

СОННИК ДЛЯ ВНИМАТЕЛЬНЫХ

Раньше люди верили, что сны — это магические послания, по которым колдуны могут предсказывать будущее. Спустя тысячелетия учёные доказали, что это не так. Оказывается, мы сами «творим» свои сны, а значит, можем понять их без всяких волшебников. Нужно только научиться!



ВАЖНЫЕ МЕЛОЧИ

Сны — это твои послания самому себе. Они написаны на языке воспоминаний, переживаний и ассоциаций. Внутри них прячутся твои тайные страхи и желания. Чем глубже спрятано чувство, тем страннее будет сон о нём. Искать смысл такого сна — почти как решать головоломку, где правильный ответ знаешь только ты.

Чтобы расшифровать сон, вспомни его мельчайшие подробности и ответь на три вопроса:

- С чем у тебя ассоциируется каждая подробность?
- Какое у тебя было отношение к ней во сне?
- К чему в жизни ты относишься так же?

Например, ты любишь путешествовать. Тогда после нескольких тяжёлых дней тебе может присниться захватывающий полёт в Африку. Это будет значить, что тебя накрыла усталость от однообразия и хочется сделать свою жизнь ярче.

СОННИК ЮНОГО ТОЛКОВАТЕЛЯ

Чтобы первое время тебе было проще понимать сны, мы составили небольшой сонник.

Бабочки, мороженное и любые сладости — знаки радости и лёгкости. Кажется, всё меняется к лучшему!

Тебя преследуют? Блуждаешь в лесу? Возможно, жизнь стала слишком нервной. Пора отдохнуть.

Дверь во сне — знак выбора. Если их много — ты боишься ошибиться. Посоветуйся с кем-нибудь и прислушайся к себе. Главное, сделать то, чего действительно хочется, а не то, чего от тебя ждут другие.

Домашнее животное — это мысли о друзьях и близких. Скорее всего, ты скучаешь по ним или тебе одиноко. Если во сне домашним животным больно — это страх, что тебя предадут.

Добрый волшебник — символ твоей мечты о чуде. Попробуй её исполнить: сделай что-нибудь необычное. Если **волшебник злой** — это страх, что тебя обманывают. Подумай, чьей лжи ты боишься и почему.

Если во сне в тебя кидают **камень** — ты чувствуешь, что тебя не понимают. Если ты кидаешь камень в человека — ты на него в обиде.



Лестница — это отношение к жизни. Она под тобой шатается? Видимо, у тебя нет уверенности, что всё правильно. Если ты весело по ней взбегаешь — тебе хочется больше наслаждаться жизнью.

Летающая птица символизирует желание перемен. Прислушайся к себе, смени увлечения или найди новых друзей.

Море — это твоё состояние прямо сейчас. **Шторм** — это страх или злость, **мутная вода** — сомнение, **медленные волны** — покой и расслабленность.

Музыкальный инструмент во сне означает желание творить и создавать. Играешь на нём фальшиво? Похоже, ты не в ладах с собой. Пора сделать то, что любишь, но давно откладываешь.

Остров или берег — это страх одиночества или, наоборот, желание побыть одному.

Прыжок с парашютом снится, когда ты в ожидании чего-то важного. Если парашют не раскрывается, значит, тебе не хватает готовности к грядущим событиям.

Фонарь, корабль или воздушный змей — это надежда, предчувствие приключения или исполнения мечты. Если ты тонешь на корабле или твой змей улетает, а фонарь гаснет — значит, ты перестаёшь верить, что мечта исполнится. Скорее спасай её!

Часы во сне показывают твоё отношение к времени. Если они громко тикают — ты боишься не успеть. Если стрелки застыли на месте — ты хочешь отдохнуть.

Не пугайся, если что-то не сходится: в сонниках даны всего лишь примеры разгадок. Настоящее значение твоих снов известно только тебе!

