване, но ако даден първообраз е неизбежно символ, символът не е задължително първообраз. Съществуването на първообразите в сънищата може да бъде обяснено с факта, че примитивните образи са част от наследена прародителска памет. Както наследяваме физически особености, водещи началото си в далечни форми на живот, така също сме и носители на примитивна духовна природа, зародена в колективната психика. Архетипът впрочем не е задължително митологичен образ, макар и често да е представян като такъв (и то погрешно). Митологичният образ е символ на дълбоко скрита сила. В това се състои и загадката и същността на античните богове, като всеки от тях представлява и символизира дадена сила или изначалие на вселената или природата.

За да даде определение на източника на всичко това, Юнг го нарича „колективно подсъзнание“, но идеята не е съвсем нова, както самият той признава: „Това е основата на всичко, което древните наричат хармония на всички неща“. Каквото и име да му изберем, изглежда че от този всемирнен резервоар извира река от космически спомени, с които отиваме на среща в нашите сънища или може би те идват на среща с нас.

Не е лесно да се сравняват фройдистките концепции за То, Аз и Свъръхаз с понятията на Юнг за Неосъзнатото, Съзнателното и за Колективното подсъзнание, макар да изглежда възможно да се направи съпоставка между степените на съзнателност, която те предполагат. В замяна на това техните съдържания са напълно различни. Фройдисткото То, например, подобно на Неосъзнатото на Юнг е подучастък на духа. Но То е по-скоро обикновен склад, преливащ от сексуални нагони, докато Неосъзнатото на Юнг съдържа анима и анимус, двете допълнителни половинки на нашето Аз. Главната разлика между анализите на сънищата на Юнг и на Фройд се състои обаче в различията в методите на двамата изследователи, които всеки, изхождайки от своята теория, прилага към един и същи сън.

Да вземем сън, чийто основен символ е ябълка. Фройдистката асоциация на идеи, функционираща често въз основа на игри на думи и съзвучия, би представлявала

приблизително нещо такова: „Ябълка, адамова ябълка, зъби, целувка, съвкупление". Психолог от школата на Юнг би дал следния прочит: „Ябълка, познание, мъдрост, но какво да правим с тази ябълка? Ябълка, храна за душата, извор на размишления. Ябълка, дървото на живота, родословно дърво, семейни проблеми. Връщане назад към ябълката, изкушение в Райската градина". Така използвайки значения, пряко свързани със символа на ябълката, скритият смисъл накрая излиза наяве. Освен това, Юнг е почитател на поредицата от сънища, за да намери връзката между тях и накрая да разплете обърканите проблеми на своя пациент, докато Фройд предпочита да се съсредоточи върху един единствен сън, разглеждайки го като изолирано събитие.

Алфред Адлер

Алфред Адлер не възприема концепцията за несъзнателното в същия смисъл като Фройд или Юнг, така че няма нищо чудно в това, че той вижда в сънищата само преувеличена форма на живата фантазия на човек, който възприема желанията си като реалност. Разбира се, той ги възприема като осъществяване на желанията, макар и да не използва същия термин и да не схваща секса като непрекъснато повтаряща се тема. Съсредоточавайки вниманието си върху комплексите, разкрити от Фройд, той успява да изолира един от тях и го разделя на две части, за да стигне до комплекса за малоценност и манията за величие, оттогава придобили широка известност. Произходът на тези термини се основава на наблюденията му върху наличието на недостатък или деформация, която кара пострадалия да свръхкомпенсира този недъг чрез развитие на личността си.

В подкрепа на това свое виждане той посочва като пример Кайзера, едната ръка на когото е била парализирана. Адлер твърди, че той компенсира този недостатък, развивайки силна жажда за власт, която го довежда до желанието да господства над света. Могат да се посочат и други примери при хора с нисък ръст, които се държат прекалено властно поради неимоверните усилия, които полагат, за да задоволят нуждата си от компенсация. В замяна на това, ако целите им са много труднопостижими, те могат да изпаднат в нервна депресия, скалпвайки оправдания от рода на: „Ако не ме беше съборил грипът, бих успял без затруднения". Това чувство за неудовлетвореност е характерно за хора, които свръхкомпенсирали и се оставят на желанието си за превъзходство да ги обърка. Според Адлер, обаче, тези комплекси не се проявяват в сънищата.

Адлеровото желание за власт е изключително мъжка характеристика, но ако приемем концепциите на Юнг за анима и анимус, можем да го открием да действа и при жените. Виждаме също, че Адлер трудно прави разлика между живата фантазия на момче, което си представя, че е шампион по бокс или мечтата на някой чиновник да заеме мястото на своя шеф, от една страна и от друга — нощните съновидения за съществуване на желанията, което обаче не му пречи да приеме, че понякога сънищата могат да отразяват символично битката, която водят в нас комплексът за малоценност и манията за величие. Изучавайки психоанализата на Фройд, аналитичната психология на Юнг и индивидуалната психология на Адлер, виждаме ясно от къде произлизат психологията и психотерапията, които познаваме днес. Психологическият анализ се интересува повече от изследване на сънищата, отколкото от тяхната интерпретация, макар че двата аспекта са тясно свързани помежду си, дотолкова, че са практически неразделни, но дали този подход допринася с нещо за метапсихическото разбиране на сънищата? За съжаление изглежда и тримата пионери в тази област са пренебрегнали изследването на един вид сънища, а именно лусидните^[17] сънища, при които знаем, че сънуваме. Фройд едва бегло ги споменава в трудовете си от края на своя живот. Наистина той допуска, че съзнанието може да вземе участие в даден сън (така че сънуващият, мъж или жена, да знае, че в момента сънува), но за да вмести явлението в рамките на своята теория за осъществяването на желанията, той го тълкува като признак на „желание за по-пълна преценка на своя сън".

Психически анализ

В далечното минало, сънуващите, които приписват нощните си изживявания на външни сили, заимстват от психическия подход за изследване на сънищата. Несъмнено те са били убедени, че Господ и неговите ангели, боговете и богините в природата, различните духове и безплътни същества, които им помагат, са в служба на човека и че човек може да установява контакт с тях посредством своите сънища, когато почувства нужда от това. Тогава те призовават директно тези сили, предизвиквайки изкуствено съня, но дори и да не се прибегне към този способ, психическите сънища могат да се появяват спонтанно. Обикновено, в такива случаи, сънищата са приемани като велики духовни истини, като изживявания, носещи просветление и сили, способни да доведат до промяна на дадена съдба, до разрешаване на даден проблем или до изцеление, било то физическо или психическо. За беда, съществуват и външни сили, които не са никак благотворни и не са в помощ на човека. Те са познати като психически кризи или вмешателства и атаки на зли духове. Децата са много по-податливи към тях, отколкото възрастните и макар не всички кошмари да се дължат на психически причини, то някои определено се дължат на такива причини.

Тези кризи обикновено ни връхлитат, когато сме болни и най-вече когато имаме треска. Вероятно причината за това е, че защитното поле на магнитната енергия, което е нашата аура, тогава е много слабо и може да бъде лесно атакувано и преодоляно. Именно този аспект на сънищата ни води до парапсихологията, област, която подлежи на още много задълбочени проучвания. Телепатията, пророчествата, пътешествията сред звездите и общуването с мъртвите са напълно възможни и редица фактори го доказват, но върнатата посока за всеки, който се посвети на работа в подобна област е със сигурност достигане до разбирането на лусидните (или ясните сънища), т. е. тези, върху които ние можем да упражняваме частичен контрол.

Ясните (лусидни) сънища

От шейсетте години, когато религиозни парапсихологически формирования никнат като гъби, се пробужда жив интерес към онова, което наричаме „сънища на прозрения“ — определение, основано на факта, че те могат да посочат верния път на своя автор. В тези сънища влизат, разбира се, лусидните сънища. Членовете на тези групировки смятат, че даден сън няма никаква стойност, ако не е изпълнен с пророчества, магически символи и астрални проекции. Причината за това е, че те изглежда пропускат да отчетат, че сънищата са отражение на целокупния живот, като се почне от най-тривиалните му страни и се стигне до най-необикновените му аспекти. Да отдадеш предпочитание на един от аспектите на сънищата, бил той парапсихологичен или друг, означава да приемеш, че една област на живота е по-важна от останалите, което очевидно е съвсем погрешно.

Интересът, който напоследък предизвика учението на Дон Хуан, индианец от Мексико, чрез книгите на Карлос Кастанеда, илюстрира красноречиво значението, което понастоящем се отдава на развитието на умствените и парапсихологическите възможности. За да се разширят тези възможности, според автора трябва първо да се научим да държим будно съзнанието си по време на сън и после да се научим да контролираме сънищата си, нещо, което ни довежда до лусидните сънища, за които доскоро се смяташе, че са само изключение и то без особено значение, дотолкова, че Фройд, Юнг и Адлер ги пренебрегват. Когато се анкетира група случайни хора, а не само подбрани измежду тези, които се интересуват от сънища и им се зададе въпроса дали им се е случвало да сънуват и да знаят че сънуват, седемдесет и трима от тях отговарят утвърдително. Тази цифра показва, че лусидните сънища са определено по-често срещани отколкото си мислят специалистите. Значението им се състои в това, че те осъществяват връзка между психологическите, метафизически-те и мистичните аспекти на човешката душа и на вселената.

Ван Ийдън и д-р Кейт Ърн

Терминът „лусиден сън“ се появява в началото на ХХ-ти век. Дължим го на един холандец на име ван Ийдън, който самият е голям привърженик на този вид сънища. Той

забелязва, че тези сънища често се предхождат от две или три нощи, през които той сънувал, че лети, но че главната особеност на всеки лусиден сън е, че сънуващият знае, че сънува. В известен смисъл картината е много реалистична, но от личен опит знам, че невероятното и невъзможното също могат да фигурират в нея, дори и ако в момента на съня тези елементи не изглеждат ни най-малко неуместни.

Доктор Кейт Ърн от Хъл, Великобритания, се посвещава на задълбочено изучаване на лусидните сънища. В своята лаборатория на сънищата той прилага нов метод на окулярна сигнализация, който установява връзка между спящия и наблюдаващия го. Друг аспект на неговата работа се състои в това да насърчава появата на лусидните сънища, стимулирайки ги външно с помощта на специален апарат, който той нарича „машина за сънища“. Освен електрофизиологическите данни, които неговото изобретение му позволява да регистрира и които изясняват типа на церебралните вълни и други импулси, които съпровождат лусидните сънища, д-р Ърн установява също, че тези сънища имат психологически и парапсихологически измерения, много повече отколкото са можели да предположат Юнг и Фройд. Изглежда, след като допускаме, че можем да предизвикаме лусидни сънища, то тогава трябва да е възможно и да ги накараме да реагират на нашата воля. Макар че тези изследвания са още в ненапреднал стадий, те биха могли да се окажат измежду най-значителните от всички, които някога са правени в тази област.

В лусидните сънища се проявяват много нива на нашето съзнание. На едно от тях ние си казваме: „Всичко това е смешно. Това не може да бъде, следователно аз сънувам“. Може да приемем, че това е аналитичния подход за преценка на даден сън, в момента, в който човек действително сънува. Огледалният образ би бил поведението, което ни кара да си кажем, когато в живота ни сполети нещо наистина много неприятно: „Това не е истина, скоро ще се събудя и ще открия, че това е само лош сън“. Разбира се, ние можем да се събудим от лусиден ясен кошмар, но уви, това не се отнася до реалните ни преживелици!

Извън това съзнателно рационално отношение, тази прозирна яснота може да има и парапсихологически отражения, но освен в случаите, когато сънуващият не е в състояние да го определи като такова, преживяването ще потъне в забрава дълбоко в паметта, заедно с множеството други сънища. Следователно, не е преувеличено да се каже, че дремещият потенциал, съдържащ се в лусидния сън е, огромен, но ключът към отприщването на този потенциал се крие в способността ни да контролираме самия сън. Ако успеем да постигнем това, вероятно ще можем да контролираме и живота си и дори, ако е необходимо, да променяме хо- > да на нашата съдба. Това ни навежда на мисълта за вечния въпрос за свободната воля, която повечето от нас си мислим, че упражняваме или поне до известна степен.

Контролът на сънищата

След като сме определили сънищата си като лусидни, следващият етап е да започнем да ги контролираме и да ги управляваме, така че да вмъкнем елементите, които желаем да фигурират в тях. Както можем да контролираме образите в будните си мечтания и фантазии, така докато спим можем да контролираме и да създаваме по своя воля съня, обаче трябва добре да съзнаваме разликите, съществуващи между двете. Нашето съзнание е много по-изострено по време на сън, отколкото в будно състояние, както научно се установява при изучаването на церебралните вълни на заспали хора. Впрочем, можем да проверим това в практиката на нашите сънища, благодарение на пророческите предсказания, на чудотворните изцеления, на проблясъците на прозрения и на способността да извършим истински подвизи, надминаващи и най-безумните ни мечти.

След като е възможно да контролираме нашите лусидни сънища и след като съществува връзка между тях и бъдещите събития, добре виждаме значението на техните последствия и начини на приложение. Очевидно именно по тази причина парапсихолозите са толкова очаровани от лусидните сънища, но освен чисто професионалния интерес, няма

никаква причина всеки от нас да не може да използва тези сънища по същия начин, за да ръководи сам съдбата си по дългия, осеян със засади път на своя живот. Всеки трябва да решава сам проблемите си и да лекува сам болките си, при условие, че истински желае да използва могъщата сила на сънищата.

Защо сънуваме?

Очевидно остава открит въпросът откъде идват сънищата и по-специално кой или кое решава, че имаме нужда от точно определен сън в точно определена нощ. Тъй като съответните сънища се появяват винаги в точния и благоприятен момент (а понякога, в случаите с пророческите сънища, дори малко предварително) можем да изключим веднага случайността. Теоретиците на рационализма се задоволяват с тяхното биологично обяснение, психолозите с психологическите им подсъзнателни причини, а парапсихолозите с идеята за духове и безплътни сили. Къде е истината? Всички предлагани варианти, които биха искали да обяснят произхода на сънищата с външни или вътрешни фактори, идващи от нещо, което стои над нас или от незнайно къде, са най-малкото недостатъчни, макар и в известна степен всички да са правдоподобни. Ако обаче вземем под внимание закона за причинно-следствените връзки, в най-общ смисъл, виждаме, че нито едно от тези решения не дава нито обяснение, нито причина. Това са само следствия. Оттук става ясно защо теориите на рационалистите са логични. Това обаче, което те схващат като причина за даден кошмар — например стомашно разстройство — всъщност е само следствие. Кошмарът само отразява символично терзанията на един претоварен и преуморен стомах. По-късно можем да проследим веригата от събития, довели до това фактическо състояние: обилна вечеря, може би предвидена отпреди месец, от която като се тръгне може да се върнем още назад във времето, защо не и до нашето детство, а може би дори и преди него. Тогава сънят вече не се възприема като пряк резултат от физическа причина, той се явява само като едно от следствията, част от дълга верига от действия и реакции. Психологическите сънища се проявяват точно по същия начин както сексуалната потиснатост, така скъпа за Фройд, е в основата на даден сън, но без да бъде нищо освен следствие на предходна причина, подобно на перла от колие. Никакъв комплекс, бил той от сексуално или друго естество, не може да бъде считан сам по себе си като вътрешна или външна причина за даден сън.

Пророческите сънища, които ясно ни показват сцени от бъдещето, изглежда са изключение от това правило, но те също се вписват в глобалната схема. Не веригата от причини и следствия се е променила, а нашето схващане за нея, както и виждането ни за времето. Наистина ние сме свикнали да възприемаме времето само линейно и хронологично, но времето разкрива и една друга неосъзната представа, която няма никакво място в нашия, ограничен в три измерения свят, така че ние я потискаме и изтласкваме в будното си състояние. И когато тя успее да се промъкне в нашето съзнание, ние я отхвърляме като случайно съвпадение.

Древните, които са познавали добре тези два аспекта на времето, им дават две различни имена — Кронос и Кайрос, с цел да подчертаят разликата между линейното време (Кронос) и нашата преценка за качеството на времето (Кайрос). Кронос се измерва в секунди, минути, години и векове, като по този начин ни дава представа за времето, което отминава, докато ние следваме хода на нашия живот, а Кайрос (чието име впрочем издава връзката му с древния Египет) е реалното участие в самия процес на времето, което ни предлага изживявания извън времето или вечни мигове, онези едновременни събития, които ние наричаме съвпадения. Откакто ние възприемаме времето като неразделно цяло, съставено от тези два компонента, пророчествата насън нямат нужда от повече обяснения, понеже миналото, настоящето и бъдещето съществуват в едно и също време и принадлежат и трите на великото вечно сега.

И за да се върнем отново към истинската причина на сънищата, струва ми се, че е невъзможно да посочим една-единствена причина или един фактор, извън нас самите.

Преживявания, влияния, наследство, обкръжение, характер, родители и прадеди — всички те въздействат върху нашата съдба чрез неповторимите си характерни особености. Сънищата, подобно на огледала, отразяват всичко това и дори нещо повече. Събитията във всеки сън са свързани помежду си по различен начин, така че трябва да разберем, че няма причини, а само следствия. Ако можехме напълно да разберем начина, по който са свързани помежду си, бихме открили не само тайната на сънищата, но също и тайната на живота. За момента обаче това е само мечта, която остава за бъдещето.

ЧЕТВЪРТА ЧАСТ

СТРАТЕГИЯ НА СЪНИЩАТА

В миналото, тълкувателите на сънищата са се интересували само от сънищата и тяхното значение, а не и от сънуващия, нито от неговата личност. Йосиф, например, не се интересува от психологическите проблеми на Фараона, нито пък Даниил се вълнува от въпроса каква трудносмилаема храна трябва да е поел Навуходоносор, за да сънува даден кошмар. В техните очи единствено посланията, съдържащи се в сънищата, са от значение. Само те са ги занимавали дори при най-пълния анализ на съня.

Тълкувателят на сънища е аналитик, който насочва вниманието си единствено и само върху сънищата. В замяна на това, психоаналитикът се интересува преди всичко от психологията на своя пациент и си служи със сънищата му само като средство, за да разбере неговата личност. В качеството си на аналитик на сънищата, аз не разговарям със сънуващия за сънищата му и ако го правех, това би означавало да хитрувам! В крайна сметка, като наблюдаващ внимателно даден човек и умело му зададеш няколко въпроса, не е никак трудно да научиш всичко необходимо за него и за съня му! И тъй, трябва да бъде анализиран сънят, а не сънуващият, така че всякакви предубеждения и предразсъдъци на субекта биха могли да повлияят и да деформират нашето виждане за съдържанието на съня. Безброй писма, адресирани до мен, с които ме молят да анализирам някои сън, са подписани само с инициали, така че техният автор би могъл да бъде както мъж, така и жена и това с нищо не пречи на тълкуването. И именно това е преследваната цел..

Послания, адресирани до нас от самите нас

За да мога да изтъкна около дванадесет хиляди сънища, трябва да призная, че проправих пътя за нов вид анализ (още един!) на сънищата, който съсредоточава вниманието изключително и само върху съня, без никаква помощ или данни, дадени от автора. Докато търсех солидна основа, върху която да изградя своя план за работа, прецених за удачно да започна с формулирането на конкретни дефиниции, всеки път, когато това е възможно.

Очевидно, сънищата са послания, но както сочат историята, литературата, религията и науката, никой не е абсолютно сигурен в техния произход. Отговорът ми хрумна, а и трябва ли да се учудваме на това, по време на сън, в който се виждах, че се гледам и говоря сам на себе си в едно огледало. Когато се събудих, смисълът ми се проясни. Наистина сънищата са послания, но те произхождат от самите нас. Колкото по-внимателно ги изследвах в тази светлина, толкова повече се убеждавах, че те са уникални творения на нашия дух, които понякога изглеждат като че са провокирани от външни или вътрешни подбуди, впоследствие вмъкнати в нашите сънища, без това да ни попречи да си останем истинските им автори. И така, първото определение е, че сънищата са послания, които ние отправяме към самите себе си. Ясно е, от психологическа гледна точка, че всичко е позволено, когато посланията, разкриващи нашите собствени истини, са ни поднесени насън, понеже тогава бариерата, отделяща съзнателното от несъзнателното е вдигната. Това обяснява защо нашите желания, нашите страхове и нашите спомени, дълго време потискани, изплуват на повърхността така лесно. Но да ограничим сънищата в ролята на цербер на психиката ни би означавало да ги подценяваме жестоко, защото колкото и важна да е тази тяхна страна, тя е само един от аспектите на въпроса.

Духът на сънищата

За осъществяване на връзката между съзнанието и подсъзнанието ни е необходим и друг елемент, който да спомага за пренасянето на мислите и сънищата. В търсене на втора дефиниция, нарекох този елемент Дух на сънищата. В известен смисъл става дума за самия сън, но каквото и да е естеството на тази връзка, тя е налице както по времето, когато сме будни, така и когато спим. Ако се замислите над това, сами ще видите, че когато предвкваме отново и отново спомените си или когато се опитваме да предвидим бъдещето, се осъществява едно кръгово движение в двете посоки, в което непрекъснато преминаваме от съзнателното към несъзнателното. Този мост ни позволява също да обясним будните фантазии и онези редки и забележителни видения, които се появяват спонтанно и не могат да се вместят в рамките на логичната мисъл.

При все това не бива да бъркаме будните фантазии и мечтания, виденията, психологичните явления и живото въображение със сънищата, макар че всички те имат известни общи характеристики.

Различните видове сънища

Следващият етап в разбирането на сънищата се състои в това да се опитаме да идентифицираме различните видове сънища, което не е толкова лесно, колкото изглежда. Съществуват множество различни типове сънища, като се започне от сънища, изпълнени със страхове, сънищата на осъществяването на желаня, тъжните сънища или сексуалните сънища и се стигне до още хиляди други. Действително, можем да лепнем какви ли не определения на думата „сън“ и така да получим нова категория. За щастие, два от моите сънища ми се притекоха на помощ в подходящия момент. Макар и никой от двата съня да не носеше потресаващи сами по себе си послания, те просто ми въздействаха, разкривайки ясно съдържанието си. В първия сън се бях заел да боядисам наново кухнята си, нещо, което в действителност бях направил няколко седмици преди това. Този сън беше толкова реалистичен, че сякаш наистина боядисвах, но нищо друго не се случи. Другият сън от същата нощ беше коренно различен. Намирах се в непозната къща, в която търсех нещо из различни странни стаи, сред стари изоставени мебели. Не можах да кажа за нито един от тези сънища, че е ужасяващ, щастлив, сексуален или някакъв друг, но се пак трябваше да ги вкарам в някаква категория. И двата се развиваха в къщи, едната ми беше позната, а другата — не, и аз бях единственото действащо лице. Накрая реших, че първият е буквален, а вторият — символичен. Следователно, в случая си имах работа не с два типа сънища, а с много съществена принципна разлика. Затова беше логично да предположа, че всички сънища биват или буквални, или символични, или смесица от двете. След като приемем това, можем да им добавяме всякакви допълнителни характеристики, каквито пожелаем, за да ги определим и да ги класифицираме.

Буквалните сънища

Буквалните сънища отразяват света от практична гледна точка, чисто интелектуална и лишена от емоции. Те ни рисуват дословни картини, в които можем да различим проблеми и техните разрешения, и да ги подбирате според строго определена логика с главата си, а не със сърцето си. Не е никак чудно, че голям процент от сънищата са буквални, взимайки под внимание факта, че децата се учат още от най-ранна възраст да разсъждават ясно и трезво, без да залитат в отвлечени и абсурдни идеи. При такава обусловеност, дори духът на сънищата се предава и ни поднася даровете си по буквален начин.

Има хора, които не признават съществуването на буквални сънища и които се мъчат да открият символичен смисъл там, където всъщност няма такъв. С това, те усложняват излишно всеки обикновен сън и не долавят същинския му смисъл, да не говорим изобщо за посланието му. Не трябва да забравяме, че буквалните сънища не съдържат никакъв символ, а само знаци, които трябва да се приемат като това, което изобразяват.

Догматичните интелектуалци често сънуват буквални сънища, лишени от въображение, защото именно така функционира тяхното съзнание и единствено така трябва да се приемат посланията на сънищата им. Разбира се, това ограничава разновидността на виденията им, но след като в съня бариерите се премахнат, в буквалните им сънища могат да се промъкнат символи, носители на неподозирани качества, на потенциални сили и въображение.

Flash-backs[18]

Буквалните сънища ни препращат в света, който ни заобикаля и възпроизвеждат вярно сцени и хора такива, каквито те са в действителност. Те могат да извикат в нас спомени, да ни покажат ситуации в настоящето или да ни разкрият бъдещи събития, но със сигурност не се оставят никога в ръцете на сантименталността. Реалистичните спомени на сцени от нашето детство са само носталгично възпоменание на миналото, но за да се появят в даден сън, те очевидно имат някакво основание.

Много рядко сънищата се връщат към събития от миналото без да има сериозна причина за това. Съживяването на болезнени спомени дава възможност на сънуващия да преосмисли събитията отново в светлината на настоящия момент, с надеждата да ги приеме или да се изправи лице в лице с тях. Ако те са страшни или просто тъжни, тези сънища могат да ни внушат мисли, облекчаващи болката или тревогата. Има и щастливи спомени, които се връщат, за да ни покажат, че смехът е най-доброто лекарство и че животът има и забавна страна. Понякога се случва да съживяваме отново мигове на страсти и това е с единствената цел да се подсилат или да се събудят в нас нежни чувства. Болката и възторгът на любовните сънища са временно облекчение за този или тази, които не могат да бъдат заедно с любимото същество и ако те са подвластни единствено на сърцето — е, тогава толкова по-добре!

Буквалните сънища ни карат да видим отново отминали събития по начин, до известна степен подобен на телевизионно предаване с кадри — повторения на най-важните моменти от дадено състезание. Наблюдавайки тези моменти отново, забелязваме детайли, които първия път сме пропуснали. Тъкмо това става и при сънищата от този вид.

Следователно целта на тези сънища е да ни предостави втора възможност да преоценим дадена случка или дадена ситуация, които не сме разбрали напълно първия път. Едно зле разбрано събитие ще бъде складирано в паметта ни на погрешно място, защо то ще бъде асоциирано с други събития, нямащи нищо общо с него. Виждаме тук да се прокрадва сянката на асоциацията на идеите, любимата концепция на Фройд. Чисто и просто, преживявайки отново тези действия и постъпки, ни се предоставя възможността да ги разберем по-добре и така да ги поставим на полагаемото им се място в нашата памет, т. е. да направим нещо като чистка.

Предупреждения и пророчества

Този вид действия ми напомня за случая с една жена, която работела в голям офис. Тя сънувала, че седи на бюрото си и слуша, изпълнена с подозрителност, колежките си, които разговаряли за нея полугласно. Когато се събудила, тя осъзнала, че сънят ѝ е точно отражение на случилото се предната вечер, но сънувайки ситуацията в подробности, тя забелязала, че освен, че си шушукат скупчени една до друга, те сякаш скришом гледали нещо. Тогава тя се досетила за истинската причина. На следващия ден бил рожденият ѝ ден, така че вероятно това заговорничене представлявало по-скоро нещо като поздравителна картичка, а не злословене по неин адрес.

Този сън я накарал да проумее несъстоятелността на някои свои подозрения и мнителността си, но едновременно с това я накарал да преживее по-точно и вярно случилото се и да забележи подробности, които първия път са ѝ убягнали. Сега тя го преценявала под друг ъгъл и забелязала заблудата си. На следващия ден тя получила картичка с благопожелания от несправедливо подозираните си колежки, точно така, както го била сънувала.

Друг пример за помощ, получена насън от този вид, е случаят с един мъж, сънувал, че кара колата си по добре познат път и се блъска в някаква стена, защото спирачките му отказали, макар и да натискал педала. Той останал невредим от произшествието, но сцената била толкова реалистична, че той я възприел като предзнаменование за сериозна злополука. Аз обаче изтълкувах съня му буквално и му казах, че това е предупреждение да шофира по-внимателно и да полага повече грижи по поддръжката на колата си. Той ми отговори, че действително спирачките му отдавна имали нужда от поправка и сега, след като ги бил дал на ремонт, вече е сигурен, че сънят е бил само предупреждение, а не предсказание. Тогава възразих и му обърнах внимание, че сънят би могъл да се превърне в пророчество, ако не беше се вслушал в полученото предупреждение!

Тези два съня ясно показват, че нашето подсъзнание регистрира повече информация от съзнанието ни и че то си служи със съвсем буквални проекции, за да ни говори насън. Вярно е, че детайли от този род могат да изплуват и под въздействието на хипноза, но необходимо ли е да комплицираме нещата с използването на толкова сложна процедура, когато сънищата могат да ни предупредят в подходящия момент?

Символичните сънища

Символичните сънища идват от подсъзнанието ни и са отражение на вътрешния ни свят на вдъхновения и интуиции. Този свят е населен с чувства, по-голямата част от които не могат да бъдат изразени с думи. Думи като страх, гняв, любов и омраза са само лепнати етикети и смисълът им не може съзнателно да бъде обогатяван чрез интелекта. В замяна на това чрез интуицията си можем да почерним от тях много и именно тук влиза в сила символиката на сънищата, защото тя играе за интуицията същата роля, каквато думите за ума.

Ние не познаваме вътрешния свят така добре както външния, който го засенчва, защото още от детството ни учат да държим чувствата си на верижка и да ги потискаме, по възможност напълно. Когато едно дете „изпадне в криза“, това се счита едва ли не за срамно, при това как другояче то би могло да изрази онова, което думите са неспособни да изкажат. Дори и най-интелигентният възрастен човек не би могъл да го стори. Ето това е полето за изява на символиката на сънищата. При децата фрустрацията на чувствата се освобождава по време на сън и забранените чувства и разочарования се изявяват под формата на кошмари. Впрочем, родителите неволно допринасят за това състояние на нещата, като отказват да приемат, че кризите и сънищата на детето са символичен израз, който не използва средствата на езика.

И така, символичните сънища отразяват чувства и вълнения, но не всички те са свързани с комплекси или психологически травми. Много от тях са причинени от внушения, интуитивни възприятия, божии послания или послания на ангели небесни или други безплътни духове. Тук намират поле за изява също и психическите изживявания и универсалните първообрази. Трябва обаче да внимаваме да не объркаме даден символ с друг, както се прави от някои парапсихологически кръгове, защото това само ще ни отдалечи от истинския смисъл на съня, а няма да ни доближи до него. Тук е мястото да се върнем отново на темата за здравия разум и интелекта, без които никога не бихме могли да разберем посланието. Ако разгледаме символиката на сънищата по същия начин като емблемите на предприятията лесно ще доловим логиката на сърцето и тънката нишка, на която тя се държи. Акулите на маркетинга познават до съвършенство движещите сили на символиката. Техните рекламни кампании и промоции са почти изцяло изградени на основата на тези двигатели, защото те отлично знаят, че силата на въздействието в крайна сметка винаги се възнагражда добре, особено финансово! Светът на ежедневието ни изобилства с ловки внушения на символите, понеже всички реклами, касаещи бита ни, са насочени преди всичко към сърцето ни, а после към разума, за да ударят в крайна сметка по кесията ни. И все пак колкото и да са хитри тези уловки и каквито и количества бензин да ни карат да сипем в резервоара на колата си под

претекста, че едновременно с него вливаме в мотора мощта на истински тигър, сънищата ни са безкрайно по-изобретателни. Проблемът се състои в превода на символите в разбираеми елементи, макар че в крайна сметка, това не е толкова трудно, след като веднъж сме доловили разликата между интуицията на сърцето и логиката на разума. Вярно е, че тези два свята са толкова различни, колкото се различават и петте ни сетива едно от друго, а всеки знае колко е трудно да опишеш даден звук с речника на обонянието! Става дума за системи и средства за представяне на нещата, като всяка от тях борави със свой арсенал от данни и правила и всички те са способни да изразят едно и също нещо, но по различен начин.

Убедителен пример за това е посланието на съня, който ще разгледаме по-долу и който бихме могли с лека ръка да отхвърлим като обикновено бълнуване от страна на сънуващия, ако самият той не бе забелязал, че съновидението разкрива аспект от неговата личност. Мъж сънувал, че върви по непознат път и стига до мрачна бедна колиба. Сиви облаци скривали небето. Той влязъл вътре и видял бедно и окаяно същество, облечено с дрехи, които приличали на дрехите на жена му. Той не познавал жената и я съжалил.

С това сънят свършил и когато се събудил, той целия ден се чувствал потиснат от картината на тази тягостна нищета. Осъзнавайки, че си е послужил с дубльор (в кинематографичния смисъл на думата), изпълняващ ролята на жена му и че е заменил дома си с колиба, той проумял как неговият дух на сънищата ловко е използвал езика на символите, за да обрисова семейния му живот. Оттук следва и посланието, че семейството му е в криза и че двамата с жена му много са се отчуждили.

Главата и сърцето

Дори и да не го съзнаваме, животът ни минава под ръководството ту на главата, ту на сърцето. Естествено, има хора, които заявяват, че разумът им командва винаги сърцето или обратното, но те са или прекалено посредствени или прекалено много витаят в облаци. Главата, в буквалния смисъл на думата и сърцето, символично, играят роля в нашите сънища, както и в поведението ни въобще. Същността на проблема се състои във факторите, които ни помагат да решим дали даден сън е буквален, символичен или смесица от двете. Разбира се, в случая става дума за опростенческо отношение към един твърде сложен проблем, който не търпи да бъде разглеждан прекалено щателно. Всъщност, дори и най-буквалните ни сънища боравят не със символи, а със замествания, в които показват разпознаваеми образи и знаци, хора или предмети, които фактически представляват нещо или някой друг. Например много хора имат сънища, в които се намесва полицаи. Представата е напълно реалистична и в най-малките ѝ подробности, но полицаят всъщност представлява нещо друго, било то властите, закона, реда, та дори и вина или страх, в зависимост от изживяванията и идеите, които сънуващия асоциира с обобщения образ на полицаия.

Сънищата и ежедневните проблеми

Понякога главата и сърцето, интелектът и интуицията си обявяват война, докато накрая „ни гръмнат бушоните“ и не изпаднем в състояние на празнота, което напомня на бързо преминаване през онова, което наричаме „черна дупка“ в пространството. Някои ще кажат, че това си е истински кошмар, но каквото и да е естеството на това явление, ако искаме да решим проблемите си, трябва да слезем отново на земята и да приложим на практика посланията на тези сънища. Проблемите са основно от интелектуално или психологическо естество, но от това не следва задължително, че буквалните сънища представляват практически проблеми, а символичните — психологически. Всеки сън може да ни говори за много и различни неща едновременно.

Практическите сънища обаче имат тенденцията да отразяват ежедневните проблеми, свързани с работата, семейството или учението. Светът на разума преобладава през деня, а през нощта сърцето може да предяви своите права, така че дори тези сънища могат да при-

добият стойност на буквални, символични или смесени. Един от най-красноречивите примери за това е случаят с професор Кекуле, който насън намерил решението на химическия проблем, върху който работил дълго време.

Един от моите сънища също ми помогна по аналогичен, макар и не толкова съдбоносен начин. Докато преподавах релаксация, знаех, че за целта ми трябва някаква мелодия, откъс от подходяща музика, но се отказах от идеята, понеже нищо не ми се струваше подходящо. Щом спрях да търся активно, аз като че ли отстъпих място на духа на сънищата и му предоставих случай той да свърши работата, защото много скоро след това сънувах едно знаменито парче от ча-ча-ча, на което никога не можах да открия името. Вместо да бъде изпълнено в обичайното си бързо темпо, в съня ми то бе интерпретирано много по-бавно, което не ми помагаше кой знае колко до момента, когато, няколко седмици по-късно, прочетох, че опитите, осъществени с помощта на музиката са показали, че ритъмът на дишане, сърдечният пулс, кръвното налягане и церебралните вълни се забавят и следват мелодиите в 4/4, пропорционално на петнадесет такта в минута. Това беше музиката, от която се нуждаех — нямаше значение в какъв стил е, стигаше само да е изпълнена „ларго" (т. е. тържествено бавно). Оттогава насам, всеки път, когато слушам ча-ча-ча, изпитвам желание да я чуя много бавно. За съжаление единственият път, когато имах тази възможност, беше по време на въпросния сън.

Психологическите сънища

Психологическите сънища отразяват личностните ни проблеми, както и нашите мисли, чувства, надежди, страхове, любов и всички други сърдечни тайни, които в сънищата могат да се извадят на показ, без страх от недискретни погледи и чужди оценки. Когато нишките на нашето съзнание се скъсат и системата на подреждане на паметта ни се разпадне, психологическите сънища се оказват много полезни, за да подберат онова, което трябва да извадим на повърхността. Много често, най-полезните от тези сънища са и най-мъчителните, но това е напълно естествено, понеже те отразяват лошите ни спомени. Животът не е само сладост, тогава как бихме могли да искаме сънищата ни да отразяват друго, а не самата реалност, точно какъвто е случаят със следващия сън на жена, която се намирала в затруднено положение.

В съня си тя се виждала в гора, заобиколена от хора, които искат да я убият. Тя почувствала, че трябва да направи нещо, за да се защити, но когато дошло време да премине към действие, се оказала неспособна да го стори. Причината за това била, че нападателите ѝ фактически се оказали беззащитни бременни жени, чието поведение не било толкова свирепо, колкото ѝ се било сторило в началото. Тълкуването на съня е много просто — поради неспособността си да се справи със ситуацията, символизирана в съня ѝ, тя искала да извърши психологическо самоубийство. В същото време тя добре знаела, че има хора, които наистина ѝ желаят злото, заради нещо, което е направила, или не е направила, в миналото. Сънят показва също, че отмъщението би било несправедливо, предвид обстоятелствата, но все пак има и лъч на надежда — нападателите, бременните жени, означават, че те самите и авторът на съня ще се измъкнат живи от гората.

Впоследствие открих, че животът на тази жена е бил в пълен хаос след развода ѝ, отсъден „по нейна вина", според закона. Тълкувайки безпристрастно ситуация, която единствено тя познава добре, тя успя да види нещата в истинската им светлина и най-вече да се почувства поуспокоена от идеята, че бременните жени символизират обещание за по-добро бъдеще. И така, сънят ѝ донася кураж и яснота, за да може да се пребори и да излезе от зловещата гора. Когато искаме да илюстрираме силата на психологическите сънища трудно можем да подберем един от тях, който да е по-показателен от другите, понеже всеки има своя неповторимост. Според мен обаче, най-важен е сънят, който подобрява живота на човека, когато той реагира съответно на посланието му. Подобен сън ми беше разказан в писмо от жена, която ми писа от психиатричен санаториум, където била приета по собствено

желание. В съня си тя била затворена в пещера и макар и това да не я плашело прекомерно, тя знаела, че не може да излезе от там. Неочаквано се появила една непозната старица, която й рекла кротко: „Мога да ти посоча пътя, който ще те изведе оттук“. Като ударила с тояжката си по стената, старицата направила в нея дупка и я разширила толкова, че да може сънуващата да мине през нея.

Посланието на този сън беше толкова ясно, че ми се стори жалко да му отнемам очарованието, като го обяснявам с прости думи и все пак трябваше да го направя, за да накарам жената да го приеме и да реагира съзнателно по съответния начин. Очевидно пещерата представляваше подсъзнанието й, което я бе хванало в капан, заблуждавайки я да вярва, че ще е на по-сигурно място тук, вътре, отколкото в съзнателния външен свят. Тя символизира свещено и неприкосновено убежище, което авторката на съня отъждествява със сигурността на болница. Старицата е мъдрата стара жена, живееща в душата на сънуващата, която притежава силата не само да я накара да излезе от обзелата я депресия, но също и да й помогне да постигне вътрешно самоосвобождаване. Най-важната част от посланието обаче е в това да й покаже, че в бъдеще трябва да разчита само на себе си и тъкмо това прави тя оттогава .

Езикът на сънищата

Що се отнася до езика на сънищата, нашият дух на сънищата не търпи никакви граници и използва всевъзможни знаци, символи и думи и то по най-причудлив начин. Освен това, той не се придържа само към един-единствен език. Понякога, за да придаде тежест или за да подчертае съдържанието на съня може да вмъкне и изрази на чужд език. Това обаче трябва да се очаква, защото по този начин сънищата просто отразяват нашия начин на мислене в будно състояние. Всички ние сме многословни в стремежа си да бъдем разбрани от другите и нашите разговори са пълни със сравнения, игри на думи и поговорки, тогава защо и подсъзнанието ни да не прави същото? Изрази като „животът му виси на косъм“ са толкова образни, че няма нищо чудно в това, че се пресъздават' буквално в нашите сънища. Превъплъщаването на дадена ситуация или идея в сън много наподобява адаптирането на литературно произведение в киното, с тази разлика, че сънуващият е не само сценарист, а и режисьор, актьор и зрител, всичко събрано в една и съща личност. И ако това не е магия, здраве му кажи!

Формите и цветовете

Формите и цветовете съставляват основата на езика на сънищата и подсъзнанието. Първите бебешки играчки, като не броим плюшените животни, са комплекти с разноцветни форми. Над детските креватчета и люлки окачваме шарени дрънкалки, а десените на детските чаршафи и завивки често са композиции от цветни геометрични форми. Бебето не избира тези разноцветни съчетания, те са дело на възрастните, чието подсъзнание познава из основи езика на душата, макар и да не го признават, ако въпросът им се постави открито. Възрастните обичат повече от бебетата да си играят с формите и цветовете, защото те ги връщат към един колективен и фундаментален свят.

Когато бебето изостави тези разноцветни форми, то може да ги заличи от съзнанието си, но не и от подсъзнанието си и именно на основата на тези форми то ще анализира предметите, които ще среща по-късно. Нещата ще бъдат описвани като кръгли, триъгълни, квадратни или овални и дори този опростен подход да избледнява пред предметите с по-сложна форма, дори и ако контрастите между различните цветове да губят яснотата си, паметта ще съхрани изначалните форми и цветове и тя има сериозно основание за това.

Когато в сънищата се появяват разноцветни форми, често това е свързано със здравето. Както съществуват стотици прилагателни, описващи болката, така съществуват също и стотици форми, изобразяващи различните болести. За техниките на самолечение, позоваващи се на образност и съзнателна визуализация, всеки симптом, страх или болка, се

превръща в абстракция, изобразена чрез цветна форма. След като е подходил така, разумът е в състояние да контролира и да превърне деструктивната психосоматична сила от негативна в позитивна сила и така да предизвика оздравителния процес. В случая става дума за упражнение, извършвано под контрола на съзнанието, често обаче нашият дух на сънищата прави това спонтанно, а е възможно дори да го осъществи чрез изкуствено предизвикан сън.

Формите и цветовете отразяват не само нашето физическо и душевно състояние, те могат също да изразят принципи, енергии и настроения. Червеното, например, символизира винаги физическата енергия, било то физически труд, чиста енергия или секс. То може да отразява също раздразнение и гняв, както може да се види от изрази като: „налита на червено" или „този гледа на кръв". Виолетовото символизира духовните неща, докато зеленото, цвят от средата на спектъра, представлява емоциите. Значението на цветовете, което произхожда от нашето колективно подсъзнание, намира приложение не само в символиката на сънищата, но също и в нещата от живота изобщо. Зеленото например винаги се е възприемало като цвят, оказващ успокояващо въздействие върху чувствата дотам, че имаше време, когато то се използваше при оформлението и декорацията на всички болници и класни стаи.

Цветовете играят важна роля в сънищата. Ето един пример, който показва по любопитен начин, че посланието не винаги се предава по очевиден начин. Авторът на съня видял, че пътят пред дома му е кървавочервен и изтълкувал видението като предупреждение за физическа опасност. Когато го свързал с името на улицата, където живеел, „Redpath Road" или „Пътят на червения поток" той разбрал истината — така в съня било изобразено символично името на улицата. Като стигнал до това заключение и като си дал сметка, че това е игра на думи, той осъзнал накрая, че името на улицата винаги малко го е смущавало, може би понеже го е свързвал с кръвта и че мисълта за възможни злополуки и произшествия винаги го е притеснявала. Когато, благодарение на съня си, той разкрил причината за своето безпокойство, той най-после успял да преодолее страховете си.

Каламбури

Смехът е най-доброто лекарство против депресията и най-добрите лекари са хората с чувство за хумор, които дават предписанията си с шеги и каламбури. Не знам дали тези шеги са грижливо замислени предварително или им хрумват спонтанно в момента, но едно е сигурно — духът на сънищата обожава каламбурите и щом се наложи с лекота прибегва до тях. Няколко дни преди да изнеса лекция за сънищата, сънувах три нощи поред рок-група, чийто певец беше силно отпаднал и вял. Чисто символично, това можеше да означава липса на енергия, но като насочих вниманието си само върху този аспект, пропуснах вярното значение на знака. В деня, в който трябваше да изнеса лекцията, се събудих на сутринта със спаднал глас, т. е. с глас *rauque*[19] и макар че символът на липса на енергия да подхождаше отлично на дадената ситуация, ако предварително бях изтълкувал правилно тази игра на думи, може би щях да постъпя по-целесъобразно и да взема някакви по-ефикасни мерки срещу болките в гърлото.

Духът на сънищата обожава да си играе с думите по своеобразен свой си начин, отразявайки така нашия съзнателен живот, изпълнен с разговори, гъмжащи от анекдоти, намеци и двусмислия. Думите сами по себе си са от символично естество и човек стига до верния им прочит, само след като е осъзнал тази същина на думите. Когато съзнанието ни види думата „котка", нашето подсъзнание извиква по някакъв начин образа на котка. Впрочем, в будно състояние ние превръщаме думите в символ!], било то и писмени или изречени слова. В сънищата става тъкмо обратното: ние се изправяме пред огледална ситуация, сами срещу символа. Тогава на нас се пада да превърнем отново символа в думи.

Лингвистичните сънища

Усвоявайки матерния си език, ние наследяваме мъдростта на предишните поколения,

която, като всичко в този свят, се е развивала през вековете. Всяка дума е символ, който може да бъде изговорен или написан, като и в двата случая имаме сетивни възприятия. Думите функционират като превключващ механизъм на нашето съзнание и влизат във връзка с някое от петте ни сетива. По този начин думите се превръщат в зрителни, осезателни, слухови, мирисни или вкусови усещания. Обратното, ние използваме тези сетивни усещания, които сме запечатали в паметта си, за да описваме ситуации и събития.

Когато мислим със средствата на визуалното, ние използваме изрази като: „гледаме нещата право в очите“, „гледаме някого от високо“ и т. н. Понякога използваме изрази, свързани с мирис (като например: „Нищо не надушвам“), със звуци („Думите му звучат фалшиво“) или с вкуса („Това изживяване ми остави горчилка в душата“).

В ежедневието ние използваме най-вече зрението, слуха и осезанието, което в никакъв случай не означава, че вкусът и мирисът отсъстват от словесните ни изрази. Някои изрази дори съчетават различни сетива, като например, когато говорим за дрехи или неприлични думи.

След като в съзнателния си живот използваме толкова образен език (като всяка дума минава ту от едната, ту от другата страна на моста, който използва и духът на сънищата), лесно можем да си представим какво могат да сторят сънищата. Използвайки в сънищата същия език, с който си служим и през деня, трябва ли да се изненадваме от факта, че приемаме всичко в съня в буквалния смисъл на думата? Впрочем, ето един сън, който показва, че правим точно това. Разказа ми го жена — домакиня, която не искала да се примири с положението си, до момента, в който се сблъскала с въпросния сън и с обстоятелства, които единствено тя познавала и можела да изтъкува. В съня си тя чула как някой силно и упорито тропа по вратата. Когато отишла да отвори, видяла дебела крава, която стояла там, пред входа, с ведро за мляко, което се полюшвало, закрепено за края на опашката ѝ. Очевидно, кравата изобразявала някого, когото нашата сънуваща героиня имала навика да кичи с този незавиден прякор. Тогава тя се сетила за съседката, която редовно идвала у тях и шумно думкала по вратата, за да поиска на заем чай, захар и разбира се, мляко. Тогава разбрала, че тъй като често в себе си е наричала тази жена дебела крава, нейният дух на сънищата сега ѝ връща обратно тази нейна представа под формата на твърде недвусмислен образ!

Сънища - предвестници

Повечето сънища не отразяват нито жизненоважни истини, нито смайващи пророчества, но все пак всеки носи своето послание и смисъл. Животът е пълен с всекидневни проблеми, така че напълно нормално е те да фигурират в сънищата ни. Покупките, разходките, служебните проблеми и още хиляди други рутинни и досадни дейности могат да ни се появят отново вече в светлината на съня, но по-голямата част от тези занимания, действително незначителни, ще бъдат забравени тутакси след сънуването. Сънищата отразяват личността и начина на живот на техния автор, така че ако човек води скучен живот, то той ще има отегчителни сънища, които най-често ще забравя, понеже не съдържат нищо интересно. И обратно, ако животът е изпълнен с амбиции, ентузиазъм и творчество, то сънищата ще бъдат огледало на този живот, че дори и повече. Каквито и да са сънищата, те могат да носят дребни предсказания и предупреждения, което показва, че контекстът на даден сън няма нищо общо с вида на съня.

Когато говорим за предзнаменования, веднага си представяме някое събитие, разтърсващо света, което е било предвидено на сън. Има хора сънували потъването на Титаник, избухването на Втората световна война или политически убийства, но рядко се замисляме, че повечето предвещания са съвсем банални и известяват по-скоро дребни факти, като например, че в идната сряда млекарят ще ви остави пред вратата две бутилки вместо три. Тези сънища с незначителни последици все пак са предсказателни, а и много по-чести отколкото си мислим. Често през деня чуваме дума или фраза, които ни напомнят съня от

предишната нощ. Колкото и незначително да е на пръв поглед това, все пак то показва, че сънят е бил пророчески, макар и да го осъзнаваме едва впоследствие.

Макар и подобни случаи да ни се струват маловажни, все пак те могат да крият по-голямо значение, отколкото изглежда на пръв поглед. Нека разгледаме случая на жена, която сънувала просто един чадър. Когато се събудила, видяла, че вали и отишла да потърси чадъра си в гардероба и тогава си спомнила за съня. Чадърът ѝ напомнил за последния път, когато го била ползвала, а то било при една среща с много красив мъж, когото оттогава не била виждала, а не се била и сещала повече за него. Това я накарало да го потърси отново и три месеца по-късно те се оженили!

Макар и пророческите сънища да могат да ни помогнат по десетки различни начини, като включително могат да ни подготвят за известието за смъртта на някой близък или просто на познат човек, много от тях сякаш нямат никаква точно определена цел. Може би трябва да мине много време, преди смисълът им да ни се прояви в даден момент, когато вече сме забравили напълно за въпросния сън. Точно това ми се случи с един сън от 1963 г., който в последствие ме убеди, че сънищата ще играят важна роля в моя живот, въпреки че неговият пророчески смисъл с нищо не промени събитията, които преживях в последствие. Той чисто и просто ми доказва съществуването на пророческите сънища.

Сънувах това през 1963 г., след поредица от посещения, които бях извършил заедно с британски рентгенолози в американски болници. По време на тази обиколка успях да си уговоря среща с една моя леля, живееща в Сент-Луис, щата Мисури, - но не аз я посетих, а тя сама дойде да ме види в Минеаполис. Шест седмици след моето завръщане у дома, имах много интересен и образен сън, в който същата леля сновеше нервено из градината си, очевидно силно разгневена. В съня тя недвусмислено ми каза, че причината за яростта ѝ е някой си Грейсън. Сънят ми направи толкова силно впечатление, че веднага щом се събудих ѝ написах писмо, за да я попитам има ли някакви проблеми и дали познава човек на име Грейсън. Отговорът ѝ дойде бързо. Пишеше, че всичко е наред и ^е не познава човек с такова име, така че забравих за случилото се дотогава, когато две години по-късно тя дойде да ме посети в Лондон. При нашата среща, тя побърза да ми върчи обратно моето писмо до нея. Една година след като го бе получила, тя изпаднала в пристъп на ярост и тръгнала да се разхожда из градината си. Новият собственик на предприятието, в което работел мъжът ѝ, решил да уволни всички по-възрастни служители и, разбира се, това много я ядосало. За да се поуспокои, тя отишла в градината, където изведнъж си спомнила за моето писмо. Тогава го потърсила, за да го прочете отново и с изумление открила, че там споменавам името Грейсън, което било името на новия шеф на съпруга ѝ!

По времето на съня, въпросният човек беше абсолютно непознат както за леля ми, така и за самия мен, а и за мъжа ѝ, нещо, което напълно изключва възможността за телепатична връзка.

Шугар Рей Робинсън

През 1947 година друг сън се събъва, въпреки усилията на автора му да избегне това. Точно преди Шугар Рей Робинсън да се срещне с Джими Доил за световната титла за среднотежка категория по бокс, той сънувал, че един от ударите му се оказал смъртоносен за неговия противник. Треньорът му заедно с един свещеник го убеждавали, че сънищата никога не се събъват, но те се заблуждавали. Трябвало да му кажат, че сънищата *не винаги* се събъват. Впрочем, в конкретния случай трагичното пророчество се събднало в осмия рунд.

Телепатичните сънища

Телепатията е пряка връзка между ума или душевните възприятия на двама души. В будно състояние това може да се случи по случайно съвпадение или поради нещо, което прилича на съвпадение, докато в сънищата това става спонтанно. Възможно е много от нашите сънища на практика да са телепатични послания от други хора, умове или други

неидентифицирани източници, изпълняващи ролята на външни стимули и които нашият дух на сънищата преобразува в сънувани сцени, значителни или не. Както когато сме будни общуваме чрез словата, така изглежда докато спим общуваме чрез психиката си. Съществуват доказателства, че посланията пристигат наистина отвън, което е напълно разбираемо при положение, че наистина всички ние сме свързани чрез колективното съзнание, както твърди Юнг. Опитите, извършени лабораторно, показват, че телепатичните връзки се установяват и действат много по-добре по време на сън, отколкото в будно състояние. Щом е така, то може да се допусне, че насън ние заимстваме чужди мисли дотам, че някои от сънищата ни в действителност могат да бъдат сънища на друг човек! В древността жреците са били способни да сънуват вместо някой друг и Даниил не се е затруднил да възпроизведе полузабравения сън на Навуходоносор, тогава защо и ние да не сме способни на това?

Телепатична връзка между влюбени

Всички обичат влюбените по простата причина, че когато сме лудо влюбени, сме пощастливи, по-спокойни и най-вече значително по-толерантни към другите. Любовта обаче е много повече от това. Тя е състояние, граничещо с метапсихологическото. Тогава светът се превръща във вълшебна райска градина, дори и в будно състояние. И в съня, и в мечтите ни, светът е наш. По време на война или принудителна раздяла, връзката между двама влюбени е толкова силна, че често те сънуват еднакви сънища или дори сън, започнат от единия и завършен от другия.

Зли духове

Тъй като мислите ни реагират на външни фактори, понякога нашите сънища изпадат под влиянието на негативни мисли, излъчени от други хора или дори, което е още по-лошо, на пагубни въздействия, умишлено насочени срещу нас. Това довежда до ужасни кошмари, познати под името нападения на зли духове, към които децата са особено чувствителни, възприемащи образа на черни и смразяващи кръвта форми и сенки на същества, които се промъкват и изпълзават в сънищата. По дефиниция, злият дух е демон, който идва през нощта, за да обсеби душата на сънуващия. Разбира се, това определение обхваща множество грехове, като се започне от въздействия на злонамерени призраци и се стигне до приемането на мощни мисли, умишлено насочени към сънуващия от някой, който му желае злото. Тези атаки са познати от векове и винаги са съществували средства, за да се предпазим от тях. Викторианците са окачвали над леглата си избродирани текстове на молитви, докато други са предпочитали да окачат икона на Христос, като в същото време държали разпятие под възглавницата си. Тези символи на божествената сила могат да ни бъдат много от полза, но все пак те са само второстепенни по отношение на мерките, които трябва да вземем, за да защитим самите себе си. И ако за да се предпазим от крадци и разбойници барикадираме вратите и прозорците, защо да не правим същото и в психологически план?

Психологическа защита

Съществува съвсем прост мисловен ритуал, който ни осигурява отлична защита срещу нежелателните външни въздействия, в това число и срещу чужди мисли. Тази защита зависи от енергийното поле, което обкръжава всеки от нас, създадено от топлина, шумове и електрически импулси, както и от друго по-слабо поле, наричано аура. Обикновено сме защитени от съчетанието на всички тези елементи, но когато сме уморени, потиснати или болни, тази бариера става недостатъчна, за да предотврати зловредните влияния. И така, целта на това упражнение е да възстановим полето на позитивната енергия.

Започнете упражнението непосредствено преди засипване, след като удобно сте се настанили в леглото, излегнати по гръб, със затворени очи. Вдишайте в два такта и издишайте на три или четири такта, имитирайки така ритъма на дишане при спане. За да отпуснете тялото, се съсредоточете върху краката си и свийте здраво пръсти за една, две

секунди, след което ги отпуснете. После леко раздвижете глезените и бавно изпънете пръстите на краката в посока към главата, след което ги отпуснете. Съсредоточете мисълта си върху бедрата и колената, докато почувствате да се отпускат от умората. Сега се концентрирайте върху ръцете, свийте юмруци и ги изпънете. После преминете към гръбнака и го отпуснете, а също и раменете. Постарайте се да усетите силата на гравитацията да ви приковава на леглото като магнит. После насочете мисълта си към лицето и си внушете, че всичките ви бръчки са изчезнали и че лицето ви е младо и гладко.

Сега всички мускули са отпуснати и сте готови да изпълните простия защитен ритуал. Погледнете през очите на душата си и вижте окръжаващото ви енергийно поле. Представете си го в синя, бяла или златиста светлина, която ви обгръща изцяло като защитна мантия и почувствайте, че в нея сте в пълна безопасност. Нищо не може да преодолее тази бариера. Много е просто, нали? Затова не се колебайте и опитайте, особено ако почувствате нужда от това. На деца, които сънуват редовно повтарящи се кошмари, ще помогнете като им дадете цветни моливи и ги накарате да нарисуват с тях лошите чудовища, които ги плашат. След като сторят това (впрочем децата често ги рисуват в черно или в сиво), кажете им, че чудовищата обичат тъмното и ги накарайте да нарисуват над тях голямо яркочълто слънце, заливащо с лъчите си всичко, дори и най-тъмните ъгълчета. Така, преставайки нещата на шега, вие значително ще разсеете страховете им (може да им дадете идея, да им нарисуват шапки или други подобни смехотворни допълнения) и ще им помогнете да възстановят самоувереността си и да укрепят позитивната си енергия и естествените си самозащитни сили. От чисто практична гледна точка, знаем също, че множество кошмари могат да бъдат избегнати, като оставим нощната лампа в стаята на детето да свети!

Лековити мисли

Мислите са защитна енергия и като всяка форма на енергия, те могат да бъдат използвани за добро или за лошо. Негативните мисли предизвикват кошмари и нападения на зли духове, когато те идват отвън, но обратното също е възможно. Ние сме много новъзприемчиви на външни въздействия докато спим, по простата причина, че сме по-малко подвластни на петте си сетива, които завладяват напълно съзнанието ни при събуждане. Затова трябва да се стремим да използваме тези позитивни сили, които присъстват толкова често, колкото и негативните.

Изцелението ни идва насън под най-разнообразни форми. Някои от тях ни носят практически съвети, които вършат чудеса, когато ги опитаме на практика и ни убеждават, че сънищата имат за цел единствено да ни помогнат. Понякога човек изпитва усещането, че това е по-скоро нещо преживяно, а не сън, в който сънуващият вижда как духът на лекар, починал преди няколко години, се завръща и идва към леглото му, за да му донесе лековити отвари. На събуждане, пациентът неизбежно чувства подобрене, което той отдава на помощта, получена от онзи странен призрак през нощта. Много болници имат свои лекуващи призраци и духове — изцелители, най-известният измежду които е Сивата дама на болницата Св.Томас, в Лондон, който е бил виждан от сестрите и от много пациенти. Той се грижи за болните докато спят и като се събудят, те вече чувстват, че са на път да оздравеят.

Шотландският лекар

Разбира се, не всички лекари и медицински сестри от сънищата ни са духове на покойници. Мислите на живи хора могат да влязат във връзка с болните и да ги лекуват насън, дори и ако не се познават и макар все още да не сме в състояние да обясним тона явление. Докато бил в Египет и пътувал с кораб по реката Нил, преди войната, бележитият археолог Тюдор Пол бил съборен на легло от силна треска. Унасяйки се от високата температура, той сънувал, че някой удря силно по вратата на кабината му. Тогава влязъл някакъв британски лекар, загърнат в черно наметало и с раирани панталони (обичайното облекло на лекарите в онези времена) и му предписал лекарства за болестта. Тюдор Пол бил изумен от шапката, която докторът оставил на масата, понеже можел да вижда през нея. Тогава лекарят

му обяснил, че практикува във Великобритания, но че често напуска тялото си, за да посети болни, при които го изпращат. Някои ще кажат, че това е било халюцинация, предизвикана от високата температура, но Пол не мислел така. Когато се завърнал във Великобритания, той се обърнал към радиото и призовал по всички емисии лекаря да му се обади и така и станало. Оказало се, че това е шотландски лекар интернист, който потвърдил, че редовно напуска тялото си, за да прегледа далечни и непознати болни, които се нуждаят от помощта му.

Такива неща стават насън, със или без да прибъгваме до внушенията, но след като така или иначе можем да се свързваме с позитивните сили, то няма никаква причина да не потърсим помощта, която могат да ни окажат, така както са го правели нашите далечни прадеди. Да отправяш молитви за помощ насън е форма на съзнателно предизвикване (инкубация) и много сънуващи в отговор са били посещавани от живи лекари или от духове на доброжелателни милосърдни сестри или им се е явявал сам Исус Христос, Великият дух-лечител.

Летене насън

Някои измежду нас, подобно на шотландския лекар, изглежда напускат тялото си всяка нощ, за да се пренесат в далечни места. Четиридесет и пет процента от анкетираните заявяват, че са изпитвали това чувство поне веднъж, докато други твърдят, че го правят всяка нощ. Когато сънуваме, че летим, че сме в безтегловност или че правим големи плавни скокове като космонавти на разходка из Луната, може би не става дума за истински сън, а по-скоро за астрални проекции, явление, при което нашето въздушно тяло напуска физическата си обвивка. Като се основават на теориите на Дарвин, някои рационалисти твърдят, че става дума за останки от паметта ни от времето, когато далечните ни прародители са били птици или риби. Психолозите предпочитат да говорят за деперсонификация, което не е нищо повече от обикновен етикет, който нищо не обяснява. Тези обяснения са бледо подобие на доводи в сравнение с някои неопровержими доказателства, какъвто е примерът с шотландския лекар, които ясно показват, че сънуващият чисто и просто се е пренесъл в съня си. През 1948 г., една англичанка, чиято дъщеря била емигрирала в Австралия, полетяла насън до къщата на дъщеря си в Брисбейн, където я видяла тежко болна. Когато се събудила, тя позвънила по телефона на дъщеря си, която ѝ потвърдила, че наистина е болна. И което е още по-изумително, е че самата дъщеря се била събудила през нощта и видяла майка си до леглото. Телепатията би могла да обясни въпросния случай, но все пак не всички събития от този род могат да се обяснят с телепатия. Кой тогава може да каже къде е истината?

Влюбени от сънищата

Всички ние си изграждаме образа на мъжа или жената на нашите мечти, но за нещастие този образ не винаги се материализира в реалния живот. Понякога имаме пророчески сънища за този наш партньор, чиито черти разпознаваме, когато го или я срещнем в плът и кръв. Като оставим настрана романтиката, това сякаш показва, че наистина сме предопределени именно за този човек, а не за друг.

Често в сънищата се виждаме да правим любов с някой съсед, съседка или някой, когото едва познаваме. Това е нещо като игра, в която избираме в пълна дискретност, идеалния партньор. Така, една жена в продължение на шест месеца сънувала, че последователно се люби с всички мъже, живеещи от същата страна на улицата, т. е. нечетните номера! Бихме могли да се запитаме дали и съответният партньор не е сънувал по телепатия същото, но е трудно да отговорим на този въпрос. Малцина са хората, които са склонни да признаят пред самите себе си, че намират тази или онази личност за привлекателна, а камо ли да го признаят пред друг. Така нашето съзнание измисля мили любовни сценки, за да ни предупреди за истинските ни чувства. Не става дума за форма на осъществяване на желанията, а по-скоро за проекция на действителността, макар че повторението на един и същи сън може да придобие значението на сублимация на

желанието.

В сънищата, танцът често играе ролята на прелюдия към любовния акт. Жените сънуват много по-често танци и милувки, отколкото мъжете, които, от своя страна, са склонни да сънуват нещата по-директно, без заобикалки, обладаване на пода, без никаква нежност или романтика, което илюстрира различното отношение към секса, при което мъжете са по-скоро от типа: „Хайде, да го направим, тук, веднага“, а жените — „Почакай малко, а?“

Сънища, изпълнени с чувство за вина

Никой не сънува, че прави любов с постоянния си партньор, когато има възможност да го прави в действителност. В замяна на това, ако няма тази възможност, то теорията на Фройд за осъществяването на желанията влиза в действие. Не рядко в съня си правим любов на публични места, което ясно показва, че сънуващият страда от комплекс за вина, който не е непременно от сексуално естество. Наскоро тълкувах един сън, който ме наведе на мисълта, че сексуалният акт, извършен в супермаркет сред щандовете с консерви, говори по-скоро, че сънуващият търси да отвлече вниманието ни, а не толкова за перверзия. Притеснен от финансови затруднения, този мъж по-скоро е замислял как да отмъкне нещо от щанда, отколкото каквото и да било друго.

Така както Фройд смята, че всички предмети крият сексуален символ, така аз от своя страна забелязах, че сексът може да символизира обикновени или необикновени дейности, които нямат нищо общо със сексуалния акт. Като оставим настрана кражбата от щанда, сексът в сънищата представлява мъжкото господство над нещата, може би е нещо като отглас на традиционното оскърбление, с което пращаме някого да върви „да се пери“. Като общо правило, той представлява също и женската ревност и себеутвърждаването.

Ако сметнем, че даден сексуален сън е буквален, то неговото послание трябва да се съотнесе към нашия живот и към сексуалната ни философия. Змиите са известен сексуален символ, но те представляват прилив на енергия въобще и тъй като сексът е само една от проявите ѝ, контекстът, в който се появява змията, може да ни помогне да определим за каква форма на енергия става дума. Следователно змиите могат да символизират амбиция, изкушения, скрити сили, тайни помисли и постъпки, природните сили или способността ни да лекуваме.

Повторение на сънищата

Когато даден сън се повтаря многократно, това означава, че не е било разбрано посланието му. Веднага щом това стане, той престава да ни се явява, защото си е свършил работата. Някои хора имат един и същи сън, който се повтаря още от детство, на неравни интервали. Други повтарят съня си в кратки периоди — няколко седмици или месеци. Една жена още от детството си сънувала един и същи кошмар, в който се виждала сама, на дъното на дълбока яма. Тогава иззад скалата се появявал лъв и се нахвърлял върху ѝ. В този момент тя се събуждала с писък. Тя беше вече доста стара и сънуваше същия кошмар на всеки два или три месеца, когато аз ѝ обясних, че това може да е повторение на сцена от предишен живот, в който я хвърлят на лъвовете. В началото тя отхвърли това обяснение, понеже не вярваше в прераждането. Накрая тя се примири с мисълта и откакто прие идеята за възможна, кошмарите изчезнаха.

Това в никакъв случай не доказва прераждането, обаче ясно показва, че обяснението е достатъчно, за да сложи край на дълбоко вкоренените повтарящи се кошмари. Да познаваш противника си само по себе си е вече победа, а неприятели човек има много! Някога се е мислело, че хипнозата е сигурно и безотказно средство, чрез което можеш да накараш да изплуват отминали събития, а по-късно бе доказано, че тя може да замени някои страхове и фобии с обяснения, които, ако са разумни, могат да задоволят желанието на пациента за знания. Тези сънища често могат да бъдат обяснени с асоциирането на идеи, които се дължат

на лошо „подредени“ спомени, затова е напълно възможно историята с лъва да е причинена от нещо, което е било разказано на жената в детството ѝ и което тя редовно възпроизвежда в мислите си. Както и да е, призрактът на ужасния лъв беше убит.

Сънищата хитруват

Често си задаваме въпроса защо сънищата са толкова хитри и находчиви. Отговорът е просто, че те не са такива. Те не съдържат нищо, което ние да не сме заложили в тях. Макар и някои от тях да бъдат отприщвани от външни фактори. Сънищата не прикриват, а разкриват. Нашият живот е толкова сложен, че нямаме време да разрешаваме проблемите си преди да заспим, така че голяма част от времето ни по време на сън минава в преглед на онова, което не сме имали време да разрешим. Въпреки че сънищата са напълно в състояние да ни се притекат на помощ, ако ги претоварим със задачи, нашият дух на сънищата няма време да ни предаде всички послания, които могат да стимулират вътрешните ни способности. Самият факт, че осъзнаваме, че това е възможно, понякога е напълно достатъчен за да промени навиците ни на сънуване и да ни подготви да се опитаме да приложим на практика прословутия съвет на Кекуле: „да се научим да сънуваме“.

ПЕТА ЧАСТ

ТЪЛКУВАНЕ НА СЪНИЩАТА И РЕШЕНИЯТА, КОИТО ТЕ НИ НОСЯТ

Преди да пристъпите към тълкуването на сънищата, най-напред трябва да разполагате с материал, върху който да работите, т. е. трябва да имате дневник на сънищата. Синът на Едгар Кейси, Хюг Лин е казал, че най-увлекателната книга за четене е тази, която пишем самите ние. Естествено той говори за нашия личен дневник на сънищата. Много хора записват старателно и най-незначителните подробности от ежедневието си живот, без да им хрумне дори да сторят същото със сънищата си, които впрочем често са много по-интересни, любопитни и наситени с информация.

Дневник на сънищата

Сънищата не се вместили в никакви строго определени правила и рамки, включително и когато се касае за записването им, но все пак някои практически съвети могат да бъдат от полза.

Правило 1 — дневникът

Първото правило относно воденето на дневник е от естество и практическо, и ритуално. Купете си бележник и химикалка по ваш вкус и ги използвайте само за тази цел. Това е първото, което трябва да направите, за да се ангажирате и да предупредите душевната си нагласа, че приемате сънищата на сериозно. След като вече сте ги закупили, поставете ги близо до леглото си и не им сменяйте мястото. Това е абсолютно задължително, тъй като няма да можете да си позволите да тръгнете да ги търсите посред нощ, точно в момента, когато имате най-належаща нужда от тях. Така няма да се изложите на риска да пропуснете някой скъпоценен сън.

Правило 2 — номер, дата, час

Второто правило касае поставянето на пореден номер, дата и ако е възможно и час на сънищата. За целта е необходимо да отбелязвате датата, ясно изписана, в горния ъгъл на всяка нова страница, за да ви бъде всичко готово. Значението на тази привычка ще се утвърждава постепенно, когато започнете да осъзнавате важността на това да знаете кога точно се е произвел даден пророчески сън. Тя ще ви позволи също така да установите последователността и повтаряемостта на сънищата, както и да отбележите други любопитни особености — най-вече да установите факта, че духът на сънищата е своеобразен забележителен календар, способен да ви напомни за забравени годишнини и дати и дори да извиква в паметта ви далечни събития, чиято дата сте забравили. Той може също да ви предскаже датата на идни събития. Също така е много важно да поставяте последователен

номер на сънищата, по реда на появата им, тъй като понякога може да се случи да сънувате няколко съня в една и съща нощ. Ако успеете да засечете часа на съня или часа, в който сте се събудили, запишете и тях.

Правило 3 — бързината

Третото правило налага да впишете на листа хартия всичко, което си спомняте от съня, веднага след като се събудите, преди да сте се захванали с ежедневните си задължения и преди още да сте започнали да мислите за нещо друго. Сънищата се разпадат много бързо, затова трябва да бъдат записвани веднага. Това заличаване на спомена от сънищата е една от причините много хора да твърдят, че изобщо не сънуват. Те биха останали изненадани от количеството сънища, които в действителност ги спхождат, ако следват това просто правило, което им налага да посегнат към химикалката и листа веднага щом се събудят. При положение, че сънят ви убягва, все пак ще ви остане някакъв, макар и смътен спомен под формата на усещане, настроение, атмосфера или чувство. Тогава запишете и това.

Правило 4 — довършете пъзела

Четвъртото правило е да не оставяте празноти в сънищата. Изисква се силна воля, за да грабнеш химикалката в два часа през нощта, но този навик бързо се превръща във вълнуващо изживяване и служи също така да напомните на вашия дух на сънищата, че вашите намерения са все така сериозни. За щастие повечето сънища могат да бъдат записани на събуждане, затова не обръщайте внимание, че почеркът ви е грозноват или небрежен, в крайна сметка ще съумеете да разчетете написаното. Главното е да запишете възможно най-бързо и най-пълно всичко, което можете да си спомните.

След като изпълните всичко това, ще разполагате с достатъчно добра чернова, към която трябва да се връщате от време на време, за да добавяте забравени подробности. Всяко забавяне води до пропускане на важни елементи, затова, когато се върнете отново към записките си, опитайте се да възстановите цветовете, защото, както знаем, те първи се изтриват от спомена (от където идва и вярването, че сънищата са черно-бе-ли). Помъчете се също да си припомните отделни откъслечни думи и изречения от разговор, песен или стих и всичко, което ви дойде на ума. След това нахвърлете върху белия лист всеки спомен за нещо, случило се през изминалия ден — предаване по телевизията, разговор, проблем или грижи, останали в паметта ви. Тези асоциации са безценни за по-нататъшния анализ. Завършете със списък от символи и знаци, изобразяващи животни, хора, чудовища, форми или първообрази, които ще ви позволят да разгадаете религиозния или загадъчен смисъл на съня.

После изберете подходящия момент през следващия ден, за да възпроизведете на чисто съня от предната нощ. За целта използвайте чернова, а в дневника впишете само окончателния вариант, което означава, че трябва да имате листа в тетрадката, си определени само за това, усилие, което си заслужава труда, особено ако не искате да събудите спящия до вас човек или ако искате да си спестите неудобството да пишете на тъмно.

След поредния номер, дата и час, опишете самия сън с неговото настроение, атмосфера, и цветове; разговори, думи, песни и стихове; списък на знаци и символи; асоциации със случки от предната вечер. Резултатът трябва да е приблизително като по-долу поместената извадка от моя личен дневник на сънищата, с дата 17 март 1983 г., в който съм записал два съвсем различни съня. Ако сте убедени, че личните дневници разказват интимния ни свят, то, повярвайте, това е нищо в сравнение с дневника на сънищата.

Дата: 17 март 1983 г., четвъртък;

Пореден : 40;

Час: неизвестен, преди шест часа сутринта;

Съдържание на съня: Правя опити да си сложа едно колие, но все не успявам. Някакъв отчетлив глас ми нарежда: „Опитай, опитай, опитай пак“.

Атмосфера: обичайна;

Обкръжаваща среда: напрегната;

Знаци и символи: Колие;

Думи: Опитай, опитай, опитай пак;

Асоциации: Предишния ден бях получил сметка за извършени разходи и се бях притеснил как ще свържа двата края.

Пореден : 41;

Час: Между 6 и 8 часа сутринта;

Сън: Вървах с някого по един хълм, когато видях кафява змия, напълно безобидна, да се спуска пъргаво по склона. Слязохме и долу, в ниското, забелязах цветове на слез, който изглеждаше някак нереален. В съня разпознах, че това е Laburnum, както и покривното растение Darhne (лаврово дърво). Тогава разбрах, че сънувам и взех решение веднага да дам отговор на някои въпроси, поставени от доктор Кейт Хърн в анкетата му върху лусидните сънища. Един от тях гласеше: „В съня ви цветовете са: (а) по-ярки; (б) еднакво ярки; (в) по-бледи, отколкото са в действителност?“ Спрях се на отговор (б). Тогава реших да покажа змията на човека до мен, но той беше изчезнал.

Атмосфера: Приятна, лъчезарна, слънчева;

Заобикаляща среда: Щастлива и забавна;

Знаци и символи: Човек, приятел. Склон на възвишение, после равнинна местност, непозната. Голяма, кафява змия, безобидна. Цветя в ярки багри.

Думи: Нито една изречена дума, но изобилие от мисли;

Имена: Лаврово дърво и доктор Кейт Ърн.

Асоциации: Проектът на доктор Ърн.

Изкуствено предизвиканите сънища

След като вече разполагате с дневник на сънищата, бързо ще установите, че обикновено сънищата касаят практически и психологически проблеми и рядко ни се явяват на помощ при разрешаване на ясно определени проблеми. Древните народи виждали в тях мощни източници на просветление и затова взимали мерки, за да улеснят общуването между човешкия ум и Бог или други божества. Установявайки връзка с някое от тях, те отправяли молитви да им изпратят сън, който да им помогне да разрешат проблемите си. Тази форма на изкуствено предизвикване на сънища (т. н. инкубация на сънищата) била свършена за онази далечна епоха, но в днешно време вече не съществуват храмове на Морфей, нито гадатели и ясновидци, които да призовем на помощ в търсенето на сънища, което впрочем не означава, че ерата на чудодейните сънища е приключила. Чисто и просто сега живеем в друг свят, в който сами трябва да установим този контакт и сами да предизвикаме зараждането и оформянето на собствените си сънища.

Тези способности, каквито и да са те, не са напълно изгубени макар и малко да сме ги занемарили. Божествата, ангелите и божиите вестоносци все още са сред нас, понеже те представляват сили, наричани от Юнг архетипи или първообрази. Не се нуждаем непременно и от оракули, защото такава функция изпълнява нашия дух на сънищата. Следователно, необходимо е да постигнем съгласие със самите себе си, за да можем да искаме и да

получаваме отговори и помощ по начина, по който са го правили някога нашите предци.

Сънят е изкуство, което като такова изисква съответната подготовка. Действително всички ние сънуваме и често получаваме подкрепа на сън в подходящия момент, но това вече не е дело на случайността, а е плод на нашата воля и това е нищо в сравнение с резултатите, които можем да постигнем, ако впрегнем всичките си сили в постигането на тази цел. Докато охотно се задоволяваме да оставим нашия дух на сънищата да върши цялата работа, не можем да очакваме друго освен банални сънища, засягащи ежедневни въпроси и съвсем на рядко някое изключително съновидение. Ако обаче вземем решение съзнателно да съдействаме на нашия дух на сънищата, той ще е толкова удовлетворен от нашето признание, че безотказно ще се превърне в наш предан и всеотдаен слуга.

Независимост и усилия на личността

Независимостта е качество, което дълго бе пренебрегвано, макар и трезвият ни разум да ни подсказва, че можем да разчитаме единствено на себе си. Никой не може да разреши проблемите ни вместо нас, също както е невъзможно някой да смисли вместо нас храната ни. Ние сме изцяло отговорни за живота си. Ние сме сами в сънищата си, което ги прави благодатно упражнение в независимост и това е напълно логично предвид факта, че сънищата са послания, които отправяме към самите себе си.

Известна е поговорката: „Помогни си сам, за да ти помогне и Бог“. Това важи с особена сила за областта на сънищата и тяхното изкуствено предизвикване. Неизчерпаемият потенциал на умствените ни ресурси е повече от достатъчен, за да ни закриля и да ни запази в добро физическо и душевно здраве, но щом непрестанно му обръщаме гръб, нищо чудно, че получаваме едва една дребна частица от тази помощ. Всичко е възможно благодарение на нашите сънища и в подкрепа на това твърдение могат да се приведат редица примери от древната или съвременната история с хора, извлекли полза от сънищата си. И ако другите могат да го постигнат, тогава защо ние да не можем да направим същото.

„Инкубацията“ или изкуственото зараждане и произвеждане на сънища се състои чисто и просто в това да призовем на помощ собствения си дух на сънищата. Дори в нашето време, в което сме едновременно и създатели и тълкуватели на собствените си сънища ние все пак се нуждаем от душевен ритуал за да приведем в действие първообразните сили. При все това всеки от нас трябва да действа по начин, който най-пълно да му съответства. Ако смятаме за наш дълг да поверим всичко в ръцете божии, тогава трябва да извикаме съня, призовавайки го с молитва. Всички религии твърдят, че Бог ни говори на сън, затова няма причина да не го призовем на помощ. От друга страна, позовавайки се на най-съкровено в нас, на онези сили, скрити дълбоко нас, които наричаме душа или дух, също можем да постигнем задоволителни резултати. Отговорите и подбудите вероятно произлизат от един и същи божествен източник, защото в крайна сметка всички ние сме част от Великото сътворение на природата.

Отново за чувствата и разума

Необходимо е да пристъпим към изкуственото предизвикване на сънищата, когато сме на топло, отпуснати в леглото и готови да заспим. Често най-трудното е да се отпуснем. Когато даден проблем измъчва непрестанно съзнанието ни, това на практика става невъзможно. Съвети от рода на „Да не ти пука“ са повече от излишни. В такива случаи трябва открито да се изправим лице в лице с проблема и да го погледнем от друг ъгъл, внушавайки си нещо от сорта на: „След като не успявам да се преборя съзнателно с проблема в будно състояние, тогава ще постъпя добре, ако оставя интуицията на сърцето си да свърши тази работа по време на сън. Значи давам думата на моя сънотворен дух“. Този подход освобождава съзнанието от отговорността и я прехвърля на несъзнателното, което е по-добре въоръжено, за да се справи с проблемите. След изпълнението на този словесен ритуал, можем да се съсредоточим върху постигането на пълна физическия релаксация по следния

начин:

Релаксиращи упражнения

Излегнати по гръб, съсредоточете вниманието си върху краката. Свийте пръсти и ги изпънете. После раздвижете глезените и ги отпуснете. Сега се съсредоточете върху ръцете си, свийте юмруци и после опънете пръсти. Концентрирайте се върху гръбначния стълб, помъчете се да го изпънете колкото се може повече и да го освободите от всякакво натоварване. Помислете за гравитационната тежест, която ви прикована към леглото и се опитайте да я възприемете като форма на енергия, оставете я да ви зареди и да ви свърже с природните сили на планетата.

Мисловен ритуал

Ако сте все още будни, това е моментът да пристъпите към подготовката за съня.

За целта е необходимо да установите връзка с онази част от вас, която изпълнява задачата да ви изпраща съновиденията и да ѝ заговорите тихо, нещо от рода на: „Моля те, дай ми знак. Моля те, насочи енергията си към онази част от мен, която се нуждае от грижи. Каж ми как да помогна на тези, които търсят помощта ми? Какво трябва да направя?“ Всяка молба ще е различна от другите, но колкото по-сбита и точна е тя, толкова по-ясен и конкретен ще бъде отговорът. Несвързаните молби ще получат мъгляви отговори. След като сте отправили молбата по възможно най-краткия и ясен начин, кажете си, че вече сте готов, в очакване на посланието, което ще се постараете да запишете възможно най-подробно след събуждането си.

Можете да формулирате прощението си по-твърдо: „Дух на сънищата, очаквам да ми изпратиш ясен сън, който ще донесе отговор на въпроса, който ще ти поставя. Готов съм за това и ще отбележа най-подробно изпратения от теб отговор“.

Методът ни за изкуственото предизвикване на сънищата зависи изцяло от нас самите и от религиозната вяра, но все пак вероятно всяка отделна ситуация трябва да бъде разглеждана по различен начин. Точно това е имал предвид професор Кекуле, когато настоявал пред студентите си преди всичко да се научат да сънуват. Единствено с подготовка и упражнения ще можете да успеете, затова не се отчайвайте, ако резултатите много се забавят. В крайна сметка, ако не се обезкуражите ще успеете. И най-вече, когато ви се яви благоприятният сън, не забравяйте да поблагодарите на Бога, на всички възможни божества или дори на себе си.

Тълкуване на сънищата

Никой не е в по-изгодна позиция при тълкуването на даден сън, отколкото самият автор, защото именно той го е изваял с инструментите, складирани в хранилището на собственото му съзнание, което впрочем не означава, че друг не би могъл да изтълкува вашите сънища. Въпреки това ще остане на вас да довършите наполовина работата, понеже трябва да съобразите така полученото послание и да го приложите към вашия конкретен случай, който никой друг не познава. Само на тази цена посланието ще придобие истинската си стойност.

Когато Йосиф изтълкувал съня на Фараона, той не е знаел как точно ще се сбъдне посланието, известяващо идването на седем изобилни години, следвани от седем гладни години. Необходимо е било предзнаменованието да се разгледа в светлината на опита и асоциациите на Фараона, за да излезе на яве същинският смисъл на съня.

Колкото повече изучаваме сънищата, били те нашите собствени или чужди, толкова по-добре ги разбираме, но внимавайте да не попаднете в клопката на порочния способ да тълкувате сънищата на другите през погледа на собствените си асоциации и хрумвания. Асоциациите съответстват само на личния ни опит и преживявания и могат да се прилагат единствено към нашите собствени сънища. Анализирайки сънища, ние можем да разгадаем

символичния или буквалния им смисъл, да открием в тях игри на думи или двусмислия, да разтълкуваме символи и знаци и да извлечем от всичко това общия смисъл на посланието, но то ще бъде разбираемо единствено за автора на съня. На него е отредено да съпостави посланието с интимните си познания, за да постигне алхимичното единство между съня и реалността.

При тълкуването на сънища са необходими две качества — силно желание и достатъчно ентузиазъм за да поддържа това желание. Да си спомняме и да анализираме по някой сън от време на време е едно, а съвсем друго — да ги сграбчваме здраво до един. За това е необходимо пълна лична отдаденост, което бързо се възнаграждава щедро, понеже така научаваме много за самите себе си, за мястото ни под слънцето, в света и във вселената. И ако фразата: „Опознай сам себе си“ има смисъл, то това може да се постигне чрез сънищата.

След като вече сте започнали да водите дневник на сънищата, скоро ще притежавате бележките на поне един правилно записан сън. Тогава си спомнете, че независимо от неговото естество, бил той езотеричен или банален, трябва да приложите същите принципи на тълкуване. При някои от сънищата е важна атмосферата, а при други е от значение диалогът. Все пак всеки сън се различава от останалите и именно тази специфика вие трябва да доловите (редом с другите характерни особености на въпросния сън).

Общо впечатление и настроение

Чувствата са по-красноречиви от думите и са трудно изразими с думи, затова първата крачка при тълкуването на един сън е да се долови атмосферата и окръжаващата среда. Те може да се възприемат като фон, върху който се рисува същинския сън, като декор, в който се развива действието. И така всички необходими елементи са по местата си, актьорите излизат на сцената и пиесата може да започне. Понякога общото впечатление от един сън е единственото, което остава. Лошото настроение, което сте подтискали в себе си през целия ден и което се приписва на факта, че сте „станали с дупето нагоре“ често се дължи на горчивия привкус, който се е утаил в душата ви след неприятен сън. Сънищата ни оставят не само отрицателни усещания, впечатлението може да бъде и жизнерадостно и бодро. Тогава ще имате чувството, че тъмните облаци, които са помрачавали хоризонта ви предишния ден, неочаквано са се разпръснали през нощта. Макар и подробностите от благоприятния сън да са вече забравени, резултатът от въздействието му остава и именно в това се състои влиянието, което оказват сънищата в ежедневието ни живот.

Атмосферата и настроението, които ни остават от даден сън, са сами по себе си послание. Стена, сгряна от топло обедно слънце извиква в представите ни картина, изпълнена с надежди за по-лъчезарно бъдеще, докато мрачното небе, натежало от черни предзнаменования за буря веща само несигурно бъдеще. Обичайно атмосферата се рисува в светли или в мрачни цветове. Ярките багри обикновено изразяват позитивни стремления и възторжена вяра в постигането на ясно определени намерения, докато тъмните краски бележат често мъчителни проблеми и разочарование от угаснали надежди. И тъй, изследвайте внимателно чувствата, атмосферата и настроенията на вашите сънища и най-вече атмосферните условия, защото ако ги пренебрегнете, поемате риска да поставите тълкуването на погрешна или, което е още по-лошо, на несъществуваща основа.

Художникът, дремещ в нас

След това трябва да прецените в какво съотношение са преплетени в съня буквалното и символичното. Когато посетим някоя художествена галерия, можем да видим картини, подлежащи на три вида тълкуване — буквално, символично или смесено. Сходството между картини и съновидения е поразително, затова би било полезно като начало да разгледате даден сън като платно преди да преминете към анализ на участващите лица, действие и диалог. Картините, носещи буквален смисъл или т. н. реалистични изображения,

представят дадена сцена ясно и точно като фотографска снимка. Също като еквивалентните им сънища, те не оставят никакво местенце на въображението. Магазинът си е магазин, дърветата са дървета до най-малката клонка. Художникът, нарисувал подобно платно, е изкусен техничар, но е лишен от всякакво вдъхновение. Той си служи единствено с интелекта си, за да ни предаде своето послание, което се състои в значението на детайлите, които пропускаме, минавайки набързо пред картините. Тематиката е от сферата на ежедневиия живот.

Символичната картина или абстракцията на пръв поглед не прилича на нищо и изглежда лишена от смисъл за всички, които минават набързо покрай нея, освен, разбира се, ако не се поспрат заради името на автора. На тях виждаме ярки цветни нетна, нахвърлени напречно през платното, хаос от форми и сенки, които напразно се опитваме да разберем като конвенционални картини, а създателят им обяснява, че онзи взрив от червено е вчерашният ни гняв, мрачните фигури „заплахата на днешния ден, а лъчезарните и златисти отблясъци" надеждата за бъдещето. В тях долавяме символичния писък, изтръгнат от сърцето, а не от мисълта, докато заглавието ѝ ни показва, че става дума за „Мъка". При вида на такава картина човек си задава въпроса как ли би изобразил един художник-реалист вътрешните терзания!

Третият тип живопис е смес от достоверно и символично изображение, на която могат да бъдат оприличени много сънища. Тя би могла да бъде наречена „Очите и ушите на света", изразявайки сполучливо чудовищен и все пак разпознаваем женски символ с очи на тила и ухо, долепено до земята. Художникът майсторски преплита реалното с въображаемото, с известна доза жестокост, за да ни обрисова собствените си чувства към своята мащеха. Когато знаем *как* да търсим скрития смисъл, можем да разгадаем как умът му улавя елементи от действителността, а после се потапя в дълбините на вътрешния си свят в търсене на символи, за да осъществи тази твърде злостна, но все пак точна карикатура, едновременно и буквална, и символична.

Духът на сънищата без съмнение е художник, който дреме в нас, с тази разлика, че вътрешният творец притежава безграничен талант. Използвайки цветовете по начин, за който реално съществуващи личности като Реноар, Микеланджело или Търнър не биха могли и да мечтаят, духът на сънищата може да създаде етюди в кафяво или потискащи атмосфери с такава лекота, че може да залее платното на въображението си с всички багри на ефирната въздушна дъга. От мистичните върхове на възвишеното съвършенство до неизследваните дълбини на мрака, възможностите му са безгранични.

Знаци и символи

Добре е след всичко това да спрем вниманието си и на знаците и символите, които могат да бъдат хора, животни или предмети, от съвсем обикновена чаша за кафе например, до езотеричната версия на Свети Граал. Няма строго определена граница между знаци и символи, понеже те непрестанно се сливат или взаимно се заместват. Знаците са често разпознаваеми образи като хора, животни или предмети, но те не трябва задължително да се приемат за това, на което изглеждат на пръв поглед, понеже често те представляват нещо друго (така че ако конят, който ни се явява на сън, например, не отговаря на вече преживяна сцена, той най-вероятно носи скрит смисъл, символизиращ енергия). Ключът, освен в случаите, когато наскоро сме изгубили такъв, всъщност е знак за крайно тежката ситуация и говори, че скоро ще намерите търсения изход. Стълба, валяк, чук и хиляди други предмети редовно се появяват в нашите сънища като метафора. Следователно трябва да сме готови да ги тълкуваме като такива, а не буквално.

Сънищата представляват винаги същност и идеи, различни от това, на което можем да ги оприличим външно. Те могат да бъдат облечени в абстрактни форми, мистични или религиозни означения, но най-често става дума за знаци, носещи смисъл, различен от външния им вид. Когато един кон, например, изразява енергия, а ключът символизира друго,

знаците се превръщат в символи. В това отношение символиката на сънищата не е неразгадаема, тъй като по-голямата част от тях се ражда не от колективното подсъзнание, а по-скоро от езика на заобикалящата ни среда, изобилстващ от образи и метафори от сорта на „лъвски пай“, „огнен темперамент“, „леден поглед“ или „натоварено магаре“. Някои от тези знаци, превърнати в символи, са съществували далеч преди откриването на писмеността, което ги превръща в символи, доближаващи се до първообразите. В тази връзка би било полезно да се състави тълковен речник, макар и по-голямата част от думите с буквални образи с двояк смисъл да изискват само малко въображение. Ако разгледаме съновидение, в което изпъква натрапчивият образ, например на булдозер, малцина са онези, които биха се затруднили да разберат, че става дума за човек, смазан от принудата да търпи безусловно подчинение.

Можем да възприемаме образите в сънищата си такива, каквито са, единствено когато сме сигурни, че става дума за сън с буквален смисъл. Впрочем, изглежда трудно да гледаме на даден човек, който ни се е явил на сън, като на символ, също като предмет или животно и особено, ако дадената личност ни е близка. Удачно ли е това или не? В крайна сметка всички ние представляваме нещо в очите на другите. Преди всичко ние сме синове и дъщери. Възприемайки, както го прави духът на сънищата, безпристрастна гледна точка, много скоро долавяме играта, на която той се отдава. Хората престават да бъдат това, което са. Те са все още разпознаваеми, но в качеството си на баща, майка, син, дъщеря, дядо или приятел, а не като индивиди. Ако към това прибавим имената, които винаги носят свой смисъл, както и галените обръщения като „зайо“, „котенце“, „душичке“ и други мили прякори, кръгът на означенията, заместващи образа с неговата функция, се разширява още повече.

В продължение на тази мисъл, лесно е да разберем защо нашият дух на сънищата не среща никакъв проблем да открие образи, които да изпълняват ролята на идиот, малоумник или пълен глупак!

Образи на близки и родственици

Родители, дядовци и баби, често се появяват в сънищата ни, но в 90% от случаите трябва да ги възприемаме като символи, а не като образи на реални личности. Разглеждани като символи, майката представлява женското начало на уют и състрадание, а понякога и на тираничната власт на Майката Земя, докато бащата символизира мъжкия авторитет и понякога дори бащинския образ на самия Бог-Отец. По същия начин, братът или сестрата представляват изображение на братската платоническа обич.

Първите братовчеди в сънищата представляват това, което са те като обществено положение — метач, лекар, писар, водопроводчик, медицинска сестра или адвокат — всички те имат символична стойност в сънищата ни, тъй че появата на полицаи сочи, че силите на реда скоро ще играят някаква роля в живота ни. За да обобщим, можем да подчертаем, че буквалните сънища, които отразяват реалния свят, си служат със знаци (хора, предмети, животни), които играят ролята на самите себе си. Символичните сънища изобразяват вътрешните ни състояния и мисли и използват за целта буквални знаци, които имат символичен смисъл, както и чисто абстрактни символи, които може да бъдат митологични същества, лабиринти и колективни архетипи. Какъвто и да е използваният знак или символ, той играе само една единствена определена роля за всеки отделен сън, но е възможно някои от тях да се повтарят в повече от един сън, носейки неизменно своя основен смисъл. Такъв е случаят с членовете на семейството, но също и на многократно появяващи се къщи, водни пространства, експлозии, животни, дървета, автомобили, влакове, кораби, самолети, автобуси или велосипеди.

Разговори, думи и диалози

Често от значение е не това, което казваме, а начинът, по който го казваме, затова трябва много точно да отбелязваме интонацията на всеки диалог в съня, понеже духът на

сънищата умее до съвършенство да борава с тези ефекти. Думите са знаци и символи и ако не можем да ги уловим буквално, трябва да ги тълкуваме метафорично. Понякога думите носят буквален смисъл, а ситуацията е символична, като онзи пример, в който на сън се мъчех да си сложа едно колие, докато някакъв глас ми говореше: „Опитай, опитай пак!“ В този случай изреченото словесно послание е буквално, докато усилията ми символизируют трудностите, които тогава срещах във финансово отношение.

Наскоро една жена се видяла на сън в гора и там срещнала елф, който ѝ рекъл: „Мъжът дървесекач ще те спаси“. Несъмнено символичен сън! Без да познавам живота на тази жена, сметнах, че това означава нерешителност и колебание (на английски „в гората съм“ означава „объркан съм“) и че единственият човек, който може да я спаси от това състояние, е, някой положителен човек, практичен и вероятно с привлекателна външност. Тогава тя отвърна, че проблемът ѝ се състои в това да направи своя избор между двама мъже в нейния живот и че образът на дървесекача отговаря на единия от тях. Дано живеят щастливо, благодарение на този сън!

Игра на думи и главоблъсканици

Духът на сънищата плете игри на думи и загадки, които ни карат да мислим, че веднъж заспали, придобиваме литературни таланти. Сънищата изобилстват от галени имена, което очевидно не е било известно на онзи мъж, който често сънувал нещастна, проскубана кокошка с перушина в окаяно състояние. Ако беше запознат с тази форма на проявление на духа на сънищата той по-лесно би стигнал до прозрението, че това е бедната му, вечно зле облечена жена, която той често наричал „моята кокошчица“.

Така ние често използваме несъзнателно оформени игри на думи, в които чрез употребата на различни части на тялото съставяме изрази от сорта на: „одумват го зад гърба му“, „под носа му го измъкнаха“, „от едното му ухо влезло, от другото излезло“, „пускам си го покрай ушите“, „всичко минава през стомаха му“, „далеч от очите, далеч от сърцето“, „да му е яка гърбината“, „къс ум, дълги крака“ и още много други. Използваме също двусмислици и афоризми като: „копае си сам гроба“, „минава през иглено ухо“, „говоря на тоя дето духа“ и т. н.. Има опасност всички тези словосъчетания да останат незабелязани, ако не им обърнем полагаемото им се внимание.

И накрая, съществува още един последен вид игра на думи, който функционира на основа на сходство в звученето като случая, за който споменах в началото на настоящата книга за „gauquis“ и „gock“, но могат да се приведат и други примери като maitre (господар) и metre (метър), amande (бадем) и amende (глоба) или още hotel (хотел) и autel (олтар)[20]. Те могат да се откриват по-лесно, ако „разчитаме“ разказа (историята) на съня на висок глас, така нашето внимание по-лесно би уловило тези „съвпадения“ или сходства в звученето.

Асоцииране на идеи

Ако отбележите във вашия дневник някоя хрумнала ви асоциация, това трябва да бъде следващият елемент, който следва да отчетете. Добре известно е, че сцени от телевизионните емисии лесно се вплитат в сънищата, но не може да се каже, че именно те са предизвикали въпросния сън. По-скоро духът на сънищата, докато гледаме телевизия дебне неуморно да отмъкне някой детайл, който по-късно ще вмъкне в съня ви. Ако сте наблюдавали яростна престрелка между каубой и индианец, то тя би могла чудесно да се превърне във фон, на който се разиграва конфликт между вас и данъчния служител например.

Вечерните сбирки с приятели също дават богат материал за сънищата, както е могъл да установи един мъж, прекарал вечерта в бар, претъпкан с посетители, но всички до един мъже. Сънят, който го споходил същата нощ бил точно отражение на прекараната вечер, с тази малка разлика, че всичките му приятели се били превърнали в жени!

Сънища и театрални пиеси

Често сънят, предизвикан от поредица събития, напомня театрална пиеса. По някога той е разделен на множество сцени и части, а друг път съсредоточава нашето внимание върху едно главно събитие. Основната разлика е, че в съня, сънуващият определя заглавието и развитието на действието, пише диалозите, вмъква игри на думи и двусмислия, решава какъв ще е декора, подбира актьорите и накрая бърза да седне на първия ред, за да се любува на своето творение. Когато самият той участва в сценария и режисурата, той може да се качи на сцената и да изпълни някоя роля, не рядко дори главната.

Тъй като самият той е създал участващите лица, от само себе си се разбира, че сънуващият избира също репликите им, карайки ги да произнасят онова, което той иска да чуе. Духът на сънищата може да прояви безпристрастие и сам да води действието, което в случая ще бъде по-реалистично и не толкова емоционално и ще позволи установяването на по-добри взаимоотношения между сънуващия и останалите действащи лица.

Ако направим задълбочен прочит на един сън (така както бихме го сторили с някоя пиеса), търсейки игри на думи, действието и репликите ще ни разкрият ролята на всеки герой и така ще оформят основната тема на съня. Темите служат да резюмираме съдържанието на сънищата в сбита форма и да им дадем някакво заглавие. Всеки сън има своя тема. Независимо от продължителността му, трябва да се опитаме да синтезираме темата, колкото е възможно по-кратко и просто. Дори една безкрайна сага, като, например, история, която тръгва от върха на отвесните крайбрежни скали, после описва спускането на сънуващия до плажа, където той наблюдава прииждането на силен прилив с огромни вълни, които се разбиват в брега и повличат във водната бездна много хора; история, която завършва с бягството на сънуващия, който се изкачва нагоре и търси спасение на върха на отвесните скали, дори всичко това може да се резюмира в едно ясно изречение: „Опасна ситуация, която може да бъде превъзможната“.

Посланията и решенията, които те носят

Човек очаква, че усилията, положени по разплитане на кълбото на един сън (разпознаването на декора и подробностите, определянето на героите, знаците и символите, както и откриването на игри на думи) в крайна сметка ще спомогнат той да се превърне в ясно свързано послание. Също като самите сънища, някои послания са кратки и прости, а други — дълги и сложни.

Когато дадено послание разкрива деликатна ситуация, както често се случва, рядко то съдържа в себе си и решението на проблема, което, макар и да е само част от него, може да е от по-голямо значение отколкото самото послание. Сънят с огромния прилив предупреждава за предстояща беда, но той поднася също и решението, което изисква от сънуващия да се издигне над тази опасна ситуация. Следователно сънят представлява пророчество, вдъхващо увереност, но едновременно с това показва, че е необходимо да се положат усилия, за да се превъзможнат опасностите, което е символизирано с мъчителното изкачване на стръмните скали.

Както предупреждението насън си остава само предупреждение, което не се превръща в пророчество при положение, че се вземат мерките, посочени за разрешаването на проблема, така също често сънищата поставят проблемите и предлагат възможното им разрешаване. И в двата случая, решението е да се действа според посланието с цел да се избегнат или улеснят възможните последици.

Пророчества, предчувствия и предзнаменования

При пророчествата, предчувствията и предзнаменованията въпросът е в това да разберем какво е решението, което те носят. Вероятно пророчествата са несъзнателни дедукции, извлечени от предчувствията и интуитивните усещания на несъзнателното, регистриращо много повече данни от съзнателното.

Наблюдавайки като на лента отново дадена ситуация от нашия живот, можем да забележим подробности, които сме пропуснали първия път, какъвто беше например случаят с жената, която смятала, че колегите ѝ заговорничат против нея.

Предзнаменованията, тъкмо напротив, идват сякаш от извънсетивни възприятия, без осъзната или неосъзната връзка с миналото, настоящето или бъдещето и известяват събития, които никой не би могъл да предвиди. Интуитивните видения, усещания и предчувствия не подлежат на обяснение, тъй като истинските предзнаменования ни сочат дати и места на конкретни събития, та дори и имената на участващите лица. Тези сънища не се вписват в никаква причинно-следствена връзка. Макар и на пръв поглед да не си личеше, тъкмо такъв беше случаят на съня на леля ми от Сент-Луис, Мисури и човекът, който уволнил съпруга ѝ, тъй като до момента на съня ѝ ние не бяхме и чували за името му.

Практическо ръководство за тълкуване

Строго определените правила за тълкуване на сънищата могат лесно да се прилагат само при наличието на дневник на сънищата. Освен това, за да улесните задачата си, постарайте се да следвате предварително начертана схема.

След като препрочетете внимателно още веднъж цялата информация от дневника си, можете да пристъпите към тълкуването ѝ. Най-напред обърнете внимание на датата, която може да съвпада с някой рожден ден, годишнина или празник. После се помъчете да възстановите атмосферата на въпросния сън, което ще ви позволи да доловите значението на получените предупреждения или насърчения. Разглеждайки съня като картина от живописца, лесно ще установите дали той е предимно буквален или символичен. При всички случаи приемоте за начало, че вероятно съдържа буквален смисъл.

Ако не откриете никакво буквално послание, то вече можете да го разглеждате като мистичен или символичен. Хората, които мислят, че всичките им сънища носят велики мистични прозрения, всъщност пропиляват живота си, витаейки в света на съновидения и мечти, без да прилагат на практика предполагаемите им прозрения. Това не означава, че тълкуванията са им погрешни, но отказвайки да ги свържат здраво с реалността, те ги изпразват от съдържание и така ги похабяват. Необходимо е да използваме сънищата си в реалния свят и да се задоволим да ги съзерцаваме философски.

Затова потърсете практическото послание и неговото приложение, без да забравяте, че даден сън може да има двояк смисъл, единият буквален, а другият символичен. След като свържете отделните епизоди помежду им, подобно на части от пиеса, можете да преминете по-нататък. Диалозите, игрите на думи и двусмислията така ще придобият свой живот и вие ще можете да разберете традиционния смисъл на знаците и символите с помощта на речник на сънищата. След като сте взели под внимание идейните асоциации и сте установили основната тема, би трябвало вече да можете да разгадаете посланието, след което ви остава само да го приложите към конкретните условия на личното ви състояние, което никой не познава по-добре от вас.

Темите на сънищата и царският път

Фройд твърди: „Тълкуването на сънищата е царският път към опознаването на подсъзнателните ни действия“. Това, което той не е отчел е, че британците приемат това съждение буквално, тъй като Кралското семейство заема значително място в техните сънища, в които те често се виждат как с охота пият чай с Кралицата-майка или как яздят кон с принцеса Ана.

Освен лудостта на величията и стремежът да се издигнем над хората, които ни заобикалят, царствеността символизира извечните сили, които са ни вътпявани в детството: Пепеляшка, Спящата красавица, жабоците, които се превръщат в принцове и принцове, които се женят за пастирки, а после живеят заедно дълго и щастливо и имат много деца.

Изобщо всички онези образи, с които сме закърмени от люлката чрез безбройните приказки. Независимо дали сме роялисти или не (което все пак е по-рядко срещано във Франция, отколкото във Великобритания) тези първообрази, дълбоко вкоренени в нашето подсъзнание, превръщат цариците в идеалните героини. Те се олицетворяват от Венера, Великата жрица. Небесната царица или нашата Майка-Земя. Те са възплъщение на женското начало в живота. Другата страна на въпроса е, че щом коронованите особи и членовете на благородните фамилии често се появяват на първа страница по вестниците, то тогава кой би могъл да ни упрекне за това, че те често стават обект на нашите сънища?

Както някои символи и знаци се появяват в сънищата по-често от други, така има и теми, които са по-често срещани в тях от други. Все пак, макар и да са обичайни за много хора, те продължават да носят ясно определен смисъл, специфичен при всеки сънуващ.

Обиталището на душата

Най-често срещаната тема е тази, в която се виждаме в дом, който обитаваме единствено в сънищата си и който символизира Обиталището на душата. Всеки дом е напълно различен от останалите, както е различен и сънуващият, който го е сътворил, за да изобрази символично собствената си същност. Този дом е физическата обвивка, а обитателят е душата на сънуващия, която броди сред непознати и все пак някак близки помещения, изкачва се и слиза по стълбите и се промъква по коридорите. Таванът е хранилище на големите надежди и различни посивели от прах реликви, потънали в забрава, докато зимникът е населен от странни същества, които пъплят и се крият из тъмните ъгълчета на помещението. Спалнята е запазена за интимните и сексуалните изживявания, докато в кухнята се сблъскваме с реалностите от ежедневието. Съществуват безкрайно много варианти, но темата, залегнала под всичко това, е винаги една и съща — нашите лични взаимоотношения вътре и около това обиталище. Общото състояние на къщата е знаменателно за физическото и психическото състояние на сънуващия. Ако действието се развива на тавана, тогава става дума за идеали, надежди, интуиция и интелект. И обратното, ако то се развива в мазето, несъмнено прожекторите ще се насочат върху онова, което криете там. Домът е изпълнен с врати, които при различни ситуации могат или не да се отворят. Когато те са заключени, то тогава трябва да се търси ключа за тях. Стълбищата понякога са трудни за изкачване, но усилията си струват труда. Необходимо е да поддържате огъня в камините и печките, явяващи се в съня, за да подхранвате вашите надежди. Прозорците, които са очите на душата, могат да гледат към градина, ливади или паркове, които представляват вашата лична райска градина, което не означава, че тя задължително ще е идилично място. То изобразява вашето обкръжение такова, каквото го виждате в собствените си представи. При някои пространства са запуснати и обрасли с бурени, докато при други цари прекалено съвършен ред, който разкрива, че природата на сънуващия е изпразнена от съдържание. Важно е също така да се отчита кой влиза в градината — познати, посетители или неканени гости, тъй като те изобразяват нашите приятели и врагове, умело дегазирани.

Именно сън на темата за обиталището на душата помогнал на един човек да си възвърне чувството на достойнство и вяра в себе си. Той сънувал, че стои пред градинска желязна ограда, която наполовина била излязла от пантите си. Градината била запусната, но все пак била в завидно състояние в сравнение с окаения външен вид на къщата — боята се лющела, коминът бил накривен на една страна, а прозорците — прашни и невзрачни. Когато влязъл в къщата обаче, той забелязал, че вътрешността ѝ е добре поддържана. В кухнята заварил готово ястие и макар обстановката да била скромна, всичко било чисто и подредено.

Смисълът на съня е очевиден още преди човекът да го разгледа съобразно собственото си положение. Пред прага на дома на душата си той успява да погледне обективно на самия себе си и да се види такъв, какъвто изглежда в очите на другите. Разнебитената фасада показва, че той не полага грижи за външността си, но редът, царящ в къщата, успокоява, че проблемът е само привиден. Приготвеното ястие в кухнята символизира храна за духа, така

че разграничавайки собствената си самопреценка от мнението на хората, сънуващият възстановява вярата в собствените си сили и се заема да подобри външния си вид.

Теми, свързани с вода

Водата представлява емоционалните преживявания и чувства. От ромона на бълбукащо поточе до усещането, че се давим в гибелен порой, всички пластове и дълбочини на нашата психика могат да бъдат изобразени символично с вода. Дълбочината, бистротата и водните течения са детайли, на които трябва да обърнем внимание. Ако оцелеете от буря в морето, това е сигурен знак, че ще преодолеете трудностите, но ако водата в съня ви е застояла и изглежда дълбока и мътна, трябва да знаете, че ви очакват непредвидени опасности и дори, че някое невидимо насрещно течение може да ви отнесе. Когато сънувате големи наводнения, което впрочем често се случва, тълкуването може да бъде направено по два начина — или това е предзнаменование за всеобща беда, подобно на библейския Потоп, или става дума за събитие от личен характер, което ще разстрои живота ви с прекалено силни отрицателни изживявания. В подобни ситуации често сънуващият оживява, докато много други около него загиват.

Темата за раждане

Говори се, че да сънуваш раждане означава смърт и обратното. Хората, които и смърт притежават дарбата да сънуват често, получават послания от тези, които са на път да се появят на бял свят и от онези, които го напускат и затова са подготвени за подобни явления. При все това, по-голямата част от сънищата за новородени са символ на личните потенциални възможности и на надежди за бъдещето, тъй като бебетата в съня са плод на въображението на сънуващия. Те му говорят по символичен начин, че той притежава всичко необходимо, за да постигне и най-смелите си амбиции. Темата остава същата, само стремленията са различни. Тъкмо обратното, смъртта винаги остава смътно усещане за тревога след съня. Макар и да става дума предимно за страх от това сънят да не се окаже пророчески, което е възможно, тези сънища трябва да се тълкуват по-скоро като предупреждения. Понякога е невъзможно да се избегнат трагичните събития, макар и те да са били съвсем ясно предсказани насън, както е могъл да установи бащата на един пилот-любител. В съня си той видял малък самолет, пилотиран от неговия син, да пада в морето. Той умолявал сина си да не са качва на самолета, но молбите му останали напразни, понеже синът отказал да повярва, че сънят може да се сбъдне. В крайна сметка онова, което можело да остане само предупреждение, се превърнало в трагично пророчество.

Психическа ваксинация

Когато неизбежното се случва след пророчески сън, сънуващият е поне частично подготвен за удара и може да се разглежда като ваксинирай срещу дълбока психическа травма. За щастие, повечето такива сънища са символични и показват по-скоро, че „жертвата“, трябва да се подготви да се изправи лице в лице с криза, изискваща всички усилия и цялото разбиране на сънуващия. Така например, сънят на моя приятелка, от преди години, се оказа много показателен. Когато дъщеря ѝ била на седем години, тя я видяла насън просната по гръб в някакъв 'трап, като удавник. Тя била с раираната си ученическа униформа и ученическата ѝ чанта сякаш я дърпала към дъното. Лесно можем да разберем, че този стар сън, отпреди близо двадесет години, символизира как училището и всичките му тегоби са представлявали непосилен товар за плещите на едно момиче по онова време. Когато сме наясно до каква степен духът на сънищата обича метафорите, за нас няма да е изненада, че сънищата ни често прибягват към темата на смъртта. „Жив ще го одера“ е често използван израз, който макар и обикновено да не бива да се приема буквално, дава чудесен материал, който по-късно идеално може да се използва в съня. Дотам че, когато някой наистина ни е много омразен, духът на сънищата ловко изважда от дълбините на подсъзнанието ни нашите образни квалификации за него, за да ни ги върне обратно под формата на послание.

Да видиш на сън човек, положен в ковчег, може да означава, че той е отговорен за своите проблеми, но също така, в зависимост от ситуацията, че чувствата му към нас са изстинали и че ние трудно понасяме този факт. Да видиш самия себе си като покойник, дори и да се появи някоя точно определена дата, означава, че разполагаме с ограничено време, за да изпълним дадена задача. Напротив, да сънуваш, че умираш, а после, че се възраждаш, бележи настъпването на края на даден период от живота и началото на нов.

Голи фигури

Да се разхождаш в прекалено окъсели дрехи или напълно гол, може да изглежда много смешно на сутринта, на събуждане, докато по време на съня усещането е толкова реалистично, че не е никак забавно. В миналото се е считало, че голотата символизира комплекс за вина от сексуално естество. Днес обаче се знае, че подобни сънища изразяват по-скоро страха на сънуващия да не се окаже „разголен“ публично или чувството на уязвимост, което го възпира да разкрие някои свои слабости. Дрехите представляват нашата външна фасада и хитрините, които прилагаме, за да прикрием вътрешното си Аз. Ако махнем дрехите, разголваме не тялото, а личните си тайни.

На практика голотата може да е чисто и просто предупреждение, сигнализиращо, че откровеничим излишно и разголваме прекалено личностната си същност. По времето, когато започвала нова връзка, една жена сънувала, че дрехите ѝ изчезват една подир друга, докато тя говорела на новия си приятел. Когато останала напълно гола, тя се събудила, силно притеснена. Сънят бил достатъчно красноречив и това я накарало да внимава повече при следващата им среща и да се въздържа да му се доверява прекалено, което би развалило отношенията им.

Пътуванията

Пътуванията често присъстват в сънищата ни, макар и само като една от съставните им части. Независимо от използваното превозно средство — влак, кораб, самолет, кола, колело или автобус, пътуването представлява пътя на вашия живот. Железопътните гари, автобусните спирки, аерогарите и бензинно-ремонтните станции са места, където трябва да спрете и да изчакате докато вземете решение коя посока ще поемете оттук нататък. Да изпуснете рейс означава, че не трябва да се безпокоите — пропуснали сте една възможност, но скоро ще дойде друга. В такъв случай посланието е следното: „Бъди търпелив и имай вяра в бъдещето“.

Помощ и оздравяване

Помощта и оздравяването могат да приемат много и разнообразни форми. Кошмарите, които обикновено се възприемат като лоши сънища, могат да са сами по себе си оздравителен процес. Онези, които задействат болестни и трескави състояния, водещи до ускоряване на метаболизма чрез силно изпотяване и ускоряване на сърдечния ритъм имат забележителни лечебни свойства. В крайна сметка енергията е ключът към всяко изцеление и ако по-долуописаният кошмар стана новина номер едно в британската преса през 1979 г., то той е само един пример сред множество други случаи, които никой не забелязва или които не са получили такава гласност.

Приятел на кучетата, излекуван от сън

Джордж Едуардс научил насън лека за тумора на мозъка, който парализирал лявата му страна. Стреснат от кошмар, той се събудил в болничното си легло и открил, че отново може да движи ръката и левия си крак. Г-н Едуардс, 64-годишен механик, бил приет в болницата в Ашфорд, Мидълсекс, след поставена диагноза за тумор на мозъка. По-късно бил прехвърлен в болницата Мидълсекс в Лондон, където сънувал, че на кучето му Руфус ще му бият инжекция. „Кошмарът беше толкова реалистичен, че бях наистина убеден, че Руфус ще бъде умъртвен чрез инжекция“ — разказва г-н Едуардс, когато се прибира у

дома си в Мидълсекс. „Събудих се с вик, усещайки как остра болка пронизва крака и лявата ми ръка. Медицинските сестри останаха изумени, когато ме видяха да ставам и да вдигам един стол. Лекарите заявиха, че никога не са виждали подобно нещо." Шест дни след кошмара, състоянието му се подобрило дотолкова, че можел да се прибере у дома. „Моето куче ме спаси. В съня си бях наистина дълбоко убеден, че кучето ми ще бъде убито и това за мен беше такъв шок, че ме накара отново да се движа" — добавил г-н Едуардс.

За да получим помощ и изцеление посредством сън е достатъчно съзнателно да предизвикаме лечебен сън, но в случая на г-н Едуардс, той сякаш се появява спонтанно. Следователно, ако е вярно, че оздравяването може да дойде само, без да бъде търсено, то тогава би било уместно да насочим съзнателно лечебната енергия към онази част, която е засегната, с цел да я възстановим по време на съня. Ако смятаме, че се нуждаем от по-специфичен цяр, то той ще ни бъде посочен насън. Обикновено тези сънища не се нуждаят от тълкуване, тъй като техните послания придобиват своето изображение в ежедневния ни живот като продължение на съня и се вписват във веригата от причинно-следствени връзки, която започва от изкуственото зараждане на съня както го доказва и следващият случай.

Лечение чрез сън

Човек, владеещ изкуството да сънува, страдал от треска в лека форма, но хронична, в продължение на цели шест месеца и лечението, предписано от лекаря не давало никакъв резултат. След като се концентрирал върху болестта и отправил молба към своя дух на сънищата, призовавайки го да му предложи подходящия лек, му се явил следния сън: Той минавал покрай някакъв магазин и на витрината забелязал стъклена бутилка с етикет: „Тоник". Когато се събудил, той си помислил, макар и без много-много да си вярва, че ако си купи от аптеката нещо тонизиращо, то може би ще свърши работа. Докато вървял натам, той минал покрай магазин за безалкохолни и спиртни напитки и на витрината му забелязал бутилка с етикет: „Тоник" (Газирана водар Tonic Water). Той закупил половин дузина, отказал се от намерението си да ходи до аптеката, върнал се у дома и се заел да пие бутилките една по една. Същата нощ, за първи път от шест месеца насам, той нямал температура. В действителност, водата, която бил купил, съдържала хинин, лекарство, успешно прилагано при малария и треска. След един месец лечение с нея той почувствал, че температурата е напълно и трайно спаднала, но той продължил да си държи винаги под ръка по една бутилка от напитката за всеки случай.

Психологическа помощ

Ние можем да помагаме сами на себе си в психологически план благодарение на сънищата си, ако истински го желаем, но обикновено, ние скептично отхвърляме тази идея, защото това би накърнило нашето чувство за гордост. Две приятелки наскоро се били разделили поради някакво разногласие, което с всеки изминат ден все повече се задълбочавало и това било особено болезнено за едната от тях, която не виждала изход от възникналия конфликт. За щастие, тя се обърнала към съня с молба да ѝ донесе решението и след три нощи на очакване той ѝ се явил. Тя се видяла в градината да наблюдава как тежки буреносни облаци се скупчват над главата ѝ. В едно кътче на градината имало брадва, подпряна на дърво и тя посегнала и я взела. Тогава брадвата се превърнала в лопата, с която тя се заела да копае дупка. След като свършила с това, тя поставила в трапа брадвата, превърната в лопата и я затрупала с пръст. Отговорът на молбата ѝ бил символичен: трябвало да зарови томахащата на войната. Посланието е ясно и все пак тя сама трябвало да реши дали ще последва съвета или не.

Еволюиране на сънищата

Последиците от съня могат да се окажат окончателни и безапелационни, както видяхме от случая със съня на Фараона, Проследявайки историята до момента на въпросното събитие, установяваме, че сънят е в основата на по-голямата част на колективната история на

човечеството. Нашите собствени сънища могат да въздействат също така и на ниво отделен индивид. Понякога приемствеността остава незабелязана, но друг път причинно-следствената връзка е очевидна, както е случаят с човека, сънувал бутилката с напитка, която щяла да го излекува или в случая с жената, която сънувала чадър и се сетила за забравена любовна среща. Кой може да каже накъде ще ни понесат крилете на съня?

Ако даден сън ни направи необичайно впечатление и особено ако в него се яви човек, който не можем да разпознаем или когото не можем да асоциираме с никой аспект от собствената си личност, ние трябва непременно да се върнем към него през деня и да се опитаме да открием самоличността на този човек. Ние сме го създали в съня си и нашият дух на сънищата трябва да знае какво представлява той. Затова трябва да възстановим мислено сцената и когато човешкият образ се появи отново, да му поставим ребром въпроса кой е той.

При все това не трябва да забравяме, че този образ не е задължително точно определена личност и че той може да е само продукт на нашето въображение, който изобразява страх или специфичен проблем, тъй като именно това е задачата на духа на сънищата. Традиционната символика често представя смъртта чрез образа на жена, леко прегърбена и загърната в наметало и това е първата ни отправна точка. Ние наричаме непрестанно различни хора жалки, невъздържани или окаяни, за да ги охарактеризираме с черти, които смятаме, че притежават и така те могат да влязат в сънищата ни точно с тези описания. В момента, в който определите основната черта на образа от вашия сън, едновременно с това ще разпознаете и човека, който се крие зад него.

Опрощението и съня на палача

Един от най-впечатляващите сънища, които някога съм подлагал на анализ, ми бе разказан от мъж, който излежаваше доживотна присъда заради това, че в пристъп на ревност бе убил жена си. В съня, който се повтарял отново и отново в продължение на дълги месеци, той преживявал многократно една и съща сцена, възпроизвеждайки най-подробно убийството и смъртта на жена си. После, тъй като той изпитвал ужас от това, което е сторил, раната бавно зараствала и се превръщала в белег, който постепенно се заличавал до пълното възстановяване на жена му. На пръв поглед става ясно, че обзет от угризения на съвестта, той се разкайвал за стореното и осъществявайки на сън желанието си, се опитвал да поправи злото. Все пак не вярвам, че нашият дух на сънищата е толкова наивен, за да смята за възможно да върне времето назад. Затова скритият смисъл на този сън трябва да се търси по-скоро в неговото разкаяние.

Изигравайки отново сцената на действителната случка на убийството, мъжът преживява отново подробностите на злодеянието, а после сам предлага като продължение символичното изцеление на жена си. Според мен това означава, че тя му е простила за стореното. Рядко можем да дадем сами на себе си опрощение, но благодарение на един сън и на героите, които той изкарва на сцената, били те покойници или живи, може би в крайна сметка можем да получим прошка от другите.

Сънищата и реалният живот

Сънищата ни говорят за реалния живот, точно както животът ни говори за сънищата. Няма значение колко грешки допускаме, щом те ангажират единствено самите нас и щом от тях извличаме полезни уроци, тъй като опитът е този, който ни учи как да постъпим. Сънищата, най-ценният дар, който можем да си поднесем сами на себе си, ни позволяват да стигнем по-бързо до това прозрение, при условие, че му признаем способността да ни носи сила и мъдрост. Необходимо е също така да приемем, че по своето естество, те са еднакви за всички хора. Всички ние имаме пророчески сънища, предупредителни сънища, сънища, изпълнени със страхове, сексуални сънища и всички други възможни форми на сънища. Само съотношението между всички тези категории варира, в зависимост от нашия начин на

живот и от нуждата, която изпитваме от тях. Ако сме доволни от съдбата си и не си поставяме глобални космически въпроси, ние и не получаваме такива значими отговори, понеже нашият дух на сънищата не вижда смисъл да се мори да ни носи такива послания. И обратното, ако искрено търсим решения на творчески и оригинални въпроси, каквито са си поставяли професор Кекуле, Леонардо да Винчи и много други велики личности, тогава ние можем да очакваме от сънищата си така жадуваните от нас отговори-прозрения.

ШЕСТА ЧАСТ

РЕЧНИК НА ЗНАЦИ И СИМВОЛИ В СЪНИЩАТА

„Добрият тълкувател на сънища е онзи, които умее да долавя сходствата.“

Аристотел

В сънищата приликите и сходствата са ситуации, в които група от елементи представляват друга такава, посредством парабола, предаваща посланието завоалирано. Сънищата имат свой език, но използват и безброй готови думи, игри на думи и изрази, употребени така ловко, че след като вече сме разбрали какво иска да ни каже нашият дух на сънищата и след като сме доловили словесните прилики, този аспект на сънищата бързо става очевиден. Да вземем например думата „изоставяне“ от нашия речник, която красноречиво илюстрира това. Тя означава състояние, в което сънуващият е изгубен или изоставен и макар думата „изоставяне“ сама по себе си да не се появява в сценария на съня, тя може да обобщава общия смисъл на сцената. Така тя предупреждава *буквално*, че сънуващият е изложен на опасността да бъде изоставен или *символично*, че той има нужда от уединение и независимост, за да осъществи мечтата на своя живот. Единствен авторът на съновидението може да прецени кое от двете тълкувания трябва да приложи във своя конкретен случай така, че посланието най-точно да съответства на собственото му състояние.

Колкото и пълен да е един речник на сънищата, той никога не може да даде цялостния и изчерпателен смисъл на даден сън. Той не може да преведе езика на сънищата посредством обикновения говорим език, понеже това не е като да се замести една дума с друга в превод от английски на френски език, например, и именно в това се състои разликата между превода и тълкуването. Тъкмо обратното, речникът на сънищата) може да ви даде буквалния, символичен или метафоричен смисъл на даден символ, както и да насочи вниманието ви към възможни игри на думи.

Буквалният смисъл на един знак може да бъде! метафоричен или съвсем дословен и в този случай той не се нуждае от никакво специално разяснение. Белезниците, например, сочат, че сънуващият се чувства ограничен в действията си от някаква ситуация и толкоз — нищо съществено не можем да добавим. Обратно, съществуват множество символи, които са ни предавани от още от най-дълбока древност от тълкуването на писмени свидетелства за сънища върху паметници и стели на египтяни, вавилонци, индийци и китайци. Други са били трупани през вековете едновременно с развитието на човешката раса и разширяването на хоризонтите на човешката миел. В настоящия речник давам също и символичния смисъл, извлечен от психологичните, социологични и първообразни тълкувания, както-и на някои новооткрития капо самолета, НЛО-то и компютъра.

Въпреки това, индивидуалният смисъл на всяка дума е от много по-голямо значение отколкото каквото и да било определение, дадено от речник. Духът на сънищата хубавичко си играе с всичко, което му е под ръка и умело използва дори думи от ежедневието ни живот. При все това той прилага смисъла на тези думи като функция на своя личен опит. свързан с тях, използва ги в зависимост от собствените си преживявания. Именно по тази причина всеки от нас гледа на живота различно, по своему и така нашите сънища се превръщат в неповторими произведения на изкуството.

СМИСЪЛ И ЗНАЧЕНИЕ НА ЕНАЦИТЕ И СИМВОЛИТЕ В СЪНИЩАТА

Съкращения:

Буквално: букв.

Символична: симв.

Каламбур: кал.

Метафорично: мет.

Абатство *симв.* Обител на душата. Закрила. Възвишени идеали. Несъкрусима вяра.

Австралия *симв.* Младежки сили и неизползвани възможности.

Автобус *симв.* Съдбата. Спирките на автобуса са периоди на почивка и нужда от поемане в нова посока.

Агне *симв.* Посвещаване в тайните на езотеризма.

Ад (Пъкъл) *симв.* Мрачно бъдеще.

Адам и Ева *симв.* Физическо и духовно наследство. Един от най-щастливите сънища, предизвестници на хармония в живота.

Азия *симв.* Тайнство и романтика.

Айсберг *симв.* Пазете се от онова, което се крие под повърхността,

Акробат *симв.* Ще се справите с трудностите, като ги заобиколите.

Актьор (актриса) *симв.* Пазете се от лицемерни хора.

Албатрос *симв.* Добро бъдеще.

Алигатор *симв.* Опасно съперничество.

Америка *симв.* Двойнственост. Раздвоеност.

Аметист *симв.* Душевен покой.

Амулет *симв.* Знак за подкрепа.

Анаграма *симв.* Скрит, таен смисъл.

Ангел *симв.* Вестоносец н; сънищата.

Армия *симв.* Противопоставяне и липса на подкрепа.

Арфа *симв.* Келтско влияние. Хармония.

Ас *симв.* Сполука, успех, награда.

Асансьор *симв.* Ако се изкачва нагоре — вдъхновени мисли. Ако слиза — слизане от облаци, но без много сътресения.

Асо каро *симв.* Успехи в нови професионални изяви.

Асо купа *симв.* Успех в любовта и приятелството.

Асо пика *симв.* Внимание! Почти непреодолимо препятствие.

Асо спатия *симв.* Финансова сигурност.

Аспержи *симв.* Предната позиция е опасна, затова останете по-назад, заедно с всички останали.

Астма *букв.* Опасност за здравето, *симв.* Потиснати стремежи и възторзи, състояние,

прерастващо в чувство на неудовлетвореност.

Астроном *симв.* Гледайте много надалеч в бъдещето.

Атака *букв.* Внимание — физическа опасност. *симв.* Нужда от физическа закрила.

Атоми *симв.* Ще ви осени прозрение за важен детайл, разплитащ дадена ситуация.

Африка *симв.* Скрити възможности. Социално израстване.

Багаж *симв.* Предстоящо пътуване. Лични вещи. Трудна съпруга. Повърхностен характер, който може да попречи на израстването ви.

Бадем *симв.* Горчивина. Но също така изцеление.

Базар *симв.* Неочаквана сполука или придобивка.

Балет *симв.* Частична утеха.

Балкон *симв.* Овладейте положението.

Барабан *симв.* Послание, изискващо особено внимание и проникновение.

Барбекю *симв.* Перспектива за многобройни вечерни тържества.

Бариера *симв.* Скрита пречка, *букв.* Очевидно препятствие.

Басейн *симв.* Символ на подкрепа и подмладяване.

Басни *симв.* Лъжи.

Баща *симв.* Мъжкото начало. Властници. Авторитарни хора. *букв.* Бащата.

Бебе *симв.* Правите ново откритие. Голяма възможност за бъдещето.

Безсилие, немощ *симв.* Езенадеждно положение, невъзможност да сторите каквото и да било.

Белег *симв.* Стара, незарастнала емоционална рана.

Белезници *симв.* С вързани ръце сте.

Библия *симв.* Търсете истината.

Бижу *симв.* Душевно богатство.

Бик *симв.* Разярен човек. Груба сила.

Билки *симв.* Нуждаете се от помощ и от грижи.

Билков чай *симв.* Мисли, които ви действат оздравително.

Бисквити *симв.* Сладки спомени.

Битка *симв.* Сражение за вярната кауза. Отбрана, а не нападение.

Близнак *симв.* Анализирайте двете страни на проблема. Най-общо двойственост.

Бобър *симв.* Усилен труд, съответно възнаграден.

Бог *симв.* Вашата лична представа за Създателя.

Богатство *симв.* Мъдрост, натрупана от собствения ви опит.

Боеприпаси *симв.* Опасно доказателство, което оборва вашите аргументи.

Болест *букв.* Лазете се от здравословни проблеми.

Болка *симв.* Предупреждение за здравословни неприятности и проблеми.

Болница *симв.* Убежище, подслон, гостоприемство. Нужда от почивка.

Бонбони *симв.* Любовници и обожатели от другия пол.

Бор *симв.* Келтски оракул.

Боси крака *симв.* Когато сте в затруднено положение, действайте предпазливо.

Брада *симв.* Сила на убеждението. Прикритие.

Брадва *симв.* Разногласие с приятели и познати.

Брат *симв.* Привърженик от мъжки пол.

Братовчед *симв.* Ще получите помощ от роднина или близък приятел.

Бременност *симв.* Зародили са се идеи, но само времето ще покаже дали ще бъдат осъществени.

Бродерия *симв.* Пазете се от карикатурим преувеличения.

Бръшлян *симв.* Трайни чувства и дълбока привързаност.

Букет *симв.* Възнаграждение. Награда.

Булдог *мет.* Внимавайте да не се опарите, *симв.* Закрила и защита.

Булка *симв.* Непосветеност в тайните. Ултраженското.

Було, воал *симв.* Близко сте до истината, но трябва да я разбулите.

Бумеранг *симв.* Неочакван обрат.

Бутилка *симв.* Ограничение и задръжки, *кал.* Остаряване.

Бъчва, буре *симв.* Финансова сигурност.

Бюро *симв.* Стаята на Паметта в Обиталището на Душата.

Бял имел (паразитно растение по дъба) *симв.* Пазете се. Дебне ви опасност.

Бяло *симв.* Одухотвореност. Комбинация от всички лечебни цветове.

Ваканция *симв.* Можете да бъдете горд от себе си.

Вампир *симв.* Човек, който изпива силите и енергията на другите.

Вар *симв.* Прикритие, камуфлаж.

Велосипед *симв.* Успех, който се дължи на физически усилия. Труд, с който ще постигнете поставената цел.

Вентрилок *симв.* Проучете и проверете колкото е възможно по-добре достоверността на някои източници на информация.

Верига *симв.* Силна привързаност.

Весло *симв.* Трябва сами да положите усилия.

Вечер *букв.* Вечерен час. *симв.* Старост.

Викарий *симв.* Знак на православната религия.

Вино *симв.* Добро здраве, щастие и благополучие.

Височина *симв.* Гледайте на живота по-философски.

Вкаменелост *симв.* Много стар или излязъл от мода човек.

Влак *симв.* Индивидуално и колективно пътешествие през живота. Пътувате между сцени и събития.

Влечуго *симв.* Лош човек, който обаче няма шанс.

Вода *симв.* Подсъзнателното. Дълбоки и искрени чувства. Водите на живота.

Война *симв.* Противоречия и агресия.

Войник *симв.* Войната се води вътре във вас и извън вас. Внимавайте!

Врабче *симв.* Бездомно, улично хлапе. Гаврош.

Врат *симв.* Не поемайте рискове.

Вулкан *симв.* Очаквайте всеки момент изригване на чувствата.

Въглища *симв.* Запаси от голяма енергия и потенциални сили.

Въже *симв.* Силна привързаност към човек или място.

Въздух *симв.* Вдъхновение.

Възел *симв.* Деликатни и объркани чувства, които се нуждаят от изясняване.

Вълк *симв.* Пазете се, идват трудни времена.

Вълна *симв.* Зашита срещу словесни нападки.

Върба *симв.* Семейни проблеми, свързани с болка и временно разочарование.

Въртяща се врата *симв.* Пропуснали сте сгодни случаи в миналото.

Вътрешности *симв.* Гадателство и магьосничество.

Въшки *симв.* Полагайте повече грижи за външността си.

Вятър *симв.* Вятърът като природен елемент. Пазете се от клюки и недискретност.

Галоп *симв.* Ритъмът на вашия живот се ускорява.

Гамаша *симв.* Чудесно предзнаменование за влюбените.

Гара *симв.* Спрете се и помислете преди да продължите пътя си.

Гараж *симв.* Защитни и предпазни мерки, които ще осигурят върната посока на развитие в живота.

Гарван *симв.* Влияние на келтската мистика.

Гвоздей *симв.* Когато е свързан с положени усилия, означава успех. Внимавайте за затруднения, идващи отвън.

Гигант *симв.* Деспотична личност. Чувство за малоценност.

Глава *симв.* Интелект, логика и познания.

Глад *симв.* Остра нужда от проумяване на истината. Очакват ви тежки времена.

Глиган *симв.* Много ограничен, глупав човек.

Глог *симв.* Бог Бран.

Глухота *симв.* Блажени са невежите. Колкото по-малко знаеш, толкова по-добре за теб.
мет. По-добре глух по природа отколкото глух за истината.

Гнездо *симв.* Закрила срещу агресията на външния свят. *букв.* Домашното огнище

Гном (джудже) *симв.* Символ на елемента Земя. Пазител на семейното огнище и на личната собственост.

Годишнина *симв.* Период, благоприятен за честване и спомени.

Гол човек *симв.* Ако не внимавате, ще разкриете тайните си. *симв.* Чувство за вина.
Голата истина.

Голф *симв.* Човек сам определя живота си. Недъг.

Гора *симв.* Не се впускайте в подробности, които ще ви отклонят от основната цел. За да видите гората, не се вглеждате в дърветата.

Горчица *симв.* Няма нищо невъзможно.

Гост *симв.* Може би сте известявани от ангели без да го знаете.

Готвене *симв.* Пускате в ход плановете си.

Градина *симв.* Индивидуална среда. Вашата лична Райска градина.

Граната *симв.* Внимание! Опасна ситуация. Всичко може да се взриви.

Грейпфрут *симв.* Нужда от здравословна храна и физическо пречистване.

Гривна *симв.* Съюз и единство.

Гроб *симв.* Не се оставяйте във властта на чувствата.

Гробище *симв.* Всички неволи ще бъдат преодолени.

Грозде *симв.* Богатство и изобилие.

Гръд, гърди *симв.* Кръвни братя. Тясна връзка.

Гръмотевица *симв.* Боговете ви предупреждават.

Гугутка *симв.* Градска или провинциална среда. **кал.** Наивен човек.

Гушер *симв.* Човек, който изглежда опасен, но всъщност не е.

Гъби *симв.* Допир със загадъчното, мистичното.

Гълъб *симв.* Необходимост от лична саможертва, която ще ви донесе душевен мир.

Гърбав човек *симв.* Перспективи за по-добри времена.

Гърция *симв.* Митове и мистерии.

Гъска *симв.* Придобивки и пари. *кал.* Глуповат човек.

Дамска чанта *букв.* Лични вещи. *симв.* Лични хрумвания и мнения.

Дантела *симв.* Тайна забранена любов.

Двигател *симв.* Енергията, която ви движи напред.

Движещи се пясъци *симв.* Внимание — дебне ви опасност!

Джинджифил *симв.* Солта на живота.

Диаманти *симв.* Вашето Аз в своята цялост, с всичките му страни.

Дивечово месо *симв.* Някой се издига над социалното си ниво.

Дим *симв.* Предупреждение за приближаващи опасности и неприятности.

Дихание *симв.* Учестено дишане — опасност от здравословни проблеми.

Добитък *симв.* Ако се появяват и вървят към теб — удовлетворение. Ако ги караш по пътя — необходимост от усилия, насочени в една-единствена посока.

Документ *симв.* Пазете се от мъгляви, неизяснени проблем със закона.

Долина *симв.* В момента нямате избор, но поне пътят ви е открит, макар и дълъг.

Дракон *симв.* Земна енергия. Първообраз на земните сили.

Дрехи, облекло *симв.* Фасада, външен вид на личността и на характера.

Дрипи *симв.* Неблагоприятна ситуация, която може да бъде преодоляна благодарение на положени усилия.

Дрога *симв.* Внимание! Мамят ви и ви заблуждават.

Дупка *симв.* Скрита клопка.

Дъб *симв.* Силно сърце. Въздействие на друид (галски жрец).

Дъжд *симв.* Той измива кашите страхове, тревоги и грижи. Възстановявате формата си.

Дългове *симв.* Неблагоприятна карма. Побързайте да оправите положението и бързо поемете нещата в свои ръце.

Дървета *симв.* Семейни въпроси.

Дъщеря *симв.* Женското в Аз-а. Вечната младост.

Дявол *симв.* Пагубно влияние. Зли сили.

Евангелие *симв.* Призивът на Бог. Търсене на истината.

Еднорог кон *симв.* Извор на чистота, знак на непорочност и символ на алтруистична вяра.

Езда *симв.* Язденето на каквото и да било животно означава овладяване на човек, талант или преодоляването на някакъв недостатък.

Езеро *симв.* Плувате с лекота по вълните на живота. Чакат ви по-добри времена

Екватор *симв.* Уравновесеност. Също и пояс, обиколката на талията.

Експедиция *симв.* Проучете всички възможности. Задълбайте и в най-дребните подробности и не пестете усилия.

Експлозия *симв.* Очаквайте ненадеен удар или изненада.

Електричество *симв.* Прилив на енергия.

Елен *симв.* Закоравял ерген, задиращ жените.

Елф *симв.* Природен дух. Вестоносец в сънищата.

Епископ (владика) *симв.* Блясък, суета. Надут пуяк. Уважение, преминаващо в страхопочитание.

Ехо *симв.* Не копирайте поведението и странностите на другите, нито техните идеи.

Ечемик *симв.* Израз на здравословното ви състояние.

Жаба *симв.* Преображение на личността, *симв.* Философът и магическият камък.

Жарава *симв.* Надежда, амбиция и съпротива срещу упадъка.

Жасмин *симв.* Женски качества.

Железария *симв.* Не оставяйте другите да вършат прекалено много неща вместо вас.

Железница *симв.* Животът бързо отминава. Пътят на съдбата.

Желязо *симв.* Сила и издръжливост. Силна воля. **Женитба** *букв.* Венчавка, женитба, брак. *симв.* Свързване на противоположности. Мистичен съюз.

Жертвоприношение *симв.* Направете саможертва.

Животни *симв.* Примитивни човешки инстинкти. Страхът от дадено животно сочи слабо самопознание. Виж значението на всяко отделно животно.

Жилище, дом *симв.* Човекът в своята съвкупност от сърце, душа и разум.

Жираф *симв.* Не проявявайте прекалено любопитство.

Жито *симв.* Плодородие и изобилие, кал. Пари.

Жокей *симв.* Непоследователен и изменчив човек. **Жонгльор** *симв.* Премислете отново плановете и намеренията си.

Жребий *симв.* Зловредно влияние на нещо или някого.

Жури *симв.* Мнозинството винаги греша.

Жълто *симв.* Скоро слънцето ще изгрее и за вас и ще облекчи товара ви.

Жълд *симв.* Големи възможности за развитие в бъдеще. Дружно семейство.

Жътва *симв.* В крайна сметка жънете успехи и победи.

Завеса, перде *симв.* Пречка, която не ви позволява да гледате напред в бъдещето.

Завод *симв.* Общо мислене, повтарящи се мисли.

Задушаване *симв.* Предупреждение за здравето.

Заек *симв.* Мистична диря.

Закуска *симв.* Благотворително дело.

Залив *симв.* Плодовете на усилен труд.

Замък *симв.* Обиталището на Душата.

Запад *симв.* Атлантида и надежда за човечеството.

Запушалка *симв.* Неприятностите ще бъдат преодоленни.

Затвор *симв.* Пречат ви норми и ограничения, които сами си налагате.

Затъмнение (слънчево) *симв.* Внимавайте да не засенчвате някого, явно с вас не постъпват така.

Захарно цвекло *симв.* Лековита мисъл или храна.

Звезда *симв.* Рождество. Раждане.

Зверове *симв.* Хералдически и митологични зверове, представляващи силата на първообразите.

Зебра *симв.* Шансовете за успех са 50 на сто.

Зеле *симв.* Недостатъчна активност. Вие просто вегетирате.

Зелен грах *симв.* Скоро ще ви се наложи да направите избор — труден, но необходим.

Зелено *симв.* Душевно спокойствие и уравновесени мисли.

Зеленчуци *симв.* Насъщни нужди, които пренебрегваме с лека ръка.

Земетръс *симв.* Внимание! Предстоящи сътресения и промени.

Земя *симв.* Първични инстинкти. Майчинска утеха. Основни житейски правила,

Зима *симв.* Време на спокойствие и отдих.

Зимник *симв.* Ужасни ограничения, които трябва да превъзмогнете колкото се може по-скоро.

Злато *симв.* Знак за съвършенство.

Злина *симв.* Зловредни разрушителни влияния.

Змии *симв.* Изобразяват физическата, психическата и духовната енергия. Следователно

— сексуални пориви, амбиции, емоции и оздравителни процеси.

Змиорка *симв.* Признак за щастлива любов.

Знаме *симв.* Родолюбие. Дух на обединение и съюз.

Зодиак *симв.* Славата и съдбата са заложени на карта.

Зоологическа градина *симв.* Светът, населен с всички възможни характери и темпераменти на човешката раса.

Зъби *симв.* Етаните от живота, свързани с промените, настъпващи от най-ранно детство до дълбока старост.

Зърно (зърнени храни) *симв.* Каквото сте носели, това и ще пожънете.

Иглика *симв.* Сърдечни дела, на които трябва да отделите повече внимание.

Идиот *мет.* Не допускайте да ви вземат за малоумен.

Изба *симв.* Страхове и мрачни мисли. Подземието на Обиталището на Душата.

Изгаряне *симв.* Неприятности, които сами сте си навлекли.

Изгубен човек *симв.* Несигурност. Колебливост. Липса на планове за бъдещето.

Изкачване *симв.* Прогрес Възможности за преодоляване на проблемите.

Измамник *симв.* Останете верен на себе си.

Изнасилване *симв.* Отбягвайте всички, които ви причиняват и най-малката грижа или страх.

Изневяра *симв.* Вж. Прелюбодеяние

Изобилие *симв.* Емоционално и психическо богатство.

Изоставяне *симв.* Необходимост от независимост. *букв.* Вие сте или ще бъдете самотен, изоставен.

Изток *симв.* Не предприемайте нищо. Отдайте се на почивка.

Изгравниче *симв.* Заслужен успех.

Изумруд *симв.* Действайте предпазливо и почтено. Мощно въздействие.

Икона *симв.* Нечий свят образ.

Имунизация, ваксина *симв.* Посвещение и житейски опит.

Ирис (перуника) *симв.* Цвете, изобразяващо богинята Ирис, пратеник на боговете.

Исус *симв.* Закрила и благословия на боговете.

Йерусалим *симв.* Вечна надежда.

Кадифе *симв.* Внимавайте какво се крие под лъскавата външност, *мет.* Пазете се от желязната ръка, облечена в кадифени ръкавици.

Казино *симв.* Това е моментът да опитате късмета си.

Кайсия *симв.* Добро здраве и късмет.

Кал *симв.* Елементите земя и вода. Емоции. Обратната страна на медала.

Календар *симв.* Загрижени сте за идващите събития.

Калинка *симв.* Малък успех.

Каменна кариера *кал.* Тежък занаят, *симв.* Не пестете усилия, за да откриете

истината.

Камера *симв.* Пазете тайните си само за вас!

Камила *симв.* Очаквайте изненада.

Камъни *симв.* Собственост на гномите! Оставете, ги на мира. Не нарушавайте хода на природата.

Канал *симв.* Всичко, което има отношение към раждането и акуширането.

Канарче *симв.* Предвестник за щастие, но в ограничени размери.

Канибал *симв.* Саморазрушение.

Кану *мет.* Трябва да гребете сам. *симв.* Необходими са независимост и самоувереност.

Каньон *симв.* Вж. Морска бездна

Капитан *симв.* Обществено израстване, но и повече отговорности.

Капчук *симв.* Пазител на метапсихическото.

Карамфил *симв.* Възраждане както и превъплъщение. Ново начало.

Карта (географска) *симв.* Съдбата и бъдещето са поставени на карта.

Карти (за игра) *симв.* Играта на карти представлява играта на живота.

Картина *симв.* Буквално или символично послание.

Картичка (пощенска) *симв.* Скоро ще получите кратка вест.

Картофи *симв.* Елементарни реакции на елементарни проблеми.

Карфиол *симв.* Предстои разведряване в семейните отношения.

Касапин *симв.* Внимавайте с новите запознанства.

Каска *симв.* Тевтонско влияние.

Катедрала *симв.* Възвишени идеали.

Кафяво *симв.* Шансове за финансов успех.

Качулка *симв.* Смърт.

Квадрат *симв.* Стабилност и безусловна подкрепа.

Квартет *симв.* Четирите елемента в природата. Четирите страни на живота.

Кедър *симв.* Наследство от Келтите.

Кей *симв.* Направете всичко възможно преди да се е разразила бурята.

Кенгуру *симв.* Човек, който трудно може да бъде хванат на тясно.

Кехлибар *симв.* Магнетично привличане.

Килер *симв.* Освободете се от абсурдните си мисли, *симв.* Емоционални и умствени запаси.

Килим *симв.* Възвишено съзнание.

Кислород *симв.* Вдъхновени мисли. Жизненост.

Кит *симв.* Женското Аз. Утробата на Майката природа.

Китай *симв.* Символ на Будизма.

Кладенец *симв.* Дълбоки чувства. Извор на вдъхновение.

Клетка *симв.* Животни в клетка означава задръжки и ограничения.

Клоун *симв.* Приемайте нещата по-насерiously.

Ключ *симв.* Ще намерите разрешение на проблема.

Ключалка, брава *симв.* Ще се сблъскате с пречки, освен ако ключът не е в ключалката.

Книга *симв.* Извлекете полза от опита на другите.

Ковач *симв.* Физически сили. Пратеник на боговете.

Ковачница *симв.* Постоянство.

Ковчег *симв.* Безизходица.

Кожа (животинска) *симв.* Материалистичен израз на липса на късмет.

Коза *симв.* Различавайте приятели от врагове.

Кокошка *симв.* Черна кокошка — саможертва, себеотрицание. Бяла кокошка — успех. (Вж. Пиле)

Коледа *симв.* Отпуснете се и се насладете на мига.

Коледни песни *симв.* Предстои ви успешна и щастлива година.

Колело *симв.* Има опасност да се въртите в кръг. Колелото на времето.

Коленичил човек *симв.* Засвидетелствайте уважение към хората около вас.

Колибка за куче *букв.* Кучешка колибка, *симв.* Привързаност към дома.

Коляно *симв.* Среща с важна личност.

Комета *симв.* Пазете се от приближаващи неприятности и прекеждия.

Коминочистач *симв.* Венчавка, бракосъчетание и семейно щастие.

Компютър *симв.* Мозъкът.

Кон *симв.* Силата и енергията, които ви водят.

Конец *симв.* Съдба и карма.

Конник *симв.* Рицарски подбуди и чувства.

Конско копито *симв.* Пазете се от лъжци и измамници.

Коприна *симв.* Богатство и лукс. Китайско влияние.

Копчета *кал.* Кожни заболявания, *симв.* Използвайте интелекта си. Изгубено копче предупреждава за неразумни разхищения на средства.

Кораб *симв.* Съдбата, люшкана от спокойните или бурни води на живота, *симв.* Личността в своята цялост, когато нещо не е сигурно и ти се струва, че си претърпял пълен провал.

Корали *симв.* Внимавайте, възможна опасност при пътуване по вода.

Корем *букв.* Здравословни проблеми, *симв.* Уязвимост.

Корени *симв.* Стабилност, вяра и сила.

Корона *симв.* Слава, успех и признание.

Кос *симв.* Предупреждение. Влизате във владение на някаква територия.

Коса *симв.* Сексуална сила.

Кост *симв.* Основни принципи.

Костенурка *симв.* Оракул. Случайността ще ви подсказе верния отговор.

Котва *симв.* Силна привързаност към човек или място.

Котенце *симв.* Потенциална възможност за осъществяване на амбициите.

Котка *симв.* Метафизичното.

Кошер *симв.* Активност, действие и работа в екип.

Кошница *симв.* Вместилище на ума, който съдържа добрата воля към другите.

Крава *симв.* Човек с телешки характер.

Крадец *симв.* Страх и несигурност.

Кражба *симв.* Признайте грешката си и без отлагане поискайте прошка, *симв.* Звездите ви закрилят. Възможност да се издигнете над материалните проблеми.

Крак *симв.* Устойчивост и равновесие.

Крале, царе *симв.* Ако сте до някоя кралска особа или член от кралското семейство — разбираме и осъзнаване на природните сили и ролята, която играете в подредбата на нещата.

Краставица *симв.* Оздравяване, възстановяване от болест.

Краят на света *симв.* Рухването на империята на личността.

Кристал *симв.* Мистика и изцеление.

Крокодил *симв.* Внимание! Нечиста сделка.

Кръв *симв.* Метафизическа енергия.

Кръвоизлив *симв.* Загуба на енергия.

Кръвосмешение *симв.* Нездрава емоционална връзка.

Кръст *симв.* Закрила. Първообразен символ на християнството и на четирите елемента на сътворението: вода, земя, огън и въздух.

Кръстник *симв.* Закрила и доброжелателност.

Кръстница *симв.* Закрила и доброжелателност.

Кръстовище *симв.* Скоро ще ви се наложи да вземете важно решение.

Кръщение *симв.* Ново начало. Прошка.

Ксилофон *симв.* Живейте в хармония с живота и с хората.

Кука *симв.* Не се оставяйте да ви заблудят с комплименти. Знак за опасност.

Кукумявка *симв.* Женската мъдрост. Бяла магия. Вълшебници. Богинята Атина.

Кула *симв.* Големи амбиции, които могат да се окажат нереални.

Куршум *симв.* Предупреждение за словесни престрелки.

Кутия *симв.* Не си оставяте достатъчно свобода на действията.

Кухня *симв.* Домашни занимания. Домакинства-не.

Куче *симв.* Приятел.

Къртица *симв.* Потърсете убежище на безопасно място, докато опасността премине.

Къща *симв.* Обиталище на Душата.

Лабиринт *симв.* Налага ви се да разгадате някаква тайна.

Лай *симв.* Предупредителен знак за приближаваща опасност.

Лакът *симв.* Спите в непознато чуждо легло.

Лебед *симв.* Знакът на Бялата Богиня.

Легло *симв.* Секс и облекчение. Легло в пламъци означава брачни проблеми.

Лед *симв.* Пълна липса на чувства.

Лекар *симв.* Авторитетна личност, към която ще се обърнете. Лечителят дреме във вас.

Лешояд *симв.* Конкурент, готов на всичко, за да изчака своя пай.

Лилия *симв.* Знакът на Светата троица.

Листо *симв.* Когато е на дървото, означава благополучие, преуспяване. Когато е на земята — очаквайте трудни времена.

Литургия (меса, богослужение) *симв.* Оздравителен процес и прилив на енергия.

Лица *симв.* Хора. *букв.* Хипнотично въздействие.

Лодка *симв.* Леко, но отегчително пътуване.

Лоза *симв.* Духовно наследство.

Локва *симв.* Щастливи чувства и вълнения.

Лук *симв.* Предпазване от физическа болестка. *симв.* Лечебни и защитни сили.

Луна *симв.* Контролирайте чувствата си.

Лъв *симв.* Силна и храбра личност.

Лъжица *симв.* Необходимост да се погрижите за себе си.

Люлка *симв.* Ако е празна, показва ненаситни желания. Бебе в люлката означава бъдеща награда.

Магазин *симв.* Труден избор и трудно решение. Продават идеите си на други.

Магаре *мет.* Внимавайте как се държите пред хората!

Магданоз *симв.* Женско господство.

Магнит *симв.* Зовът на сексуалните нагони и прелъстяване.

Магьосница *симв.* Разочарование от хора и ситуации.

Магьосничество (Омагьосване) *симв.* Подвластен сте на чужда воля.

Майка *букв.* Майката, *симв.* Майчински инстинкт, закрила и съчувствие. Женска власт.

Маймуна *симв.* Внимание! Регрес в личностен план или в житейските ситуации. Лукав, неискрен човек, но забавен.

Мантия *симв.* Знак за закрила.

Манто *симв.* Защита срещу външния свят.

Маргарита *симв.* Знак на обич и привързаност. Нежност, *кал.* Жена, носеща това име.

Марионетка *симв.* Внимание! Някой дърпа конците.

Маруля *симв.* Проблемите ви са краткотрайни и преходни.

Маса *симв.* Олтар, на който са положени вяра и надежди.

Маска *симв.* Внимавайте! Ставате жертва на измамата.

Маслина *симв.* Святата земя.

Масло *симв.* Не се оставяйте да ви заблудят със сладки приказки.

Мастило *симв.* Писането с мастило означава, че трябва да си изясните мислите и настроението. Мастиленото петно показва неприятности, за които сам сте отговорен.

Махало *симв.* Без да забележите вече е станало късно.

Мачта *симв.* Знак за нови начинания и пътувания.

Мащеха *симв.* Сила, на която трябва да се разчита. Непознати величини, *букв.* Мащеха.

Мая *симв.* Оставете времето и природата да следват естествения си ход.

Мебелировка *симв.* Материално благосъстояние и комфорт.

Мед *симв.* Сладост и любов. **Медиум** *симв.* Пратеник на сънищата. **Медицина** *симв.* Възнаграждение.

Медицинска сестра *симв.* Нуждаете се от самолечение.

Мелница *симв.* Независимо дали е водна или вятърна, мелницата означава спокоен мирен живот.

Месо *симв.* Да ядете месо означава, че някоя от насъщните ви нужди не е задоволена. Да готвите месо за да нахраните някого, е знак на щедрост.

Метал *симв.* Царството на земята и на джуджетата.

Метене *симв.* Започнете без отлагане иначе намеренията ви ще се провалят. Започнете с чистка и преоценка на досегашното.

Метеор *симв.* Мощен предупредителен знак.

Метла *симв.* Късмет и предстоящи промени.

Меч *симв.* Пазете се от предателство и от удари, нанесени в гръб.

Мечка *симв.* Русия. Майката Земя. Голяма мощ.

Микроскоп *симв.* Незначителни открития.

Мишена *симв.* Предначертана цел. Внимавайте къде се целите.

Мишка *симв.* Притаете дъх, поне за известно време.

Мляко *симв.* Човешка топлина и подкрепа.

Молив *симв.* Богатство, здраве и печалба.

Молитва *симв.* Много скоро някой ще ви се притече на помощ.

Момиче *симв.* Женското и младежкото във вашето Аз.

Момче *симв.* Младост. Лечебна енергия.

Монах *симв.* Вестоносец на сънищата. Алтруизъм.

Монахиня *симв.* Състрадание и саможертва.

Монети *букв.* Скоро ще имате финансово подобрене, *симв.* Богатството на натрупания опит ще ви донесе дълготрайна полза.

Морава *симв.* Възпитавайте в себе си съдържаност и самообладание.

Море *симв.* Вж. Океан.

Морска бездна *симв.* Дълбока депресия. Период на изпитания.

Моруна *симв.* Благополучие.

Моряк *симв.* Щастлив знак, вещаещ положителни промени.

Мост *симв.* Свързващ елемент.

Мотоциклет *симв.* Съдба. Ритъмът на живот се ускорява значително.

Мрак, тъмнина *симв.* В неведение сте за дадена ситуация. Депресия.

Мрамор *симв.* Паметници, въздигнати на миналото.

Мрежа (примка, капан) *симв.* Лесно ще откриете капана, който са ви поставили.

Музей *симв.* Стари спомени и стари приятели.

Музика *симв.* Хармоничната мелодия свързва в едно цяло тяло и душа. Дразнеща музика руши душевното спокойствие.

Мухи *симв.* Грижи и неприятности от хора, които ви се представят за приятели.

Мъж *симв.* Ако сънува жена, това представлява нейния анимус. Ако сънува мъж - това е неопределеният аспект от личността му.

Мъченик *симв.* Себеотрицание, саморазрушение.

Надбягване *симв.* Ритъмът на живота. Съперничество.

Надгробен камък *симв.* Правите равносметка на живота си.

Наковалня *симв.* Задава се ново приятелство. Прилив на физически сили.

Насекоми *симв.* Неприятности и дребни проблеми.

Небе *симв.* Раят. Успехът ви не познава граници.

Небесна дъга *симв.* Седемте цвята разкриват различни видове лечебни енергии.

Невен *симв.* Символ на Богинята Майка.

Невидимост *симв.* Неразкрити възможности.

Нефрит *симв.* Не се доверявайте на чуждо мнение.

Нешастие *симв.* Дълбоко вкоренен страх, който трябва да бъде изразен открито.

Нимфа *симв.* Духът на Природата. Пратеник на сънищата.

НЛО *симв.* Индивидуалното търсене на Свещения Граал. Лични метафизически възможности и способности.

Нова година *симв.* Възраждане. Ново начало, изпълнено с надежди за бъдещето.

Ноев ковчег *симв.* Закрила и сигурност, предложени в труден момент.

Нож *симв.* Ако ви намушкат с нож, това означава врагове.

Ножици *симв.* Отърсете се от всяка излишна и ненужна привързаност.

Нос *симв.* Ако се наложи, приятелите ще се съберат около вас.

Носна кърпичка *симв.* Раздяла и тъга.

Носорог *симв.* Традиционен сексуален *симв.* Също така доброжелател, който ви подкрепя.

Нощ *симв.* Момент на отпускане и отдиш.

Нощна пеперуда *симв.* Щастие по вечерно време.

Обезглавяване *ме т.* Внимавайте да не загубите главата си. Конфликт между чувства и разум. *симв.* Ритуален първообраз. Послание от древните келти.

Обесване *симв.* Самота.

Обици *симв.* Притежателят им ще получи необикновено отличие.

Облог *симв.* Опитайте късмета си, но се подгответе за неуспех.

Обноски *симв.* Езикът на разума.

Обсерватория *симв.* Търсете отговора отвъд сегашното положение.

Обувки *симв.* Мерки, които трябва да вземете или които вече сте предприели.

Овен *симв.* Властта на старейшината. Човек, роден под знака Овен.

Овощна градина *симв.* Райската градина. Изкушение и изобилие.

Овца *симв.* Бъдете индивидуалист и верен на себе си.

Огледално отражение *симв.* Отговорът е в размяната на роли и ситуации.

Огледало *симв.* Отражения от миналото.

Огнище *букв.* Бащино огнище. Роден кът. Семейно огнище.

Ограда *симв.* Научете се да преценявате трезво възможностите си.

Огън *симв.* Основните принципи. Страсти и чувства.

Океан *симв.* Широк емоционален потенциал, за добро или за лошо.

Олио *симв.* Не обърквайте два принципа или две гледни точки. *мет.* Смажете машината.

Олтар *симв.* Саможертва.

Омар *симв.* Ще превъзмогнете срамежливостта си.

Опал *симв.* Внимавайте, чакат ви беди.

Опашка (от хора) *симв.* Търпението е добродетел.

Операция *симв.* Грубо вмешателство в интимния ви свят.

Опиум *симв.* Внимавайте да не ви излъжат.

Орган (муз.) *симв.* Религиозно влияние.

Орел *симв.* Големи амбиции и господство.

Ореол *симв.* Поле на личностната енергия. Аурата на човека.

Орех (плод) *симв.* Прекрасни възможности за бъдещето.

Ориз *симв.* Добри новини вкъщи.

Оркестър *симв.* Запазете добри отношения със заобикалящите ви.

Орхидея *симв.* Страстна любов.

Оса *симв.* Пазете се от близки неприятели.

Остров *симв.* Уединение и гордост.

Отшелник *симв.* Бъдете по-сдържан и затворен в себе си.

Офицер *симв.* Очаквайте почит и издигане в социалната стълбичка.

Оцет *симв.* Не се бойте, всичко е за добро.

Очи *симв.* Прозорец на душата. Психическо видение.

Очила *букв.* Способност да виждате напред.

Падане *букв.* Първата фаза на съня. *симв.* Несигурност. Страх да не се провалите в намеренията си.

Пазар *симв.* Налага се да направите своя избор. Направете го, но внимателно.

Пакет *симв.* Изненада.

Панаири *симв.* Повърхностно отношение. Преходно щастие и временно облекчение.

Папагал *симв.* Непрекъснати неоснователни клюки. Клевети.

Папрат *симв.* Лековити билки и Майката природа.

Паралитик *симв.* Подайте ръка на човек, който се нуждае от помощ.

Парашут *симв.* Бягството е възможно, но опасно.

Пари *симв.* Мъдрост и познания, *букв.* Най-общо дела, свързани с пари.

Парфюм *симв.* Осланяйте се на своя нюх.

Парче лед *симв.* Тревогите ви ще се стопят като сняг от слънце.

Пастир *симв.* Пазителят на Душата.

Паун *симв.* Внимание! Пазете се от самохвалковци.

Паяжина *симв.* Внимавайте да не попаднете в някоя от клопките на живота, понеже ще ви е трудно да излезете от нея.

Паяк *симв.* Деспотична жена. Също и педантичен труд.

Пепел *симв.* Спомен от миналото.

Пепелянка *симв.* Неправилно насочена енергия. Близо до вас има опасен човек

Пеперуди *симв.* Любов. Щастие и интересни предложения.

Пера *симв.* Добрите неща от живота.

Перли *симв.* Сълзите на богинята на Луната. Тъга.

Песен *симв.* Колективно послание, предвестник на добри новини. Неприятностите отминават.

Петел *симв.* Ако кукурига, очаквайте победа. Ако сънувате бой на петли, очаквайте семейни крамоли.

Пещера *симв.* Подсъзнанието. Интровертна личност. Пленник на собствените си реакции и поведение.

Пиано *симв.* Средство за общуване.

Пиле *симв.* Провалени амбиции и трудноизпълними планове.

Пингвин *симв.* Ще срещнете трудности в някакво начинание.

Пир (гощавка) *симв.* Бъдете благодарни за това, което имате.

Пирамида *букв.* Египетско влияние, *симв.* Започнете стъпка по стъпка от най-ниското ниво, за да се изкачите чак до върха.

Писалка *симв.* Сексуално щастие, *мет.* Перото е по-силно от оръжията.

Писмо *симв.* Неочаквани вести.

Питие *симв.* Необходимост от обикновена храна. Духовни нужди.

Питон *симв.* Знак на Пития, древногръцка жрица-оракул, тълкувателка на сънищата.

Пишеща машина *симв.* Не се бавете и се свържете с хората, които имат нужда от помощ.

Пиянство *симв.* Ставате жертва на собствените си слабости и увлечения.

Пламъци *симв.* Необуздани страсти и чувства.

Планета *симв.* Всичко е възможно. Всички ваши амбиции и планове са осъществими.

Планина *симв.* Труднопостижима цел.

Пластмаса *симв.* Неискрени чувства. Необосновани мисли.

Плевня (хамбар) *симв.* Мястото в Обиталището на Душата ви, където са складирани вашите знания и преживявания.

Племенница *симв.* Семейна подкрепа по женска линия.

Плет *симв.* Препятствия и ограничения.

Плетиво *симв.* Обединение. Съюз.

Плик (пощенски) *симв.* Ако е запечатан — скрити опасности. Отворен плик — истината ще излезе на яве.

Плод *симв.* Възнаграждение за усилен труд.

Плуване *симв.* Животът е борба, но човек може да успее, ако не се опитва да плува срещу течението.

Плуг (рало) *симв.* Търпението ви ще бъде възнаградено.

Повръщане *симв.* Скоро ще се освободите от нещо неприятно.

Погребение *симв.* Настъпва краят на един период от вашия живот.

Подземие, сутерен *симв.* Мястото в Обиталището на Душата, където криете страховете и терзанията си.

Подкова *симв.* Символ на богинята Луна. Късмет.

Подхлъзване *симв.* Губите контрол над нещата.

Покривка *симв.* Покровителствено отношение, което ви задушават.

Поле *симв.* Връщане към природата и естественото. Неца от живота.

Полиция *симв.* Власти. Спазване на реда.

Помада (Мазила) *симв.* Лековити кремове. **Пор** *симв.* Предпазване от порока.

Портал *симв.* Достъп до нови измерения.

Портокал *симв.* Слънце, радост и добро здраве.

Портфейл *симв.* Мъжки вариант на ръчната дамска чанта. Лични вярвания и интимни мисли.

Порцелан *симв.* Бъдете предпазливи вкъщи.

Посланик *симв.* Самоизтъкване.

Пости (постене) *симв.* Предупреждение относно здравето.

Постройка *симв.* Обиталище на Душата. Личността като цяло.

Потоп *симв.* Пазете се от емоции, които ви заслепяват и ви повличат в опасен водовъртеж.

Потупване *симв.* Да усетите леко потупване, означава установяване на важен контакт.

Прадеди *симв.* Наследени качества.

Праз *симв.* Също като лукът, празът е знак за добро здраве.

Пране *симв.* Забравете за миналото и започнете всичко отначало. Всичко ще бъде опростено.

Прасе *симв.* Човек, незаслужаващ уважение.

Праскова *симв.* Сладко-горчиви спомени.

Прах *симв.* Миналото нахлува отново.

Превръзка *симв.* Необходимост от закрила.

Преграда *симв.* Подтиснати чувства.

Прелюбодеяние *букв.* Чувство за вина. *симв.* Зараза.

Преместване *симв.* Вземете необходимите мерки, за да се подготвите за наложителна промяна във вашия живот.

Пречупен кръст *симв.* Древен знак за власт.

Приглас *симв.* Божие послание.

Призрак *симв.* Призрак от миналото. Спомен или дух на покоен човек.

Призрак, привидение *симв.* Нечий дух.

Прилив и отлив *симв.* Прилив и отлив на чувства и вълнения, дължащи се на външни обстоятелства.

Пристанище *симв.* Подслон, който ще ви пази от бурите в живота.

Приятел *симв.* Подкрепа в момент на нужда.

Пробуждане *симв.* Да се събудите в съня означава, че скоро ще се осъзнаете.

Продажба *симв.* Богатството ви нараства.

Прозорец *симв.* Огледало на бъдещето. Очите на душата.

Прозявка *симв.* Трябва да потърсите изход от досадното положение.

Проклятие *симв.* Неотложна нужда от помощ.

Пролет *симв.* Нова, неочаквано зародила се надежда.

Просяк *симв.* Искане на прошка.

Пръст *симв.* Сръчност. Умение.

Пръстен *симв.* Старо изпитано приятелство. Годож. Сватба.

Птици *симв.* Възвишени идеали. Внушение и вестители, изпратени от отвъдното или от мъртвите.

Пуйка *симв.* Колкото по-малко знае човек, толкова повече важност си придава.

Пчела *симв.* Знак за сполука. Благосъстояние.

Пъпеш *симв.* Събитията ще вземат благоприятен обрат.

Път *симв.* Пътят на живота с всичко, което срещаме по него.

Пътуване *букв.* Пътуване и промени, *симв.* Съдбата.

Пясък *симв.* Проблеми и неприятности, но ще бъдат кратковременни.

Равин *симв.* Влияние от Вехтия завет. Послание на юдеите.

Радио *симв.* Външни влияния. Телепатични връзки.

Раждане *симв.* Ново начало. Опитайте пак.

Рай *симв.* Желанията на сърцето.

Рак *симв.* Внимавайте! Някой действа задкулисно и под прикритие, *симв.* Човек, роден под знака на Рака. *букв.* Страх от болест.

Рана *симв.* Пазете се от словесни нападки.

Растеж *симв.* Подобрене в общественото ви положение.

Растения *симв.* Самият живот. Барометър на здравето и обкръжението.

Резервоар *симв.* Запаси от лична енергия, било тя физическа или психическа.

Река *симв.* Ходът на живота. Съдбата.

Релефно изображение *симв.* Обичайте, но не идолопоклонничествайте.

Рентгенови лъчи *симв.* Влизат в действие скрити сили. Очакват ви промени.

Ресторант *симв.* Нужда от храна и подкрепа за душата и ума.

Рецепта *симв.* Предписание, което ще ви изправи на крака.

Риба *симв.* Християнство. Духовна подкрепа.

Рибар *симв.* Скоро ще настъпи промяна.

Рима *симв.* Тайната се крие в ритъма на живота.

Рис *симв.* Духовна и находчива личност.

Ров *симв.* Препятствие и защита.

Рог *симв.* Сексуални желания и подвизи.

Родители *симв.* Наследени характеристики и слабости.

Рози *симв.* Любовни известия.

Розмарин *симв.* Спомени.

Романс *симв.* Любовта и романтиката ще разцъфтят в живота ви.

Руно *кал.* Внимавайте да не ви одерат кожата. *симв.* Маскиран човек.

Ръка *букв.* Внимание! Изразходвате прекалено много физическа енергия и усилия, *симв.* В бъдеще — но-добри перспективи, разкрити от положените усилия. *симв.* Божията ръка. Съдбата.

Ръкавици *симв.* Безопасност, скрита зад притворе-тво.

Сабя *симв.* Знак за защита и нападение.

Сал *симв.* Внимавайте да не останете сам и отнесен от бурните вълни на живота.

Салата *симв.* Връщане към естественото и непринуденото. Избягвайте усложненията.

Самоубийство *симв.* Чувство за вина, вътрешни терзания и саморазрушение.

Сапфир *симв.* Бъдете дискретен и спазвайте благоприличие.

Сателит *симв.* Внимавайте с хората около вас.

Светец *симв.* Ангел пазител и закрилник.

Светлина *симв.* Духовна енергия.

Свещ *симв.* Ако е запалена означава плам. Угаснала — разочарование.

Свирка *симв.* Сигнал, който ви предупреждава да действате преди да са ви връхлетели истински бедите.

Свод *симв.* Обединение на най-високо ниво. Издигане и осъществяване на идеали.

Сврака *симв.* Неясна ситуация, в която се смесват положително и отрицателно, черно и бяло.

Север *симв.* Северният бог. Тевтонско влияние.

Седло *симв.* Внимавайте с твърде обвързващите ви ангажименти и обещания.

Секс *букв.* Осъществяване на желанието, *симв.* Прикриване на престъпно деяние.

Село *симв.* Имате здрави корени, но това е само началото.

Сено *симв.* Успех в любовта.

Сервитър *симв.* Бъдете в помощ на хората около вас.

Сестра *симв.* Най-общо женски аспект.

Силен вятър *симв.* Очакват ви по-добри времена. Облаците ще се разсеят.

Синьо *симв.* Духовна енергия и защита, *мет.* Меланхолия.

Сирена *симв.* Един от водните елементи. Символ на неосъществимата любов.

Сказка *симв.* Някой ще ви говори наставнически със снизхождение или с презрение.

Скакалец *симв.* Не правете прибързани заключения.

Скалист бряг *симв.* Опасности и премеждия.

Скарабей (бръмбар) *симв.* Мистични влияния.

Скелет *симв.* Потърсете истинската причина и не се оставяйте да ви заблуди привидното.

Скок *симв.* Липса на последователност.

Славей *симв.* Любов и романтика витаят във въздуха.

Сладкиш *симв.* Сексуална задоволеност, *мет.* Не се колебайте да се подадете на изкушението.

Слама *симв.* Самочувствието е важно за постигането на всяка поставена цел. *кал.* Внимавайте да не се върнете назад.

Следобед *симв.* Средновековие, *букв.* Точен час.

Слива (плод) *симв.* Ще направите правилен избор. Предстоящо подобрене.

Слон *мет.* Паметта, споменът — слонът никога не забравя, *симв.* Земният аспект на Аз-а.

Слонова кост *симв.* Изтънченост, но внимавайте да не останете изолиран.

Слънце *симв.* Божи дар за човечеството. Извор на животворни сили и подкрепа.

Слънчоглед *симв.* Стар приятел, който е винаги добре дошъл.

Смокиня *симв.* Притеснения, тягостни обстоятелства.

Смърт *симв.* Един период от живота ви приключва. Обръщате нова страница.

Смях *симв.* Надсмивайте се само над себе си.

Сняг *симв.* Пречистване.

Сойка *симв.* Божи вестител.

Сокол *симв.* Пазете се от врагове.

Сол *симв.* Земята като природен елемент.

Спалня *симв.* Лични тайни неща.

Спускане *симв.* Сваляте нивото. Връщане към миналото.

Сребро *симв.* Извлечете максимална полза от повторния шанс.

Стадо *симв.* Бъдете индивидуалист.

Старец *симв.* Мъдростта и опитът, който притежавате.

Старина *симв.* Надежди и идеали, позабравени, но значими.

Старица *симв.* Интуитивната и състрадателна страна от личността ви.

Статуя *симв.* Изстинали чувства.

Стая *симв.* Една от стаите в Обиталището на Душата или с други думи — един от аспектите на вашата личност.

Стена *симв.* Спънка, която ви пречи да прецените вярно ситуацията.

Стол *симв.* Празен стол означава скрито въздействие. Да се сънуваш седнал на стол означава предстоящо облекчение, утеха.

Стомана *симв.* Природата, съчетана с човешката находчивост накрая ще решат проблема.

Стомна *симв.* Животът ще ви донесе още много изненади.

Страница *симв.* Равновесие между морето и земята, главата и сърцето.

Стрела *симв.* Голяма любов. Целта е достижима, прицелете се добре и смело напред!

Стрелец *симв.* Човек, който знае какво иска. Човек, роден под знака на Стрелец.

Стрелка *симв.* Направете опит да поискате публично прошка.

Стрида *симв.* Светът.

Стъкло *симв.* Келтско влияние.

Стълб (подпора) *симв.* Ще получите подкрепа.

Стълба *симв.* Връзката между съзнателно и несъзнателно.

Стълбище *симв.* Изкачване на стълбище означава обществено израстване, успех к признание. Слизане по стълбище — загуба на самоувереност и провал.

Сцена (театрална) *симв.* Сцената на живота. Външният вид на нещата, такива каквито ги виждат хората.

Съдия *симв.* Не предреждавайте нещата и не съдете другите.

Съкровище *симв.* Лични открития, хрумвания и оригинални идеи.

Сълза *симв.* Линията, разделяща щастието от мъката, е много тънка.

Съсед *симв.* Вие самият.

Съомга *симв.* Свещената риба на Келтите.

Сянка *симв.* Скритите възможности на индивида.

Таван *симв.* Възвишени идеали. Най-високото помещение в Обиталището на Душата.

Такси *симв.* Използвайте всяка възможна чужда помощ, дори и това да ви струва скъпо.

Тамян *симв.* Повишена чувствителност.

Танц *симв.* Прелюдия към любовен акт.

Тарангула *симв.* Внимавайте! Може би сам на себе си сте си най-големият враг.

Теле *симв.* Накрая все пак ще успеете.

Телевизия *симв.* Възобновяване, „повторно излъчване“ на някои събития от живота ви.

Телескоп *симв.* Виждате надалеко, но все още не съвсем ясно.

Телефон *симв.* Вслушвайте се в думите на хората, но не следвайте сляпо съветите им.

Теменуга *симв.* Цветята на ума.

Теснина *симв.* Нямайте друг възможен избор освен да продължите напред.

Тигър *симв.* Изправете се на крака и по-смело!

Тис *симв.* Нищо и никой не може да промени нещата такива каквито са в момента.

Тичане *симв.* Спрете се и погледнете истината в очите.

Тоалетна *симв.* Елементарните нужди в живота. Освобождаване от ненужни спомени и преживявания.

Топка *симв.* Светът.

Топлина *симв.* Излишък от енергия, която трябва да бъде насочена правилно.

Тор (животински) *симв.* Регенериране на енергията. Богатство и изобилие, *кал.* Неучтив забележка, подхвърлена по нечий адрес.

Тресавище (блато) *симв.* Скрити опасности и трудности.

Триъгълник *симв.* Стабилност и протекция.

Тунел *симв.* Настоящото е ограничено и тясно място, но в края на тунела се вижда светлинка.

Тълпа от хора *симв.* Шансове има, но трябва да се потрудите, за да обърнете късмета на ваша страна.

Тъчене *симв.* Платното на живота, изтъкано във времето и в пространството.

Убийство *симв.* Подтискане на неприемлива характерна особеност от вашето Аз.

Удавяне *симв.* Прекалено силни вълнения и натиск, които ви погубват.

Университет *симв.* Древно място за обучение в традициите на Запада.

Униформа *симв.* Неоправдано уважение към властите и авторитетите.

Урина *симв.* Израз на облекчение след период на съдържане.

Урна *симв.* Човекът е произлязъл от прахта и пак на прах ще стане. Скоро в семейството нечий дух ще се превъплъти отново.

Усмивка *симв.* Знак, който може да се окаже привиден, само бъдещето ще го покаже.

Учени *симв.* Оставете и сърцето да ви води, а не само разума.

Училище *симв.* Училището на живота и уроците, които то ни дава.

Учител *симв.* Господарят, учителят и гуруто, които са във вас самия.

Уши *симв.* Вслушвайте се в добронамерените думи и останете глух за хули и клевети.

Фалит *симв.* Слаби физически и умствени възможности. Липса на енергия. Безсилие.

Фар *симв.* Обителта на Душата, способна да издържи и на най-пагубните бури в живота.

Фасул *симв.* Укрепване на сили и богатство.

Фенер *симв.* Висящият фенер е предупреждение, в противен случай означава топъл прием.

Ферма *симв.* Домашни занимания. Поддържане на домакинството.

Фея *симв.* Пратеник от сънищата на Природата.

Филм *симв.* Повторение на миналото. **Флейта** *симв.* Инструментът на бог Пан. Магически вибрации.

Фойерверки *симв.* Изблик на възторг и възбуда, последвани от разочарование.

Фонтан (Чешма, извор) *симв.* Извор на обновление. Животворна вода. Оздравителен процес и подмладяване.

Фотография (снимка) *симв.* Постарайте се да запазите в тайна мненията и спомените си.

Франкмасон *симв.* Далечни непознати приятели.

Фризьор *симв.* Пазете се от необмислени постъпки и от излишни усилия.

Хамелеон *симв.* Внимание! Хората и ситуацията може да не са това, което изглеждат!

Хвърчило *симв.* Накрая ще постигнете успех.

Хеликоптери *симв.* Практически идеи и амбиции.

Хижа *симв.* Концентрирайте мисли и усилия. **Хипопотам** *симв.* Силно емоционално въздействие.

Хляб *симв.* Повод за размисъл. Хлябът на живота. Поделяйте всичко с другите.

Ходене *симв.* Усилията ви ще бъдат възнаградени. Съдбата ви води бавно, но сигурно напред. **Хор** *симв.* Религиозна вяра и упование.

Хотел *симв.* Загуба на самоличността. **Храм** *симв.* Място за усамотение, където мечтаете.

Храносмилане *букв.* Опасност от здравословни проблеми, *симв.* Усвояване на енергия. Необходим ви е повод за размисъл.

Христос *симв.* Съвършено духовно спокойствие. Закрила на боговете.

Хрътка *симв.* Обуздавайте въображението си.

Художник *симв.* Творческият аспект на сънуващия.

Хълм *симв.* Начертават пред себе си цели и амбиции.

Цар *симв.* Закрилник, пазител и най-висшето мъжко начало.

Царица *симв.* Върховната Майка. Богинята Венера.

Цветя *симв.* Самоутвърждаване. Мощен прилив на сили.

Цвят *симв.* Всеки цвят символизира различна форма на енергията.

Целувка *симв.* Символ със специално предназначение.

Циганин *симв.* Проявявайте уважение към непознатото.

Цигара *симв.* Спрете се! Имате нужда да поемете ДЪХ.

Цигулка *симв.* Не се съмнявайте, че в чувствата ви ще настъпи хармония.

Циклон *симв.* Вълнения и смут.

Цирк *кал.* Безредие, *симв.* Внимавайте да не се въртите в кръг.

Църква *симв.* Вяра, надежда и милосърдие. Обиталище на Душата.

Цъфтеж *симв.* Щастие и удовлетворение, но може би временни.

Чадър *симв.* Намерете подслон от бурите на живота.

Чай *симв.* Чисто приятелство, поне за момента.

Чайник *симв.* Ще стане горещо вкъщи.

Чапла *симв.* Древен знак. Йероглифи.

Часовник (ръчен) *симв.* Времето напредва. Не губете нито минута повече.

Чаша *симв.* Изворът на живота.

Чекмедже с прегради *симв.* Препятствия, които ви пречат да напредвате бързо.

Чекмеджета *симв.* Отделните клетки на ума. Подредена мисъл.

Черва *симв.* Грижи. *букв.* Проблеми с храносмилането.

Червей (в храната) *симв.* Чакат ви големи промени.

Червей (земен) *симв.* Земната енергия. Мистерията на земята.

Червен кръст *симв.* Знак за предстоящо оздравяване.

Червено *симв.* Основни, жизненоважни видове енергия като секс, амбиция, гняв и лечебни сили.

Червеношийка *симв.* Послание от скъп човек, който вече е покойник.

Черен кехлибар *симв.* Този черен камък сочи приближаването на тежки времена.

Череша *симв.* Любовно изкушение.

Черница (бубонка) *симв.* Провал. Връзка с негативни, зли сили.

Черно (цвят) *симв.* Негативни ситуации и състояния на духа. Депресия. Небитие.

Чернокож човек *симв.* Богатство и оживление в живота.

Чимшир *симв.* Святото влияние на религията.

Числа *симв.* Дати, годишнини, рождени дни, минали и бъдещи събития.

Чистене, изпиране *симв.* Ново начало в живота.

Чичо, вуйчо *симв.* Сигурен и верен приятел, на когото може да се разчита в нужда.

Човекоядец *симв.* Неоправдани страхове.

Чужди страни *симв.* Необикновени преживявания в странство. Възможно пътуване.

Чук *симв.* Не се бойте да настоявате на своето.

Чукане по вратата *симв.* Бъдете нащрек.

Шапка *симв.* Получавате признание. Символ на обществения ви статут.

Шах (игра) *симв.* Божествените сили. Промени, напредък.

Шейна *симв.* Бърза, но несъзнателна реакция.

Шиене, шев *симв.* Оправяйте се със средствата, с които разполагате в момента.

Щъркел *симв.* Идва нещо ново.

Юг *симв.* Боговете на Юга. Най-доброто от живота и радостта.

Ябълка *симв.* Възможности за оздравяване. Да ядете ябълка е предупреждение за последствията от постъпките ви. Сексуален апетит.

Ядене *симв.* Неотложна нужда от осъществяване и подкрепа. Духовна храна.

Ядка *симв.* Нищо не ви липсва, но и не живеете в лукс.

Яйце *симв.* Финансовото ви положение се подобрява. Надежди за бъдещето.

Яма *симв.* Зли намерения.

Ясли *симв.* Означава сила. тежест.

Ястие *симв.* Ако готвиш, доволство и богатство.

Яхнал *симв.* Яхнал кон означава чест и слава.

Яхта *симв.* Бурна радост.

[1] *Oneirocritica* (лат.) — критика, тълкуване на сънищата

[2] *Ex-voto* (лат.) — неверниците

[3] Стела — надгробна плоча

[4] Всички цитати в настоящата глава са взети от Библията, и издание на Светия синод на българската църква, София, 1925 г

[5] Истукан (остар.) — статуя

[6] Ливан — благовонни масла

[7] Мартенски или — петнайсетото число от месец март. Тогава убиват Цезар

[8] Цитат от „Бурята“, трето действие, втора сцена. Превод Валери Петров

[9] Цитат от „Макбет“, четвърто действие, първа сцена. Превод Валери Петров

[10] Превод Валери Петров

[11] Перегрин — поклонник, странстващ човек

[12] *Biofeedback* — обратна биологична връзка

[13] *Faire sonner les cloches* (фр.) - игра на думи – да накара камбаните да забият"- да вдигне врява до бога

[14] Превод В. Петров

[15] Анима (от лат.) — душа, дъх, живот

[16] Анимус (от лат.) — душа, дух, разсъдък

[17] Лусиден или лусиден (от лат.) — ясен, очевиден, прозрачен

[18] *Flash-back* (от англ.) — връщане на лентата

[19] Игра на думи. На френски *rock* (рок) звучи идентично на *raucque* (пресипнал, спаднал за глас).

[20] На български може да се приведат примери от сорта на: мед (м. р.) и мед (ж. р.), пръст (м.

р.) и пръст (ж. р.), каца (същ.) и каца (гл. 3л. ед. ч.), лакът (пълен член на лак) и лакът или някои омонимни съставни рими от рода: сне го - с него, от рака - отрака, сприя -спри я, на мира - намира и т. н.