

**Нужная
книга**

ГАЛИНА ВРУБЛЕВСКАЯ



СНЫ:

**ПОДСКАЗКИ
И ТОЛКОВАНИЯ**



Галина Врублевская

СНЫ: подсказки и толкования

«Автор»

2009

Врублевская Г. В.

Сны: подсказки и толкования / Г. В. Врублевская —
«Автор», 2009

ISBN 978-5-9985-0397-9

Эта книга содержит алгоритмы «чтения» снов и извлечения из них пользы наяву. Вы найдете в ней «ключи» к своему подсознанию, которое дает подсказки и предупреждения через сон. В книге приведены толкования множества символов сна современного человека, а также пошаговая стратегия, позволяющая реализовать или, наоборот, предотвратить значение сновидения. Кроме того, вы узнаете об осознанных снах, методиках погружения в них, перехода в «иную» реальность. И – о том, как с помощью... сна (воображения, мечты) влиять на жизнь, достигая поставленных перед собой целей (например, как добиться любви и благосостояния и уничтожить противников). Тот, кто научится понимать свои сны, станет неуязвим для врагов, избежит любых превратностей судьбы, оседлает удачу, разбогатеет, найдет свою любовь, будет жить долго и счастливо и оставит после себя благодарное потомство! Книга также издавалась под названием «Руководство к исполнению снов».

ISBN 978-5-9985-0397-9

© Врублевская Г. В., 2009

© Автор, 2009

Содержание

От автора	5
Все сны сбываются	6
Часть первая Подсказки сна и шаги-действия наяву	7
Глава 1 Ключевой образ сна как подсказка к действиям	7
Построить себе шалаш	7
Открыть незнакомую дверь	9
Что делать, когда вы проснулись	10
С чего начать?	10
Шаг, подсказанный сном	11
Сны, предсказывающие несчастья	11
Сны, предвещающие радость	11
Почему ШАГИ помогают?	11
Шаблон для выработки ритуала	12
На что обратить внимание дальше	12
Глава 2 Дом, который построил сон	14
Сонник	14
...и еще о снах, содержащих картинки дома[2]	18
В чьем доме происходят события сна?	19
Примеры	20
Глава 3 Животные в сновидениях	32
Все, что надо знать о животных	32
Сонник	32
...и еще о снах, в которых появляются животные[3]	35
Примеры[4]	36
Конец ознакомительного фрагмента.	40

Галина Врублевская

СНЫ: подсказки и толкования

От автора

После выхода первых изданий этой книги мне поступило много отзывов от читателей. Они сообщали о том, как сумели воспользоваться подсказками сна с помощью элементарных Шагов наяву (будь то ремонт квартиры, восхождение на холм или осмысленная поездка в транспорте). Однако кое-кто недоумевал по поводу ее прежнего названия – «Руководство к исполнению снов». Действительно, в книге показаны не только приемы реализации желанного события, vyplывающего из тумана сна или возникшего наяву, но и способы отведения кошмаров. Поэтому теперь, расширив раздел борьбы с кошмарами и добавив главу о практикуемых многими сновидцами осознанных сновидениях – ОС, я дала книге название, максимально приближенное к ее обновленному содержанию.

В новом издании книги прежними остались только конкретные примеры сновидений – на основе их я показываю, как разработать Шаги-действия по сну. Эти примеры вынесены в первую часть книги. Шаги просты в исполнении, не требуют ни времени, ни специальной подготовки. Усвоив принцип их подбора, вы сможете самостоятельно подбирать нужные действия для своих снов. Вторая часть книги подверглась значительному обновлению. В ней приводятся дополнительные приемы отработки кошмаров, исполнения желаний, а также способы воздействия на обстоятельства жизни с помощью управляемых сновидений, в том числе ОС.

В конце книги прилагается Перечень рекомендуемых шагов-действий для нескольких десятков типовых сюжетов сна.

Воспользуйтесь подсказками ваших снов и толкуйте их с пользой!

Галина Врублевская

Все сны сбываются

Все сны сбываются – и хорошие, и плохие. Лишь на первый взгляд может показаться, что светлые грезы обманчивы, а кошмары безобидны. Такие заблуждения являются следствием непонимания природы снов. Их зашифрованные предсказания выполняются всегда, но незнание этого шифра дает повод людям считать, что сон не откликнулся наяву. Не зря сны издавна было принято толковать, переводить с запутанного, символического языка на наш, естественный. При дворе правителей всегда находились оракулы, способные расшифровать сон господина, извлечь из него смысл пророчества. И в наше время люди обращаются за советом – к психоаналитикам, экстрасенсам, «бабкам» – обращаются, чтобы *не проспать* важное событие собственной жизни. А что делать, если рядом нет оракула? Выход один: самому стать специалистом по снам! Для этого не обязательно уметь растолковывать сон в целом. Достаточно примечать то общее, что объединяет сны и явь, и знать примерную трактовку той или иной детали сна. С этой целью не грех заглянуть и в сонник. Возможно, вы сумеете предугадать событие, но и это не главное. Важно встретить его с умом: от кошмарной ситуации избавиться, радость притянуть. Но как? Вопрос непростой. Если автомобиль мчится на всей скорости, мгновенно остановить его невозможно. Но можно вовремя увернуться, взмыть над дорогой – в критический момент жизни в человеке проявляются недюжинные *физические* способности. Это касается не только материального плана, но и *ментального*, т. е. воображаемого. Чтобы удачно лавировать в лабиринтах судьбы, важно подчинить себе ход мыслей. Воздействие мысли на тело подтверждается опытами с загипнотизированными людьми. Если человеку в состоянии гипноза поднести к коже любой предмет, внушив, что он горячий, ожог неизбежен.

Механизм включения сна в явь подобен самогипнозу, но результат его вполне материален: меняются события вашей жизни. В ряду повседневных, важных дел вы совершаете одно-два подсказанных сном Шага-действия, почти играючи запуская поток позитивной энергии. При этом, как ни удивительно, включается цепочка благоприятных для вас обстоятельств. И если вы окунетесь в эту психологическую игру с полной серьезностью, то результат скажется скоро!

Часть первая Подсказки сна и шаги-действия наяву

Глава 1 Ключевой образ сна как подсказка к действиям

Мудрецы средних веков говорили: «Мысль, имеющая направление, создает вокруг себя поток энергии»¹. А если совсем просто: задумал – случилось! Как часто удивление охватывает нас, когда в ответ на затаенное, невысказанное желание поступает реальное предложение, помогающее это желание исполнить. Обычно такие чудеса происходят спонтанно. К сожалению, не только приятные мысли, но и страхи и опасения могут материализоваться.

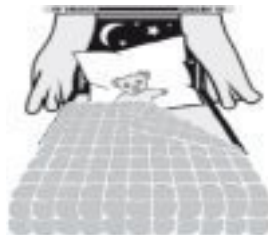
Замечено, что яркое представление возможного несчастного случая порой ведет к самому событию. Однако не все так однозначно. Довольно редко сбываются проклятия и желание смерти другому человеку, хотя иногда все же эти проклятия срабатывают. Но, к счастью, власть одного человека над другими людьми ограничена. От чего зависит сбываемость? На первый план выступает закон всеобщей целесообразности и жизненного предназначения каждого. И если случилась смерть вслед чьим-то черным пожеланиям, значит, смысл пребывания умершего человека среди живых исчерпан. Однако отдельные люди в огне не горят и в воде не тонут. Как правило, в эту категорию попадают две противоположности: абсолютные злодеи и безупречные святые. Нам не дано понять, почему те и другие неуязвимы для земных опасностей. Но если вы не относитесь к этим маргинальным группам, то жизнь ваша подчинена общим закономерностям. Речь пойдет о сложностях жизни: неразделенной любви, нехватке денег, болезнях, ссорах, одиночестве. Закономерность проявления этих невзгод раньше всех подметили ясновидящие и маги, а позднее психологи обосновали научно. Главный постулат этой магии прост: как аукнется, так и откликнется. Насылающий «порчу» сам вовлекается в черную полосу, желающий людям добра в итоге выигрывает сам.

В результате мы сами притягиваем к себе беду или удачу. И делаем это порой бессознательно. Однако в этот процесс можно внести и разумное начало. Метод притягивания желанного события из сна прост в исполнении, но требует от сновидца умения находить ключевой символ сна. Почему именно сон является отправной точкой для исполнения желания? Сон показывает то, что **может случиться**, что составляет карту возможностей вашей жизни. Без сна определить предел возможного сложнее, поскольку не у всех хорошо развита интуиция. А именно она, интуиция, помогает заранее предвидеть события. Итак, контур будущего вырисовывается в вашем сне *ключевым* символом. Ключевой символ можно вычлени из сна, руководствуясь ощущением, что в приснившемся сюжете было главным. Для уточнения смысла ключевого символа не помешает иметь под рукой сонник, хотя можно обойтись и без толкования. Но главное – это понять хорошее или негативное предсказание несет сон. Ведь мы желаем воплотить в жизнь только благоприятные события. Отрицательные надо отвести как можно надежнее. Посмотрим на примерах, как выбрать ключевой образ сна и как работать с ним наяву.

Построить себе шалаш

Удивительная история произошла с Еленой К., 20 лет, из г. Приозерска Ленинградской области. Но вначале был сон:

¹ Сравни с физическим законом: «Вокруг проводника с током образуется электромагнитный поток».



Во сне я, отец, мама, брат шли по лесной тропинке. Мы шли на рыбалку. Раннее утро, солнце встает. Мы подходим к какому-то озеру. Но все места на берегу заняты. Недалеко от нас стоит машина, и мужчина моет ее водой с помощью шланга.

Грязная вода стекает в озеро, и здесь же купается какая-то женщина. Мне все это не нравится. Мы хотим найти другое место. Поднимаемся на холм, чтобы разглядеть все озеро и найти свободное место на берегу. Озеро по-прежнему красиво, но вокруг стоят дачные домики и подхода к озеру нет. Я проснулась с чувством разочарования.

Подумаем, как найти ключевой образ-символ. Для этого придется заглянуть в сонник, чтобы понять, хотя бы приблизительно, о чем сон. Выпишем значения основных символов сна (тех, которые вызывали во сне беспокойство или радость):

Озеро: символ чувств; *спокойное, чистое* – полнота жизни, счастье любви; *волнистое, мутное* – неприятности, болезнь.

Автомобиль: предвещает беспокойство, но, возможно, принесет вам пользу.

Холм: быть на вершине холма – значит, иметь ясный взгляд на дела.

Домик: олицетворение внутреннего «я» сновидца.

Можно найти в сонниках значения других образов и персонажей: матери, отца, брата, мужчины, хотя они представляют собой «массовку». Но эти персонажи каких-то переживаний у сновидицы не вызвали, поэтому искать среди них ключевой символ смысла нет. Дадим толкование этого сна.

Сон отражает перспективы в интимной области, т. к. озеро (центральный образ декорации сна) – это символ чувств. Намерение порыбачить – это желание любить и быть любимой. Но Елену не устраивают примитивные, «грязные» отношения. Во сне она покидает место, где мужчина моет машину и вода грязна. Какая-то женщина, купающаяся в грязной воде, олицетворяет недостойные отношения. (Здесь же и фаллический символ – шланг.) О хороших перспективах говорит эпизод сна, где Елена поднимается на холм. Это возвышение показывает, что у нее развит кругозор, она достаточно дальновидна, чтобы правильно оценить ситуацию. Пока, к сожалению, ее чувствам нет выхода (у озера нет свободного места, всюду стоят **чужие** домики). Скорее всего эти домики олицетворяют соперниц Елены, т. к. они окружили озеро – источник чувств Елены (в реальности – соперницы, окружившие ее любимого).

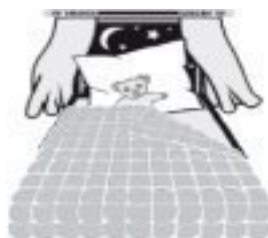
А теперь, внимание! Именно желанный домик, место у озера, и является ключевым символом сна, т. к. во сне был источником неудовольствия. По моему совету Елена построила у ближайшего к ее дому водоему, маленького озерца, шалаш. Этот шалаш **условно** означал ее домик у озера, ее место в жизни какого-то мужчины. Пока она носила сучья, ветви и другой материал для своей постройки, она как бы выстраивала в чьей-то душе «свой уголок». В один из выходных дней она пришла к своему шалашику и увидела там незнакомого рыбака. Он по-хозяйски расположился в уютном бесхозном, как ему показалось, шалаше. Узнав от Лены, что это она строитель чудесного сооружения, мужчина тактично удалился. Он хотел развернуть привезенную с собой палатку и установить ее неподалеку. Но Лена пояснила, что она не ночует в этом шалаше, а лишь приходит сюда посидеть в жаркие дни, помечтать в одиночестве и разрешила ему обустроить палатку для ночлега.

Так завязалось это романтическое знакомство, начало которому положил шалаш, построенный по намекам сна.

Итак, в приведенном сне ключевым символом был домик, занятый чужими. Чужие домики вызвали главное беспокойство у Елены, вот почему было необходимо построить свой. Модель этого, своего домика могла быть любой: от сооружения картонной постройки до возведения кирпичного дома. Елена выбрала доступную ей конструкцию. Главным для девушки было строить свое сооружение осмысленно, с верой в то, что она вступает на тропу изменений.

Открыть незнакомую дверь

Приведу еще один пример, демонстрирующий ритуал по сну, который помог в реальной жизни. Этот сон приснился пожилой женщине:



Во сне я оказалась в море, на плавбазе.

Я раньше работала на таком судне связисткой. И вот я прибыла на борт судна и мечусь по проходу. Ищу свою служебную каюту. Но нет ни каюты, ни предметов для работы (тетрадей, кодов, шифров, штампов). Никто меня не встречает. Пустые коридоры и закрытые двери кают. Я испытываю тревогу и даже страх. Проснувшись с чувством облегчения, что эти неурядицы остались во сне. Сон меня удивил. Ведь на самом деле я в работе всегда была организована. Все проходило четко. С берега провожали с честью, в море принимали с радостью.

Я уже 12 лет нигде не работаю, почему же беспокойство о прошлом вновь возникает в снах?

Я напомнила сновидице и напоминаю читателям, что сны не являются буквальным отражением жизни. Их следует понимать символически. Да, декорации сна напоминают обстановку прежних лет. Но знакомые объекты использованы бессознательным сновидицы для того, чтобы донести до нее знание, необходимое в настоящий момент. Вспомните школьные занятия. Каждое новое знание, например по математике, сообщается детям через уже пройденный материал. Если бы школьникам показали интеграл до того, как они прошли сложение, они бы ничего не поняли. Так и нам людям сны о прошлом даются для того, чтобы мы лучше поняли **новизну** предстоящего. И еще о декорациях сна. Не следует море рассматривать лишь как место дрейфа плавбазы. Море в сновидениях почти всех людей – это символ жизненного пространства, наполненного приобретенным опытом, знаниями, умениями. Корабль, как и домики в предыдущем сновидении, – это обитель души или отражение душевного состояния. В приведенном конкретном сне этот корабль пустынен. Пусты коридоры, закрыты каюты. Коридоры олицетворяют переходный период жизни. Вероятно, у сновидицы он связан с переходом на заслуженный отдых, к домашнему миру (а может, и переход в иной мир). Сон предлагает поискать новые возможности существования, «открыть» новую дверь. За закрытой дверью в переносном смысле скрыт незнакомый мир. Может быть, это творческие увлечения, садоводство, воспитание внуков или передача своего профессионального опыта молодежи.

Что делать в том случае, если осознанно ничего на ум не приходит и сновидица не знает, какому увлечению отдать дань?

Чтобы произошло озарение, надо совершить ритуал по сну. Он превратит пунктир предсказания в четко выраженный указатель. Я посоветовала женщине в качестве ритуала открыть дверь, за которой находится неизвестный ей объект. Она так и поступила. Зашла во вновь открытый в их районе магазин. Перед этим ей было предложено запомнить то, что привлечет ее внимание за дверью первым. Итак, наша пенсионерка зашла в ближайший вновь открытый магазинчик. Ассортимент товаров магазинчика, как это принято в наше время, не имел строгой направленности. Здесь продавалось все: хлеб, сникер-сы, водка, хозяйственные и детские игрушки. Внимание женщины привлекли пушистые белые собачки из искусственного меха, которые продавались в разделе игрушек. Ей даже захотелось купить одну из них в подарок внуку, но эта покупка оказалась ей не по средствам. Однако она попросила у продавца посмотреть игрушку, повертела ее в руках, потрогала глаза-пуговицы. И ушла. И важный момент! Женщина продолжала помнить об этой игрушке. Вскоре она услышала по радио, что биржа надомного труда приглашает женщин, умеющих шить, в цех производства игрушек. Ей сразу вспомнились веселые собачки в магазине, и наша пенсионерка стала работницей-надомницей цеха игрушек.

В приведенных выше примерах люди создавали *сновидческое* тело, подобное материальному, но пребывающее в благоприятных обстоятельствах. Так, сновидческое тело женщины из последнего примера совершило два действия: открыло незнакомую дверь и подержало в руках дорогую игрушку. И позднее вновь и вновь в мыслях женщины повторяло эти шаги. При достаточной длительности существования такого тела оно накладывается на материальное, и следом притягивает необходимые обстоятельства.

Что делать, когда вы проснулись

На конкретных примерах вы увидели, как сон можно связать с жизнью. Попробуем вывести основные правила разработки ритуала по сну. Рассмотрим условия, когда это возможно и выведем общий шаблон.

Перед этим я хочу дать читателям начальные сведения о толковании снов, без которых трудно понять, что предвещает сон. А это понимание необходимо, чтобы достичь главной цели – научиться приближать исполнение хорошего сна и отводить дурной.

Искусство понимания снов, как всякое искусство, опирается на две составляющие: технику и вдохновение (интуицию). Технику (азы искусства) вы найдете в следующих главах. А интуиция... она, как проблеск молнии, сама вспыхнет в нужный момент!

Главное, что необходимо уяснить, приступая к толкованию снов, – важна любая мелочь, незначительная деталь сна, запомненная вами. Порой именно в ней содержится основная подсказка, которая поможет предвидеть будущее или уяснить вашу проблему. На ней потом вы выстроите свой ритуал.

С чего начать?

Начинать и толкование сна, и его описание следует с обстановки, в которой происходит действие. Сон подобен спектаклю, происходящему на сцене вашего бессознательного, а обстановка сна – его декорациям. Конечно, бывают спектакли, как и сны, без декораций, но и тогда мы домысливаем их. Поэтому, дорогие читатели, если вы не запомнили обстановку сна, составьте предположение о том, где же вы все-таки могли оказаться в своем ночном путешествии. Это предположение не пустая фантазия, это створка, приоткрывающая вашу интуицию. Почему так важно знать, где происходит действие?

Дело в том, что обстановка сновидения в символическом виде обозначает вашу проблему. Так, дом олицетворяет внутренние переживания, производственное здание или школа – проблемы с работой и приобретением новых навыков, транспорт – ваше продвижение по жизни. Природа и ее признаки указывают на характер прогноза, на оценку перспективы. Ясные, солнечные дни, утренняя заря олицетворяют возможность благоприятного исхода перипетий, затронутых во сне. Мрачный, холодный, дождливый пейзаж часто несет негативное предзнаменование.

После изучения декорации сна переходим к анализу персонажей. Они могут принимать любой облик, в том числе животных, мертвецов или оживших покойников. Когда мы поймем, что они хотели нам сообщить, нам остается произвести только первый условный шаг-действие, чтобы включить нужную цепочку обстоятельств.

Шаг, подсказанный сном

Толкование сна, оценка предсказания не является самоцелью. Действительно, какой толк смиренно ожидать приближения ситуации, не в силах изменить ее. Толкование сна, подробное рассмотрение его символов мы проводим с единственной целью: получить ответ на вопрос «**Что делать?**». Но действие, шаг нам подсказывает сам сон.

Сон приоткрывает наше будущее. Однако приоткрывшиеся перспективы лишь возможность, не безоговорочный приговор. Судьба определена узловыми станциями, только в этом проявляется ее неумолимость. Пути, по которым вы добираетесь от одного пункта назначения до другого, вы выбираете сами! Итак, сон приоткрыл вам очередной узел вашей судьбы, как действовать дальше?

Сны, предсказывающие несчастья

Всегда надо помнить, что существуют вещие сны, которые сбываются в *буквальном* виде, как правило, в ближайшие дни. В таких случаях следует проявить обычную житейскую предосторожность. Но вот проходит неделя, другая, кажется, несчастье миновало вас (в том виде, как оно показано во сне). На самом деле, несчастья, показанные во сне, чаще всего не сбываются буквально, а предсказывают жизненные неприятности иного рода. Толкование таких снов определяет, каких именно. Вот для отведения таких **отдаленных** неприятностей и разрабатываются специальные ШАГИ, конкретные в каждом случае.

Сны, предвещающие радость

Еще реже, чем приснившиеся несчастья, сбываются в буквальном виде увиденные во сне радости. Как часто снятся встречи с покинувшими нас любимыми, и как редко они сбываются. Какие замечательные находки, большие денежные суммы радуют нас в те ночи, когда мы не имеем гроша в кармане. И, тем не менее, эти находки порой обещают нам приятные события, для приближения которых также необходимо сделать ШАГ.

Почему ШАГИ помогают?

ШАГ – это разновидность ритуального, т. е. условного действия. Всем известны религиозные ритуалы, бытовые. Остановлюсь на последних, ибо они ближе всего к нашим ШАГАМ.

Вот обычай присесть перед дорогой, чтобы путь был легким. Истоки его пропитаны символическим смыслом. В чем его суть? Прежде чем человек достигнет пункта назначения,

ему предстоит переходное состояние, полное неизвестности, не имеющее границ. Присяжание означает утверждение своего места, очерчивание границы. Человек как бы закрепляет за собой часть своего личного пространства. Кроме того, это последняя возможность прочитать подорожную молитву, взять ее с собой как оберег. Все эти действия способствуют повышению уверенности путника в себе и делают его более устойчивым к тяготам дороги.

Вспомним обряд вступления в брак. Он, как известно, сопровождается обменом колец, которые призваны скреплять семейный союз. В прежние времена кольца были разные: одно золотое, другое серебряное. Золото символизирует солнечный свет, который является мужским знаком. Серебро олицетворяет таинственное свечение Луны, которая связана с женской сущностью. Дополняя друг друга, кольца становились основой гармонии брака.

Теперь наши новобрачные покупают одинаковые кольца, как правило, золотые. А одноименные заряды, как известно из физики, отталкиваются.

Так же скрупулезно, как древние народы складывали обряды, современные специалисты-психотерапевты разрабатывают РУКОВОДСТВО К ДЕЙСТВИЮ – ШАГИ, подсказанные сном. Психотерапевтическими приемами пользуются также маги и колдуны. При этом они утверждают, что наделены особой магической силой. Но этой силой обладает каждый, кто овладел магическими секретами и кто имеет чистые помыслы.

Главная составляющая ШАГОВ – конкретное физическое действие. Это действие может выглядеть разумным, необходимым или казаться сплошной нелепицей. Главное, чтобы его характер вытекал из осмысления сна. Такой ШАГ запускает цепочку удивительных преобразований в нашей жизни, поскольку устанавливает прерванную связь разных уровней бытия и духа. Мышление, личное бессознательное (сон) и коллективное бессознательное (универсум) объединяются в один вектор. И направленная сила этого вектора способна перевернуть нашу жизнь!

Шаблон для выработки ритуала

1. Определить тревожащий образ сна (ключевой символ).
2. Подыскать модель-отражение этого образа в жизни.
3. Совершая с моделью магическое действие, задать себе вопрос, что вы хотите узнать или воплотить в жизнь.

Вы должны произнести ваши вопросы и желания вслух или написать на бумаге. Круг вопросов, решаемых с учетом подсказок сна и ритуалов на их основе, достаточно широк:

- Что меня ждет в будущем (за закрытой дверью)?
- Кто виноват в ссоре (на кого окажется похож «задуманный» человек)?
- Где я встречу любимого (найти место, которое вас «выберет»)?
- Кем мне работать (представить должность)?
- Откуда достать деньги?
- О чем предупреждал покойник?

Найти ответы на многие вопросы часто помогает мысленный разговор с портретом умершего или со знаменитостью, из тех, что вам приснились. Когда вы ищете место желаемой для вас встречи (будь то с любимым человеком или с работодателем) почаще открывайте незнакомые двери. Но, когда ваша задача – достать деньги, думайте не о купюрах, а о вещах, которые можно купить на будущие деньги.

На что обратить внимание дальше

В следующих главах вы найдете примеры конкретных сновидений и ритуалов по ним. Чтобы примеры были полезны каждому читателю, я выбирала для них такие сны, которые

в разных комбинациях встречаются у многих, носят универсальный характер. Эти примеры можно использовать как основу для выработки шагов-действий по своим снам, выбирая из них фрагменты или заимствуя весь ритуал целиком. Подбирая пример к своему частному случаю, помните основное правило подобия снов: по эмоциональному воздействию. Так, картины, наводящие тоску, будь то заброшенное строение или пасмурный природный пейзаж, сходны в одном – в неблагоприятных обстоятельствах. А красивый дворец и солнечный сад одинаковы в счастливом предзнаменовании.

Для удобства пользования этой частью как справочным пособием сны объединены по главам:

- Дом, который построил сон.
- Животные в сновидениях.
- Мертвецы и ожившие покойники.
- Любовные грезы.
- Происшествия в транспорте.
- Сны о травмах и болезнях.

К каждой главе прилагаются сонник и пояснения, как пользоваться сонником для толкования сна. Пояснение смысла сна необходимо для выработки правильного ритуала, который изменит вашу жизнь в нужную сторону. Приведенные примеры показывают, как чутко жизнь реагирует на наши условные шаги-ритуалы. В книге использованы сны людей, как знакомых мне лично, так и читателей, которые прислали мне сны почтой после выхода моих первых книг. Мои корреспонденты очень разнятся и по социальному положению, и по образовательному уровню, и по возрасту. Но сны людей в тех или иных вариациях повторялись, потому что жизненные проблемы людей сходны. Более того, сны стирают преграды, установленные жизнью. Никому, например, не будет препятствий, если он захочет пообщаться с президентом. Признаюсь, что во сне я и сама не раз удостоивалась высокой аудиенции.

Глава 2 Дом, который построил сон

Какой бы сон ни приснился вам, какие бы чудесные события ни происходили в нем, обратите внимание на место, где они происходят. Если в доме или рядом, то читайте эту главу.

Сонник



Дом в целом

Здание (общественное) обозначает ту область, к которой относятся ваши проблемы.

Завод, фабрика — перемены, связанные с работой.

Школа — вам предстоит освоить нечто новое.

Гостиница — кратковременная ситуация. *Общежитие* — беспокойство, поиск своего места в жизни.

Больница — опасность заболевания или душевный кризис.

Церковь — вы на пути духовного роста. *Дворец* — ваши планы грандиозны, но их исполнение возможно при усиленной работе. *Замок* — замкнутость, чувство защищенности или неприступности кого-то.

Лачуга, хижина — к стесненным обстоятельствам.

Ларек, собачья конура, скворечник — скромная работа, бедность, замкнутость.

Дом (жилой) — фасад дома соответствует вашему представлению о себе в глазах окружающих; отдельные части дома символизируют определенные проблемы, стоящие перед вами (см. ниже).

Части дома

Крыша — ваше внимание обращено на внешний мир или защиту от него.

Чердак — вы строите новые планы, но не всегда учитываете внешние обстоятельства.

Подвал — вам необходимо избавиться от своих страхов, опираясь на прошлый опыт. *Комната* — вид и назначение комнаты сообщает о той стороне вашей жизни, которая настоятельно требует к себе внимания.

Кухня (комната для приготовления пищи) — вы должны решить материальные проблемы. *Столовая* — проблемы общения (не обязательно с домашними).

Спальня затрагивает вопросы сексуальной жизни или указывает на утомление, необходимость отдыха.

Ванная комната выявляет чувство внутренней вины (иногда неоправданно переживаемой сновидцем), а также желание избавиться от какой-то связи, надоевших отношений. *Туалет (чистый)* — стремление к уединению, покою, (*испачканный фекалиями*) — знак прибыли, основанной на чужом или своем опыте.

Кладовая — вы должны накопить или использовать ранее накопленные ресурсы (деньги, опыт, знания).

Коридор предсказывает перемены или необходимость принятия решения.

Лестница олицетворяет наше продвижение по жизни. Подъем по лестнице – к успеху, спуск – к самоуглублению, отходу от внешней жизни. Бесконечная лестница – неопределенность планов.

Лифт в отличие от лестницы отражает желание подъема или страх падения, но указывает на то, что вы прилагаете недостаточно усилий для своего продвижения.

Стена указывает на препятствие, которое вам предстоит преодолеть или на уязвимость ваших позиций (например, разрушенная стена комнаты).

Потолок: видеть высокий потолок – большие возможности, низкий потолок – недостаток знаний, завышенные амбиции.

Пол характеризует основу жизни. Ремонт пола – изменение образа жизни. Мыть, подметать пол – от кого-то или чего-то избавиться. Грязь, мусор на полу – неумение наладить свою жизнь, подчинение случайным обстоятельствам.

Окна: заглядывать с улицы – желание лучше понять себя или другого; из дома на улицу смотреть – оценивать возможности (красивый вид – благоприятные; мрачный, глухая стена за окном – тоска и одиночество). *Стекло в окне заметить* – хрупкость позиции, ваши планы сбудутся нескоро.

Разбитое стекло – неудача, ссора.

Двери (важно отметить, закрытая или открытая). Открытая – вы найдете выход из затруднительного положения. Закрытая дверь – препятствие на пути. Кто-то взламывает вашу дверь – опасность, предательство.

Внутри помещения

Печь (холодная) – к разочарованию, (топящаяся) – в семье будет лад.

Плита (газовая или дровяная, с огнем) – к решению материальных проблем, (холодная) – к бедности.

Раковина (засоренная) – к болезни, (чистая) – к успеху.

Вода, льющаяся в раковину или ванну – вам необходимо «смыть» чувство вины или избавиться от разочарований, болезненных эмоций.

Стол кухонный – преобразования в материальном положении.

Стол обеденный (накрытый) – вам предстоит приятное общение или новое знакомство.

Стол пустой, в трещинах – в общении возникнут проблемы.

Шкаф, комод, – символическоеместилище прошлого опыта, переживаний, чувств.

Шкаф (пустой) – поиски тайны, утерянный секрет, (вынимать из шкафа что-то) – настало время проявить свои не востребуемые качества; (прятать что-то в шкаф) – скрыть какие-то замыслы; (набитый одеждой и вещами, сваленными в беспорядке) – запутанность в отношениях, (запертый шкаф) – вы встретитесь с какой-то тайной.

Сундук (с ценными вещами) – прибыль, радость; (с хламом) – беспокойство; (пустой) – лопнувшие надежды.

Буфет (с посудой) – поиск общения или источников материального достатка.

Буфет (пустой) – к нищете.

Кровать – лежать на кровати или видеть больных – к болезни, усталости. Видеть красивую убранную кровать – к любовным отношениям.

Одеяло – испытывать неуверенность, потребность в защите. Рваное одеяло – к нищете.

Простыня – сексуальные отношения, болезнь или неизвестные события, ожидающие вас.

Диван – отдых, беззаботная жизнь.

Кресло – вам предстоит обдумать новые планы.

Стул (пустой) – возможно вакантное место, сидеть на стуле – проявлять пассивную позицию.

Стул (сломанный) – неудача в работе или в доме.

Ковер (на полу в вашем доме) – вас ждет спокойная жизнь; (в общественном месте) – вам необходимо принять ответственное решение. *Ковер* (на стене красивый) – вы занимаете уверенное положение; (порванный) – ваши тайны будут раскрыты.

Шторы, занавесы (закрытые) – скоро вам откроется какая-то тайна; (открытые) – вы можете стать жертвой пустого любопытства. *Абажур, люстра, лампа* (светящиеся) – личное счастье и удача в жизни.

Погашенные светильники – ваше дело сорвется, неудача в личных отношениях. *Тарелки* (наполненные чем-либо) – к материальному успеху, (пустые) – вам придется искать выход из какой-то ситуации.

Вазы, чашки – к интимным отношениям. *Красивые чашки* – расцвет чувств; (битые, грязные, в трещинах) – разрыв отношений, болезнь, наступление старости.

Стаканы, бокалы, рюмки (наполненные вином) – дружба, успех или предупреждение о злоупотреблении алкоголем, (пустые) – к неудаче.

Чайники, кофейники (с чаем и кофе) – вы найдете дружескую поддержку в чьем-то лице.

Оценка состояния предметов, частей интерьера и дома в целом

Красивое – взаимность в чувствах и удача в делах.

Крепкое – замкнутость, необходимость хранить тайны.

Сломанное – неожиданность.

Пустое, погасшее – олицетворение плохого состояния дел, необходимость действия.

Светлое, ясное – счастье ждет вас.

Просторное – большой потенциал сновидца. *Тесное* – несвобода в действиях.

ПОЯСНЕНИЯ К СОННИКУ



Дом является символическим вместилищем нашей души. Внешний облик дома обычно соответствует тому, как, по нашему ощущению, мы выглядим в глазах других. Фасад дома, его размеры, архитектурные детали – все это можно перевести на язык, характеризующий наш внешний облик. В приведенных сегодня в качестве примеров снах это проявляется особенно наглядно. Так, молодая женщина Анастасия (сон № 1) видит свой домик очень привлекательным, украшенным резными узорами. Несомненно, и в глазах окружающих она предстает миловидной женщиной.

Иной дом выстроен во сне пожилой безработной женщины (сон № 2): невзрачный, заколоченный, нежилой. Такой дом показывает, что женщина не обладает социальной активностью. Вероятно, окружающие не проявляют к ней интереса и внимания. Дом-крепость Андрея (сон № 7) отражает сильного, здорового юношу, но отгороженного от своих сверстников.

Часто во сне люди обходят свой дом кругом и обнаруживают, например, что со стороны улицы он выглядит наряднее, чем, например, со двора. Такой сон говорит о том, что к разным людям сновидец повернут разными сторонами своей личности. Преуспевающий банкир может быть респектабелен в глазах своих сослуживцев, но невнимательно относиться к

матери или жене. Тогда в его сне может появиться роскошный особняк с безукоризненным фасадом и задней стороной дома с отвалившейся штукатуркой.

Как правило, лишь один дом, построенный вашим сном, олицетворяет вас самих. Другие дома, если вы находитесь на улице или смотрите на нее из окна своего дома, могут представлять других людей. Так, во сне № 3 мужчина видит из окна своего дома собачью будку, которая может символизировать внешний облик его жены: маленькая, уютная, запрещающая входить внутрь, отделенная от мужа своим внутренним миром.

Кроме нарядности или небрежности наружных стен дома информативным признаком является наличие или отсутствие окон и дверей. Дом с множеством окон олицетворяет любопытного, открытого миру человека. Особенно важно присутствие двери, указывающее на дополнительные возможности, которые откроются для вас в ближайшем будущем.

Когда действие сна разворачивается внутри дома, то определенная его часть выражает те или иные потребности человека. Понять соответствие частей дома и душевных движений чрезвычайно просто. Оно полностью повторяет наше сознательное представление о назначении помещений. Даже в обыденной жизни мы используем сравнения типа «Крыша поехала», «Лестница успеха», «Смыть с себя вину», «Заглянуть в творческую кухню». И каждый поймет, что говоря о крыше, которая поехала, мы имеем в виду неполадки с головой человека. Поднимаясь по «лестнице успеха» мы делаем усилия для достижения цели. А человек, который смывает вину, не сидит весь день в ванне. Скорее всего он пытается как-то исправить допущенные ошибки. Отличие сновидения от яви заключается в том, что все приведенные метафоры мы видим во сне в виде буквальных сцен: и сломанную крышу, и купание в ванне, и подъем по лестнице. Когда мы просыпаемся, нам остается только перевести смысл этих метафорических действий на язык чувств и переживаний.

Приведем здесь расширенное толкование помещений дома (кратко изложение дано в Соннике.)

Чердак олицетворяет голову, в которой зарождаются планы, закладываются моральные принципы, возникают интуитивные решения. Выглядывать из чердака – означает строить новые планы, увязывая их с внешним миром. Действовать внутри чердака, ходить по нему, что-то искать, означает, что вы строите новые планы, но не всегда учитываете внешние обстоятельства.

Подвал – если вы во сне оказываетесь в подвале, это всегда означает некоторое затруднение. Иногда оно вызвано застарелыми проблемами, нерешенными на протяжении жизни задачами, страхами или воспоминаниями. Но в подвале могут зарождаться и настоящие, но еще не осознанные желания, тайные помыслы, как, например у юноши во сне № 7. Если во сне вам удастся рассмотреть, изучить подвал, то такой сон может предвещать, что вы разберетесь со своими проблемами.

Если же вы оказываетесь в подвале запертыми, испытываете страх, то скорее всего вы окажетесь в безвыходной ситуации. Обычно, сон все же старается показать пути выхода из «ловушки»: окошко, щель, прорытый ход, пролом.

Комната – вид и назначение комнаты сообщает о той стороне вашей жизни, которая настоятельно требует к себе внимания. Так, *кухня* (комната для приготовления пищи) указывает на вашу активность в жизни, грядущих переменах, связанных с материальной стороной, которые вы подготавливаете сами. *Столовая* – проблемы общения (не обязательно с домашними). *Спальня* затрагивает вопросы сексуальной жизни или указывает на утомление, необходимость отдыха. *Ванная комната* выявляет чувство внутренней вины (иногда неоправданно переживаемой сновидцем), а также желание избавиться от какой-то связи, надоевших отношений. *Туалет* – стремление к уединению, покою, избавлению от хлопот или прошлых переживаний. *Кладовая* олицетворяет ситуацию, когда вам необходимо накопить или использовать ранее накопленные ресурсы (деньги, опыт, знания).

Коридор предсказывает перемены или необходимость принятия решения. Остановиться в коридоре означает испытывать нерешительность. Двигаться по коридору и видеть выход из него – к переменам.

Лестница олицетворяет наше продвижение по жизни. В первую очередь отражает ваше внутреннее развитие, развитие вашего ума, кругозора. Как правило, если эти качества реализовываются у сновидца, то они позволяют ему достичь успеха и в реальной жизни. Во сне такой человек также поднимается по лестнице. Иногда человек отказывается от борьбы за «место под солнцем», он углубляется в себя, в тайники своей души, лестницы его сна ведут в подвалы. Но следует отметить, что и бесконечные подъемы и бесконечные спуски мало связаны с внешними изменениями. Они означают лишь неопределенность планов, поиск своего места в жизни. Информативным сном может быть такой, в котором вы поднялись или опустились на один-два марша. В этом случае вас ждет конкретная удача (при подъеме) или потеря положения (при спуске).

Лифт связан с жизненным статусом не так однозначно как лестница. Движение в лифте отражает скорее лишь представление об успехе или неудаче, а не конкретную степень вашего положения. Сны с лифтами часто указывают, что вы или недостаточно прилагаете усилий для достижения цели, или не продумали четко свои планы, или опасаетесь потерять достигнутое. Вот почему лифт часто уходит из-под ног у людей, стоящих на высокой ступеньке общественного положения и, напротив, уносит в высь людей со скромными достижениями.

Однозначный вывод можно сделать лишь о застревании в лифте во сне. Такая ситуация предсказывает неопределенность положения наяву. Также неблагоприятен ветхий, разваливающийся лифт, который указывает на то, что вашему положению что-то угрожает.

...и еще о снах, содержащих картинки дома²

Рассмотренные значения помещений дома имеют универсальный характер, например кухня всегда говорит о преобразованиях в жизни, спальня – об интимных отношениях или отдыхе и т. д. Уникальность же толкования каждого дома, приснившегося вам, заключается в том, какое место приснившийся дом занимает в вашей жизни. Один акцент толкования будет проявлен, если это ваш нынешний дом. Другой – для дома вашего детства, дома друзей или абстрактного, незнакомого дома.

Принадлежность дома подсказывает, к какому периоду относится поднятая сном проблема, что вам следует предпринять, чтобы разрешить ее, какие силы (или процессы) создали ваш сон.

А сейчас давайте немного отвлечемся от рассмотрения дома и проясним, откуда к нам приходят сны. Источник возникновения снов показывает, как прошлое и будущее отражается в них. Есть несколько хранилищ, где аккумулируется сырье для производства снов.

1. Во-первых, это наше *предсознание*, в котором происходит переработка событий сегодняшнего дня, недавнего прошлого. Сны, порожденные этой областью, на редкость реалистичны, почти повторяют реальные события. Сны из предсознания поднимают проблемы, хорошо известные и нашему сознанию.

2. Вторая группа снов приходит к нам из личного бессознательного, где хранятся наши личные, но вытесненные и условно забытые воспоминания. К ним относятся неприятные переживания, неприличные (по понятиям общественной морали) устремления и желания. Сновидения, порожденные в этой области, хорошо изучены основателем психоанализа З. Фрейдом.

² При первом чтении этот раздел можно пропустить без ущерба для понимания примеров.

3. Другие сны даже отдаленно не напоминают нам о событиях личной жизни. Мы встречаемся во сне с героями, сказочными чудовищами, попадаем в чудесные дворцы и незнакомые страны. И, что особенно характерно для таких снов, сами являемся персонажами прошлых эпох, одеты в необычные костюмы. Что отражают эти картины? Это наша генетическая память, т. е. прошлое не отдельного человека, но всего человечества. К. Юнг назвал общую генетическую память **коллективным бессознательным** и привел множество подтверждений (сновидений) ее существования. Некоторые исследователи считают, что такие костюмированные сны, в которых вы попадаете в другие эпохи, отражают ваши прошлые воплощения, реинкарнации. На это предположение есть лишь одно возражение: почему-то большинство снов такого рода разворачиваются в королевских дворцах, хотя простых людей во всех эпохах было несравненно больше, чем царственных особ. Таким образом, примем гипотезу существования коллективного бессознательного как источника и хранилища всеобщей информации. При толковании подобного сна будем искать общий акцент, связывающий странный сон и вашу жизнь. Вероятнее всего Универсум выбрал именно вас для решения какой-то общественной задачи. И очень важно в таком случае определить правильное место в своей жизни.

4. Эту категорию составляют сны-откровения, приходящие к нам из Сверхсознания (Космический Разум, Божественное Послание). Это, так называемые, нуминозные, т. е. сверхъестественные сны. Их процент среди всех сновидений ничтожно мал, но именно такие сны открывают нам Знание.

Большая часть снов порождена нашим личным бессознательным и предсознанием, что не умаляет их значения. Каждый человек в глубине души знает, как ему поступить и даже, что его ожидает. Но это знание можно извлечь только из сна или с помощью гипноза и медитации.

В чьем доме происходят события сна?

А теперь вернемся к теме этой главы – теме дома. Итак, мы отметили, что важную информацию несет знание о том, в чьем доме разыгрываются события сна. Рассмотрим следующие варианты:

- а) дом напоминает тот, в котором вы живете сейчас;
- б) дом по сюжету сна является вашим, но наяву у вас нет такого дома;
- в) дом, в котором вы жили раньше;
- г) дом, знакомый вам (дом ваших друзей или врагов);
- д) дом, увиденный в кино, спектакле;
- е) неизвестный дом, т. е. дом ни во сне ни наяву не понятно чей.

Если, проснувшись, вы определили, какого рода дом вам приснился, то без труда поймете, чем вызвана ваша сегодняшняя проблема. Так, ваш нынешний дом указывает на то, что вы не определились в отношениях с вашими близкими или друзьями, конфликт с которыми возник совсем недавно.

Дом, который был вашим только по сну, отражает ваше желание изменить свое положение в будущем.

Сон, в котором вы видите дом вашего детства или дом иного важного периода в вашей жизни, способен дать наилучшую подсказку для решения застарелых проблем. Как правило, наличие такого дома показывает, что ваши нынешние проблемы возникли из-за того, что в определенный период жизни в вашем характере случился нежелательный надлом. Мы рассмотрели пример такого сна (сон № 9). Поясню подробнее. Допустим, вам приснился дом вашего детства, в котором вы вступаете в конфликт с вашим нынешним приятелем. Ищите в таком случае эпизод ссоры в вашем детстве, в котором вы, на свой сегодняшний взрослый

взгляд, были виноваты. Если вам удалось вспомнить такой случай, вам остается только с этой точки зрения проанализировать свои нынешние поступки.

Дом ваших знакомых, показывает, что их главные проблемы касаются, некоторым образом и вас самих (см. сон № 6). Даже наяву, если вы приходите к другу домой и узнаете, что не все так гладко в его жизни, вы часто находите сходство и с вашими личными затруднениями. Но иногда эта аналогия открывается вам лишь во сне. Подобные параллели возникают и при посещении дома вашего врага.

Теперь посмотрим, что означает, если дом из вашего сна похож на известный вам лишь по кинофильмам, спектаклям или картинам. В сне № 6 сновидица попадает в богатый дом, увиденный ею в сериале. Как было показано в толковании этого сна, такой дом представляет внутреннее восприятие себя самой сновидицы. Также он может отражать и желаемое развитие вашей будущей жизни.

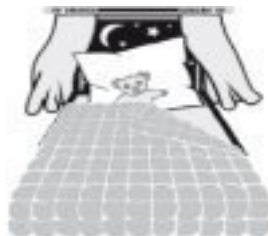
И наконец, вам приснился совершенно неопределенный дом. Вы его никогда не видели наяву, и во сне он был не известно чей, заброшенный, нежилой. Скорее всего такой сон указывает на то, что ваша жизнь изменилась настолько, что многие старые события и стремления оказались из нее бесповоротно вычеркнуты. И все же появление заброшенного дома в вашем сне настоятельно требует вернуться к прошлому и как-то завершить прерванное. Например, одной женщине приснился заброшенный дом, в котором стояло пыльное пианино. Она никогда не училась игре на этом инструменте, но в детстве завидовала подружке, к которой ходила на дом учительница музыки. Она забыла об этой своей давней мечте, даже не стремилась, как это часто бывает, воплотить ее в детях. Но после этого сна она задумалась о просьбе своей семилетней дочки, от которой прежде отмахивалась. Дочка просила отдать ее в танцевальный кружок, но организационные сложности препятствовали этому. Этот сон помог молодой женщине исправить ошибку ее собственной матери и найти возможность для развития талантов своей дочки. Приведенный случай показывает, что прошлые переживания, отраженные в снах, всегда связаны с задачей дня сегодняшнего.

Примеры

А теперь рассмотрим сны, в центре внимания которых оказался дом. Во сне мы можем увидеть дом снаружи или оказаться внутри него. В таких случаях события сна не должны заслонить от нас облик запомнившегося дома или его части. Нередко именно в этих деталях таится разгадка сна!

Сон № 1. «Меня не пускают в дом»

Сон прислала Анастасия М. (28 лет, СПб.):



Я работаю менеджером в фирме, и однажды мне поручили написать отчет, к которому я не знала, как подступиться. Я пришла к маме со слезами на глазах и попросила о помощи. Хотя она работает в другой системе, она смогла разобраться в моем деле и помочь мне, как делала это не раз на разных этапах жизни. В тот вечер, засыпая, я думала, как все хорошо и как мне повезло с мамой. Но приснившийся сон удивил меня.

Во сне я оказалась около красивого дома с резными окошками, который стоял посреди зеленого огорода. Как будто я недавно купила этот дом и теперь хотела его обустроить.

Но мама хотела туда прорваться и сделать там все по-своему. Она нагло ухмылялась, пыталась отстранить меня. Я чувствовала, что ненавижу ее, во мне все кипело. Я кричала, что это мой дом, потому что я его купила. Борьба ничем не завершилась, я проснулась. Наяву мне стало даже стыдно, что я не пускала в дом свою мать...

Толкование

Анастасия видит свой дом снаружи красивым, нарядным. Видимо, такой красивой, нарядной она предстает перед сослуживцами. Но в своем внутреннем мире она испытывает беспокойство и старается как-то определиться со своими взглядами. Почему же она не пускает в дом свою мать, к которой наяву испытывает только благодарность? Здесь проявляется ее законное желание защитить свой внутренний мир, принятый уклад жизни от материнского влияния. Помощь, которую молодая женщина приняла от матери наяву, принесла ей внутреннее разочарование в собственных силах и показала ее несостоятельность как специалиста. Возможно, мать Анастасии действительно «все знает». Однако наряду с готовностью помочь, она, вероятно, пытается навязать дочери свои принципы, подавляет ее.

Отстаивая право обустроить дом во сне, Анастасия отстаивает свое право на самостоятельность в жизни. Огород, окружающий дом, указывает на возможность достижения этой цели и преодоления затруднения в ближайшем будущем (вид огорода во сне означает необходимость трудиться).

Руководство к действию

Итак, сновидение подсказало, что Анастасии необходимо утвердить себя как самостоятельную личность, при этом сохраняя преемственность традиций своей семьи. Следовательно, ей необходимо совершить ритуал, который в первую очередь будет символизировать самостоятельность. Вариантов условного проявления самостоятельности много. Можно по-особому обустроить свою комнату, говоря себе: «Это моя комната, моя душа, здесь все будет по-моему». Можно приобрести себе новый наряд, также не забывая, что он является символом самостоятельности. Можно познакомиться с молодым человеком и не торопиться «предъявлять» его маме. Даже туристическая поездка может стать ритуальной, если ее будут сопровождать внутренняя уверенность и слова «Это моя жизнь, моя дорога, моя судьба».

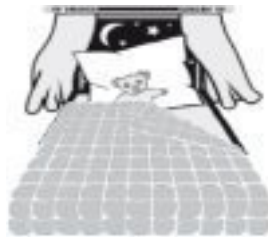
Вторая подсказка сна – это необходимость сохранить лучшие традиции семьи и не потерять духовную поддержку матери. Но Анастасия должна найти в себе ту силу, которую воспитала в ней мама. Напоминанием о лучших качествах, поддержке, которую дает мать, может быть ее фотография, старая сумка и т. д. Не обязательно с этой уже немодной сумкой ходить по улице. В ней можно, например, хранить дома документы. Главное, что сумка хранит мудрость мамы, ее жизненный опыт.

Задача Анастасии при составлении ритуала по этому сну учесть все моменты своих взаимоотношений с матерью. Вот вариант ритуала, учитывающий все вышесказанное:

1. Обустроить свою комнату или ее часть по собственному усмотрению (опора на себя и свои взгляды).
2. Поместите фото мамы в том месте, где ее советы были бы особенно полезны (например, на кухне или рабочем столе).
3. Свою фотографию поставьте на то место, в котором вы хотите утвердить свои принципы.

Сон № 2. «Мой домик заколочен»

Это отрывок из сна, приснившегося безработной электромонтажнице Е. К., 52 года:



Я иду по какому-то полю, равнине, покрытой снегом. Никаких строений, кроме опор электропередачи. Эти вышки такие огромные, что кажется, будто они упираются в небо. Я чувствую себя очень маленькой рядом с ними. Я подхожу к своему дачному домику, но он заколочен. Какие-то мужчины складывают рядом хворост в кучу, прямо на снегу, но огня не разжигают. Мне холодно, хочу попасть в дом, обхожу его. Но всюду заколоченные окна и никаких дверей.

Толкование

Внешний вид дома показывает, какой видит себя Е. К. в глазах окружающих: замкнутой (заколоченные окна) и невзрачной. Отсутствие дверей (невозможность попасть в дом) указывает на то, что Е. К. боится взглянуть правде в глаза, разобраться в себе в сложившейся ситуации. Снег и холод подчеркивают безысходность положения. Обстановка сна показывает, что самостоятельно женщина не сможет преодолеть кризис. Возможная поддержка, опора может быть найдена в лице мужчины (которого олицетворяют вышки). Однако твердость и материал этих опор (железо) показывают отсутствие теплых отношений с человеком, который мог бы оказать помощь. Указание сна: необходимо возродить костер старой дружбы или любви (разжечь сухие ветви).

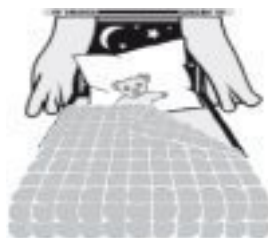
Руководство к действию

Сон Е. К. показывает, что для нее актуальна задача возобновления или обретения новых дружеских связей. Ей предстоит по-новому взглянуть на обстоятельства, чтобы выработать иную стратегию поведения и найти работу. Символическая попытка установления связи с людьми может совпадать с реальной, т. е. можно позвонить старым друзьям, написать письмо. Но сон подсказывает очевидное действие, именно то, которое во сне не получилось – разжигание огня. Огонь символизирует тепло, теплые дружеские отношения.

Второй символический шаг, который необходимо совершить, это шаг, ведущий к расширению перспективы в жизни. Тут могут быть разные способы: взобраться на холм, подняться на высокий этаж, прокатиться на колесе обозрения. В момент совершения ритуала необходимо сосредоточиться на своих целях и задачах. Выбирая вариант действий, приближенный к теме сна, остановимся на следующих:

1. Разжечь костер, свечу или огонь в печи (для оживления старых, погасших взаимоотношений).
2. Вымыть окна в своем доме (что в переносном смысле означает не замыкаться в себе, смотреть на мир открытыми глазами).

Сон № 3. «Подростки мочились на собачью будку»



Этот сон беспокоил мужа моей подруги. Алексей, 46 лет, вырос в деревне, но давно покинул ее и живет в городе. Закончил институт, работает прорабом на стройке. Зарабатывает достаточно, а потому жена его сидит дома, не работает. Он отдает жене получку, но этим его участие в жизни семьи и ограничивается. Впрочем, работа у него напряженная, домой возвращается усталый, измотанный и, поужинав, сразу ложится спать часа на два. Затем заканчивает свой вечер у телевизора просмотром информационной передачи. Однажды во время своего ежевечернего отдыха он увидел следующий сон:

Я был в своем доме детства и смотрел из окна во двор. Я увидел, как незнакомые подростки перелезли через забор и остановились у собачьей будки, начав мочиться на нее. Я выбежал на крыльцо, стал на них кричать и прогонять со двора. Они выбежали в калитку.

Толкование

В отличие от предыдущих снов в этом сновидец находится внутри дома. Это дом его детства, что означает максимальную искренность мужчины с самим собой. Взгляд из окна олицетворяет наблюдение за внешней жизнью, за другими людьми. Если главный дом сна символизирует самого сновидца, то другие строения отражают его видение других людей. Кого может отражать собачья будка? Можно допустить, что это невзрачное строение олицетворяет в глазах Алексея его жену, преданно, как собака, охраняющую его дом и в то же время не открывающую ему свой внутренний мир. Кто же или что угрожает его жене? Подростки во сне облегчаются над будкой. Это действие символизирует расслабление, избавление от раздражения. Наяву Алексей, как и многие мужчины, часто срывает зло на своей жене, снимая дома напряжение, накопившееся на работе. Во сне Алексей недоволен действиями подростков. Он пытается отогнать их от будки (защитить жену). Но, отгоняя «их», сновидец как бы осознает собственную небрежность по отношению к жене, т. е. желает изменить свое поведение. Этот сон явно показывает напряженность во взаимоотношениях супругов, которая тяготит мужчину.

Руководство к действию

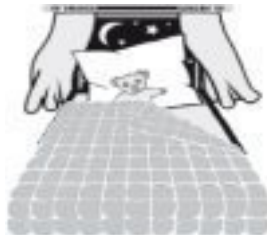
Если Алексей осознает, что «наглые подростки» – это его собственная часть, привычное поведение, сохранившееся с подростковых лет, он сможет изменить обстановку в семье. Но избавляться от каких-то качеств гораздо сложнее, чем приобретать новые. Поэтому не стоит производить насилие над собой, над своим характером. Лучше сделать что-то полезное, что в своей взрослой жизни Алексею уже приходилось делать не раз. Хорошо разрядит напряжение в семье ремонт какой-либо вещи. При этом, ремонтируя, например, старый кухонный столик, Алексей должен мысленно вообразить, что он восстанавливает отношения в семье. Кстати, «наглые подростки» сами покинут Алексея в этом случае. Их удел – мелкое хулиганство, а кропотливая работа для подростков утомительна.

С другой стороны, Алексею следует повнимательнее присмотреться к «будке», т. е. к той внутренней жизни, которой живет его жена. Может, в эту «будку» внести букет цветов или коробку конфет? Итак, возможные действия сновидца.

1. Отремонтировать вещь, требующую починки (для изменения внутреннего состояния, изгнания «подростков»).

2. Сделать небольшой подарок жене, приятный ей.

Сон № 4. «Я поднимаюсь на чердак своего домика»



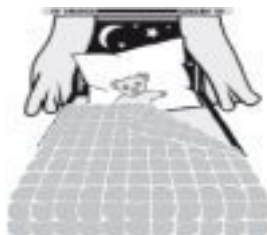
Именно чердак своего дома чаще всего видит во сне телефонистка Елена Я. (30 лет, Ленинградская обл.). Елена замужем, имеет детей и в целом жизнь ее благополучна. Она прислала несколько снов о чердаке. Давайте познакомимся с ними, чтобы понять предсказание снов с подобным интерьером:

Я поднимаюсь на чердак по деревянной лестнице. Захожу в помещение, но вместо обычной рухляди вижу кирпичный пол и какие-то столбы, тоже

кирпичные. Вдруг пол подо мной начинает рушиться. Действие происходит днем. Я вижу в большом чердачном окне солнце. В его лучах клубится пыль от разрушенного пола.

Я пытаюсь спастись, прыгаю с места на место, цепляюсь за какие-то балки. И знаю: главное добраться до лестницы. В конце концов мне это удастся.

И еще один сон Елены:



В другом сне я опять поднялась на чердак, опять по лестнице и обнаруживаю, что крыши на чердаке нет. Он похож на открытую смотровую площадку, особенно отчетливо я вижу звезды. Меня охватывает сильное беспокойство, что на доме нет крыши, и я пытаюсь соорудить какое-то ее подобие из валяющегося тут же хлама.

Действие следующего сна снова происходит на чердаке. Обстановка чердака почти привычная, но почему-то там навалено сено (вообще-то, сено у нас хранится на другом чердаке, сарая). Помещение огромное. Кто-то мне говорит, что надо все разобрать, т. к. здесь будут строить комнату для гостей.

Я начинаю уборку, но тут у меня возникает ощущение, что я что-то потеряла. Что именно, я не знаю, но везде лазаю, по сему, в старых тряпках, но найти не могу. Весь чердак я так и не успеваю разобрать к приходу гостей, лишь один угол освобождаю от хлама, самый темный и неудобный. На расчищенное место я кладу матрасы и укладываю на них гостей: тетю и своих двоюродных сестер. Сама ложусь рядом и тут же просыпаюсь.

Толкование

Сны о чердаке указывают на то, что Елена строит планы, хочет что-то изменить в своей жизни. Но в данный момент, имея маленьких детей, не располагает большой свободой в их осуществлении. Все же это не бесплотные мечты, ведь женщина сама поднимается по лестнице, т. е. прикладывает усилия. Окна на чердаке (в первом сне) большие, что означает, что у Елены большой жизненный кругозор, она почти реально оценивает свои возможно-

сти. Почему «почти»? Ошибки ее представлений выражены в опасениях, проявившихся на чердаках ее снов. В первом сне на чердаке обрушивается пол, т. е. граница между мечтами (головой) и реальной жизнью. Видимо, женщина в мыслях несколько опережает получение результатов. Однако ее материальному благополучию ничто не угрожает, ведь пол проваливается не в комнате. Во втором сне сновидица дает свободу своим планам, но тут же останавливает себя: дом не может существовать без крыши. Оба эти сна предвещают лишь изменение системы взглядов, но не реалий жизни. Третий сон расставляет по местам мечты и реальность. Чердак оказывается завален сеном, которое олицетворяет засохшие чувства и переживания. Т. е. в первую очередь Елене необходимо отказаться от старых переживаний, намерений, чувств.

Расчищенный уголок чердака и постеленные там матрасы указывают на то, что Елене необходимо оставить старые планы, сделать передышку. Где искать приложение своим силам (ненайденное нечто, затерявшееся в хламе и сене)?

Ответ на это дает образ тети и двоюродных сестер. Видимо, то, чего они достигли, должно вдохновить Елену и указать ей направление поисков.

Руководство к действию

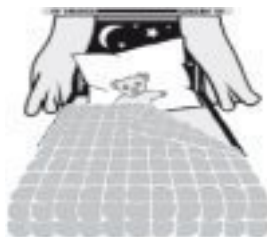
Перед Еленой стоят две задачи: отказаться от старых наивных мечтаний и выработать новую стратегию жизни. Отказ от старого символически можно отразить многими действиями. Можно избавиться от старой ветхой одежды, выбросить из дома накопившийся хлам, сделать перестановку в комнате. Выбираем, как обычно, вариант, приближенный к сюжету сна, – чердак. Вероятно, все описанные выше ритуалы следует перенести именно туда.

Для второй части – выработки новых планов – подобрать ритуал труднее. Можно, разумеется, и просто поразмышлять о своей жизни, но гарантии правильности сделанных выводов не будет. Опять обратимся к сновидению. Значимыми фигурами для сновидицы являются двоюродные сестры. Объединяя все соображения, выводим подходящие ритуальные действия.

1. Разобрать хлам на чердаке и выбросить лишнее (разобраться с прошлым).
2. Вместе с двоюродными сестрами погадать, например по Библии (здать себе вопрос и назвать страницу и строку). Попытаться понять символический ответ, который даст Библия.

Сон № 5. «Лифт пробивает крышу»

Беспокойные сны о лифте часто снятся Ларисе П. (31 год):



В последние годы мне часто снится, что я поднимаюсь на лифте, и всегда это лифт старый, качающийся или открытый. Изредка со мной в лифте бывает еще кто-нибудь, чаще я еду одна. Недавно во сне я поднималась на лифте, в котором стены вообще отсутствовали, лишь маленькая площадка да легкие перильца. Но он шел вверх все быстрее и быстрее. Вот он пробил крышу, и тут я от страха проснулась...

Толкование

В своем сне Лариса поднимается на лифте, который разрушает крышу. Крыша олицетворяет защиту от внешних воздействий. Что же может грозить женщине (сделать ее беззащитной)? Во сне она стремительно поднимается на лифте, это соответствует каким-то головокружительным непродуманным идеям наяву. Если эти идеи стремительно воплотить в жизнь, существует опасность беды, о которой сновидица пока не подозревает. Сон призывает к постепенному подъему, к отказу от авантюрных планов.

С чем связаны подобные сны у Ларисы? Женщина рано вышла замуж, родила двоих детей, не успев получить специальность. Хотя она и работала на полставки санитаркой, девичьи грезы о белом врачебном халате не покидали ее. Порой ей казалось, что еще не поздно поступить в институт, реализовать утраченные возможности. (Если бы это произошло, то решительно изменился бы ее быт: дети, муж остались бы без надлежащей заботы, что могло стать причиной распада семьи – пробитая крыша.) Поразмыслив, Лариса поступила в медицинское училище (муж дал согласие), и кошмарные сны с лифтами прекратились.

Обратите внимание, что снившиеся лифты были шатки, неустойчивы и не имели стен. Все это подтверждало шаткость планов сновидицы и отсутствие их поддержки в семье.

Руководство к действию

Для Ларисы проблема разрешилась и сны о лифтах прекратились, но множество людей продолжают в своих ночных путешествиях пробивать крышу лифтом. Это вызывает беспокойство, невроз, нарушение сна. Поэтому я остановлюсь на снах о лифтах подробнее. Эти сны хорошо прорабатываются с помощью психодрамы (подробно см. часть вторую настоящей книги). Устроив дома условные декорации с лифтом, поговорите с ним. Спросите у лифта, почему он так отчаянно себя ведет, почему не умеет вовремя остановиться, так непочтительно обращается с крышей. Вообразите, что вы сами играете роль лифта и сами ответьте на поставленные вопросы. Сравните ответы, которые даст вам лифт, с вашими жизненными стратегиями. Может быть, они схожи?

Аналогичная психодрама может быть разыграна и в случаях, когда вам часто снится ветхий, неустойчивый, опасный лифт. Поговорите с ним, предложите лифту окрепнуть, научиться правильно двигаться. Постарайтесь понять, кто или что играет в вашей жизни роль лифта. Кто тянет вас за собой в неизвестном направлении? Какие знания, навыки, обстоятельства могли бы сыграть в вашей жизни роль лифта – учеба, иностранные языки, деньги? Если вхождение в психодраму затруднительно для вас, выполните простые упражнения:

1. Возьмите лист бумаги и запишите планы, которые одолевают вас в период, когда часто снятся лифты. Проработайте свои планы детально, расписав шаг за шагом все действия и сроки выполнения поставленных перед собою задач.

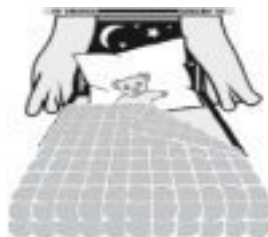
2. Возьмите лист бумаги, на котором детально расписаны ваши планы, и поднимитесь с ним по лестнице на верхний этаж самого высокого в вашем городе здания. (Высотное здание можно заменить другой высокой точкой. Петербуржцам могу посоветовать подняться на верхнюю колоннаду Исаакиевского собора.)

3. После того как вы совершите ритуал с подъемом по лестнице, просто покатайтесь на лифте. Обратите внимание, как он надежен! (Мне не известен ни один случай, чтобы лифт падал. В крайнем случае, лифт может застрять между этажами.)

Сон № 6. «В гостях у героев Санта-Барбары»

Гостила у героев известного сериала Татьяна Михайловна из г. Иваново. Она сообщила, что много лет работает в вечерней школе, но сейчас некоторые учащиеся, имеющие свой бизнес и хороший заработок, приходят в школу с целью купить аттестат, а не приобре-

сти знания. Конечно, и раньше ее ученики не отличались особым усердием, но таких неприкрытых предложений заплатить за положительные оценки не было. Татьяна Михайловна – человек принципиальный и не соглашается на сомнительные сделки. Порой ей даже угрожают, но она не сдается. Вот на этом жизненном фоне ей и приснился редкостный сон:



Я как будто нахожусь в гостях в доме Си Си (финансового магната, главного героя сериала). Мне отведено место в холле при входе, там стоит мой секретер, за которым я обычно проверяю тетрадки.

Но во сне я была занята тем, что делила с Джулией (по фильму – это умная, обаятельная героиня, юрист) какие-то сережки и украшения в виде подвесок.

Мы разделили каждой по одной сережке, и Джулия, как юрист, стала составлять документ на владение своей сережкой. Я списала с нее такой же документ для себя. Потом мы обе кому-то предъявляли этот документ. Пока мы этим занимались мой рабочий секретер почти выдвинули из холла, поставив к самой двери. Правда, рядом с дверью виднелось окно и меня это утешало. Еще я увидела на своем секретере миску с пятаками, вышедшими из употребления и теперь недействительными. Но появилась Джина (недалекая героиня авантюрного склада) и предложила отнести пятаки в банк. Она говорила, что надо выйти из дома и пройти на какую-то стрит. Мне было жаль покидать этот богатый, красивый дом. Я проснулась.

Толкование

Богатый особняк Си Си, в котором находится сновидица, олицетворяет богатство и насыщенность ее внутреннего мира. Но почему сновидица и ее рабочее место находятся в холле при входе (выходе)? Видимо, жизнь настойчиво призывает Татьяну Михайловну вмешаться в какие-то действия во внешнем мире. Героини фильма олицетворяют те качества самой сновидицы, которые в настоящее время должны быть активизированы. Так, Джулия – это указание для Т. М. придерживаться рамок закона, опасаться сплетен, навета (последнее символизируется сережками). Обесцененные пятаки олицетворяют что-то недооцененное (труд, усилия, самоотдачу). Предложение Джины положить их в банк не вызывает отклика у сновидицы, кажется сомнительным. (Ибо по фильму все затеи Джины оканчиваются крахом.) Впрочем, россияне не слишком доверяют банкам на фоне кризиса.

Обобщая сказанное, можно заключить, что сон призывает учительницу придерживаться своих принципов и пути развития:

- не нарушать закона (не брать у учащихся деньги за оценки);
- не рассчитывать, увы, на благодарность и награду за свой многолетний честный труд;
- поискать новые пути заработка, вознаграждения за пределами привычной работы (репетиторство или иные способы).

При выполнении этих условий внутренняя (возможно, и внешняя) жизнь Т. М. будет складываться благополучно, что символически отражается интерьером богатого особняка.

Руководство к действию

Главная цель этого сна – заставить сновидицу выйти за рамки привычного образа жизни и работы, оставаясь в рамках закона. Следовательно, ритуал должен содержать любое нестандартное действие. Например, выйти из здания хотя бы через черный ход. Еще лучше

вылезти в окно, подняться на крышу. Можно совершить необычную поездку в место, где сновидица ни разу не была. Можно встать временно на рабочее место подружки-продавщицы или хотя бы провести урок не по своему предмету. Не стоит объяснять завучу причины такой «прихоти». Ведь это очень личное. Но результат последует незамедлительно. Совершив один раз необычное действие «на игровом поле», сновидица сможет достичь желаемых перемен и в своей повседневной жизни.

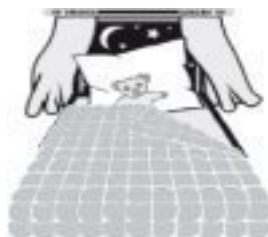
Меня часто спрашивают, какое значение имеет выбор того или иного символа сна, по которому строят ритуал. Ответу: принципиально не важно, что взять за основу. Например, в данном сне можно было бы разыграть миску с пятаками, вышедшими из употребления. Но общий смысл ритуала не должен меняться. В данном случае это избавление от старого, потерявшего смысл, и поиск нового, необычного.

Если бы производился ритуал с пятаками, следовало бы набрать миску старых денег (необязательно пятаков) и выбросить их в необычное место (закопать). Потом пришлось бы подумать, чем заполнить освободившуюся миску (например, очищенными орехами, т. к. ядрышки орехов в любом соннике символизируют выигрыш).

Совет. Проводите тот ритуал, который для вас проще и понятнее. В данном примере, кажется, простейший совет – вылезти на улицу через окно.

Сон № 7. «Я вскрываю замок двери, ведущей в подвал»

Так действовал в своем сне семнадцатилетний Андрей:



Мне приснилось, что я ходил по залам какого-то замка. На стенах висели шпаги, копья, ножи. Я спустился на нижний этаж и тут увидел дверь, которая вела в подвал. Я легко открыл ее и оказался под сводами здания. Там я увидел другую дверь, железную, которая была заперта. Только я подумал о каком-нибудь инструменте, как у меня в руках оказалась отвертка, и я вскрыл замок. За этой дверью я обнаружил следующую, тоже запертую. Она не поддавалась, и вдруг из-под нее стала поступать вода. Она заполняла подвал с ужасающей быстротой. Вода стала захлестывать меня, и я проснулся.

Толкование

Замок, в котором сновидец оказывается в начале своего сна, характеризует его как человека малообщительного (закрытого от других толстыми стенами). Его прогулка по замку – это стремление разобраться в самом себе. На это самоуглубление указывает и спуск в подвал. В целом сон отражает возросшую сексуальную активность юноши. Сочетание замка и острого предмета (отвертки) являются обычными эротическими символами. Нахождение в подвале подчеркивает неосознанность его мотивов. А вода, которая захлестывает сновидца (являясь символом чувств и женской стихии), подтверждает направленность сна. Заметьте, что символы мужской сексуальной активности в начале сна обозначены в виде висящего на стене оружия.

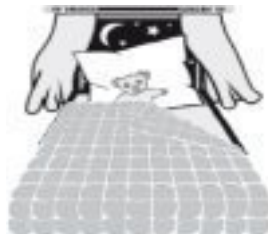
Руководство к действию

Что можно посоветовать молодому человеку в такой ситуации?

Если нет возможности познакомиться с девушкой, реализовать природные инстинкты, можно уделить больше внимания действиям с колющими и режущими предметами. Это будет символическая тренировка его как мужчины. Хорошо забивать гвозди, обрабатывать ломиком землю. И настанет час, когда жизнь позволит Андрею проявить себя мужчиной.

Сон № 8. «В окне вижу любовницу мужа»

Такую неприглядную картину увидела в своем сне Наталья Б. (42 г., Архангельская обл.):



Во сне я увидела дом, в котором живет любовница моего мужа, и у меня была уверенность, что он тоже там. Мне было интересно узнать, чем они там занимаются. Заглянула в окно, но увидела только ее. Она на меня зло взглянула и ушла в другую комнату, а эта комната осталась пустая, затемненная. Я стала ее дальше разглядывать, но все было неясно, и мебель как-будто в черных чехлах. Но в комнате была открыта дверь, в которую вышла любовница. За ней было что-то вроде кухни. Эта кухня была ярко освещена, и там я увидела своего мужа.

Я проснулась очень расстроенная, ведь у меня двое детей и я хочу сохранить для них отца, как бы не складывались наши отношения с мужем. Вдруг сон предсказывает, что он уйдет от нас?

Толкование

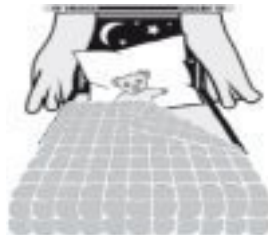
Обратите внимание, что в этом сновидении увиденный дом принадлежит не самой сновидице, а ее сопернице. Неудивительно, что комната плохо освещена и обстановка ее погружена во мрак («Чужая душа – потемки», а именно чужую душу – соперницы – олицетворяет комната). Зато кухня, хотя и находится тоже в доме любовницы, освещена ярко. Она является символическим знаком активности человека, взаимодействия его с внешним миром. Иными словами, если то, что творится в душе другой женщины, нашей сновидице неизвестно, то поведение ее, судя по письму, известно. Естественно, что и мужа своего Наталья видит на кухне, т. е. ей известен характер отношений, но не их внутренняя суть. Интересен и злой взгляд разлучницы. Следует полагать, что он зеркально отражает чувство самой сновидицы. В целом предсказание сна довольно благоприятно для Натальи. Поскольку она увидела своего мужа не в комнате (не в душе) соперницы, есть шанс, что муж останется в семье.

Руководство к действию

Обстановка сна подсказывает, что необходимо создать светлую, нарядную комнату – символ чистой души самой сновидицы. Такую комнату, в которой мужу будет приятно находиться. Но первый шаг – кухня. И по сну, и согласно поговорке «путь к сердцу мужчины лежит через желудок». Таким образом, уютная кухня и нарядная комната не только будут характеризовать сновидицу как добрую хозяйку, но и работать на ее счастье. Главное – не забывать наряду с уходом за этими помещениями повторять себе: украшаю комнатку – краше становлюсь сама!

Сон № 9. «В квартире мне отвели место за ширмой»

Порой во сне приходит ответ на беспокоящий наяву вопрос. К сожалению, этот ответ обычно бывает зашифрован, так что воспользоваться им непросто. Именно с этим затруднением обратилась ко мне читательница из Иркутской области Надежда Е. (37 лет):



Я живу в небольшом поселке, одна воспитываю сына (ему 15 лет). Но жизнь здесь трудная, постоянной работы нет, перебиваюсь случайными заработками. Мать зовет меня вернуться домой (в Санкт-Петербург), но я не решаюсь, потому что они сами живут в тесноте (мать и сестра с мужем и детьми). Здесь у меня небольшая, но отдельная квартирка, правда в деревянном доме, без удобств. И вот, размышляя о переезде я как-то заснула и увидела сон.

Будто мы с сыном оказались у того дома, где я жила в детстве (мать и сестра сейчас живут в другой квартире). Но улица чуть изменилась, она стала узкая, как в старом Таллинне.

И сам дом немного другой. Подворотня наглухо закрыта железными воротами, а вход внутрь дома почему-то через окно устроен. Потом сын исчез, а я оказалась в самой квартире. Наяву это была большая коммунальная квартира, она и во сне выглядела так же.

И я все думала, где же мы будем здесь жить, потому что кругом были какие-то незнакомые «жильцы» этой квартиры. Потом какой-то мужчина показал мне белую ширму, какие в поликлиниках бывают, и сказал, что мы можем там жить. Но что там за ширмой, я так и не увидела. Так я и не поняла, что этот сон мне советует: возвращаться в Петербург или остаться здесь. Посоветуйте, пожалуйста!

Толкование

В этом примере, как и во сне № 3, сновидица оказалась в доме своего детства (очень частый мотив сна!).

Узкая улица символизирует сужение жизненных перспектив женщины, а закрытая подворотня – это не только невозможность возврата в прошлое, но и затруднение, возникающее при попытках разобраться в себе, найти истоки своих жизненных ошибок. И все-таки сновидица попадает в дом через окно, которое символизирует приоткрытую створку в ее внутренний мир. Дом детства обычно снится людям на переходных этапах, в моменты принятия решений, когда возникает ситуация, в чем-то похожая на те, в которых ранее мы не справились с поставленной жизненной задачей.

Мужчина, указывающий сновидице место за ширмой, олицетворяет активность самой женщины. Ей скорее свойственна опрометчивость, чем нерешительность. Но если ширма, как это следует из письма Надежды, ассоциируется у нее с ширмой в поликлинике, то за ней ничего хорошего не предвидится: за такой ширмой раздевается больной. А больной во сне – это болезнь не только в физическом смысле, но и в переносном, болезнь душевного состояния. Следовательно, неизвестность, которая во сне отражается ширмой, а наяву раздумьями, как сложится жизнь на новом месте, скорее несет негативную окраску. Сон утверждает, что в случае совместного проживания Надежды с матерью и семьей сестры ситуация окажется болезненной.

Таким образом, Надежде необходимо еще раз тщательно взвесить все «за» и «против» переезда (опротметчивость здесь неуместна). Ведь собственная квартира, которую сейчас имеет женщина, – это не только жилплощадь. Это символ ее свободы и независимости.

Руководство к действию

Перед сновидицей стоит конкретный жизненный вопрос: стоит ли ей переезжать в другой город?

Для ответа на этот вопрос лучше разыграть психодраму. Декорацией ее должна быть ширма. Она может быть обозначена листом картона, доской, открытой дверцей шкафа. Но обязательно ее материальное воплощение. Сосредоточась перед ширмой, Надежда должна задать себе вопрос, что могло бы скрываться за этой ширмой. Необходимо вспомнить, что наяву стояло в том месте, которое во сне оказалось закрыто ширмой. Что-нибудь сновидица обязательно «увидит» там. Какие чувства вызывает увиденное? Если скрытое за ширмой вызывает подъем настроения, радостные чувства, то это аргумент за переезд. Если за ширмой «находится» что-то пугающее или даже просто непонятное, неизвестное – это аргумент против переезда.

Если такая психодрама покажется сложной, ее можно заменить на ритуальное действие. Для этого надо найти забор или закрытую дверь в незнакомом месте (символическая ширма) и загадать на увиденное за ней. Это делается так же просто, как подбрасывание монеты и загадывание на «орел» или «решку». Пусть женщина, оказавшаяся за дверью, будет для Надежды знаком необходимости переезда, мужчина – против (или наоборот).

Обобщим алгоритм ритуала:

- найти закрытую дверь;
- загадать, что будет означать увиденное за ней;
- открыть дверь и посмотреть, кого вы увидите первым.



Как разработать ШАГИ для снов, в которых Дом занимает ведущее место

♦ Если вам снится знакомый дом, пройдите по той улице, где он стоит, обратите внимание на детали дома, увиденные во сне.

♦ Если вы увидели дом несуществующий, то нарисуйте его на листе бумаги. При этом невзрачные, разрушенные части замените на добротные.

♦ Если проблема сна затрагивает внутренние части дома, разберитесь с ними: наведите порядок, сделайте перестановку в квартире.

♦ Главное – обязательно свяжите каждое свое действие с толкованием сна.

Глава 3 Животные в сновидениях

Все, что надо знать о животных

Животные, которые попали в наши сны, подобны маскам на карнавале. Едва человек надел маску, сразу же обозначен персонаж, его повадки и характер. Очень информативно поведение животных во сне. От того, насколько они агрессивны или, напротив, ласковы, зависит предсказание сна. Особое внимание обращайте на сны, в которых общение с животным напоминает сказку (животное разговаривает с нами, помогает в трудных ситуациях или препятствует нашим намерениям). Предсказания, содержащиеся в этих снах, нередко буквальные.

Во всех случаях надо помнить, что приснившееся существо – это лишь маска, а кто или что за ней стоит, вы узнаете, читая сонник. Толкование сна с животным проводится в два этапа: расшифровка значения появившейся маски-животного по соннику и оценка его поведения.

Сонник



Домашние животные, птицы и твари

Животные (вообще) – друзья, враги или психическая характеристика самого сновидца.

Собака (добрая) – символ преданности, помощи, успеха.

Собака (кусающая вас) – вы будете охвачены враждой и потерпите поражение.

Кошка (чистая, красивая) – символ сексуальности.

Кошка (тощая, грязная, робкая) – ощущение одиночества и незащитности.

Кошка (агрессивная, царапающая, кусающая) – вы будете втянуты в ссору.

Лошадь (красивая, породистая) – к любовным приключениям, творческому взлету.

Лошадь (тощая, заморенная) – к неудачам в делах или любовному краху.

Корова (крупная, тучная) – к здоровью и приобретениям.

Корова (тощая) – ваши труды будут бесполезны, бедность.

Бык — в мужских снах: грубое сексуальное побуждение; в женских снах: страх перед партнером.

Осел — символ глупости и упрямства; видеть осла – пустая трата времени.

Баран — символ напористости и упрямства. *Свинья* – намек на чью-то (быть может, свою) прожорливость или преувеличенное внимание к своим физическим потребностям. *Стадо* — если стадо надвигается на вас, то вам грозит потеря индивидуальности, вы бездумно выполняете чужую волю.

Утки: ходят по двору – к достатку; плавают в пруду – к любовным утехам; летят в небе – ваши мечты сбудутся.

Гуси — к благополучию в доме; предупреждение о чьей-то глупости; крик гусей – к сплетням, пустословию.

Курица — знак домашних хлопот, курица с цыплятами – радость в семье, поймать, зарезать курицу – мужчине предсказание любовной победы, женщинам – вести; яйцо куриное – новость в доме, начало нового периода жизни, новых начинаний.

Петух — символ задиристости, повышенного самомнения; бой петухов видеть — к ссоре. Крик петуха слышать — вас пробуждают для какого-то нового дела.

Крыса — предвестник болезни, неудач, знак насильственного влияния.

Мыши — вам предстоят хлопоты, на которые вы потратите много сил, но результаты будут незначительны.

Дикие звери

Волк воплощает страх, причиной которого может быть как внешняя угроза, так и волчья суть самого сновидца.

Медведь предвещает встречу с непредсказуемым человеком, а также намекает на собственную поспешность.

Лиса предупреждает о хитрости и коварстве в отношениях

Заяц: убежавший или застреленный — кратковременный успех; заяц ищет у вас защиты — испытать страх, пережить болезнь. *Бобер* — знак трудолюбия и созидания. *Обезьяна* — символ невоспитанности, импульсивного поведения и спонтанной силы, также указывает на чью-то несамостоятельность, подражание в поведении.

Лев — возможная ссора с начальством или укрепление собственного авторитета.

Тигр — знаменует противоборство и инициативу в действиях самого сновидца.

Верблюд — вы взваливаете на себя слишком много работы.

Зебра — вам выпадет невероятный шанс, не упустите его.

Рысь символизирует кроважадную схватку, внезапное нападение, быструю реакцию самого сновидца или его врагов.

Крот символизирует тайные козни врагов, «подкоп» под вас.

Хорек — вам потребуется изобретательность в борьбе с кознями врагов.

Насекомые, земноводные, птицы

Пчела — символ коллективной работы, приносящей успех.

Божья коровка — знак удачи и радости, приносящей лишь духовное удовлетворение.

Мотылек символизирует ускользящее счастье.

Жуки: мелкие — к беспокойству; большой навозный жук — к большим переменам.

Мухи: крупные — прибыль, полученная нечестным путем; мелкие — хлопоты, заботы.

Гусеница указывает на необходимость преодоления трудностей, подобных тем, которые она переживает на пути превращения в бабочку; много гусениц — к большому ущербу. *Червяк* — символ скрытой работоспособности, предвещает прибыль. Много червей — плодами ваших трудов воспользуются другие, болезнь. Крупный червь — соблазн.

Паук — символ созидания или вампиризма, паутина — кто-то пытается поймать вас в ловушку, или вы сами расставляете на других паутину.

Лягушка — к вам придет успех благодаря личному качеству, о котором вы раньше не подозревали.

Змея: укус змеи — измена, болезнь; играющая змея — любовная близость или ее желание; угрожающая змея — знак жизненной энергии и сексуального захвата; спящая или укрощенная змея — символ мудрости.

Ящерица отражает неприязненные отношения, капризную женщину или ненадежного друга, изворотливость ваших врагов или собственную неуязвимость.

Рыба — молодым женщинам часто снится перед беременностью. Другие аспекты: символ сексуального взаимодействия, обогащение внутреннего мира, перемены, связанные с духовным ростом.

Птицы, полет птиц на уровне деревьев — к успеху; высоко в поднебесье — ваши мечты опережают действительность; в клетке — иметь ограничение в чувствах.

Воробей символизирует бродягу, бомжа или настырность в чем-то характере.

Голуби — приятные вести, надежда окрылит вас.

Ворона — перемены, печальное известие; много ворон — беда в доме.

Ворон — мистическое знание, поиск истины.

Гриф — тайный враг строит вам козни или вы совершили неблагоприятный поступок и теперь страшаетесь последствий.

Орел — символ свободной воли сновидца или чьей-то власти; парящий в небе — взлет в жизни; мертвый орел — печаль.

Павлин — знак напыщенности и гордыни, предостережение от самовлюбленности, указание на горделивого глупца.

Попугай — жить чужим умом, бездумность. А *Сова* — символ мудрости и осторожности.

ПОЯСНЕНИЯ К СОННИКУ



Вы, наверное, заметили, что толкование многих образов в соннике неоднозначно. Это и создает главные трудности понимания снов, персонажами которых являются животные. Тем более что часто приснившиеся животные бывают агрессивны, кусают, царапают, нападают на нас. Кто же скрывается за этими масками: ворчливая свекровь, строптивая невестка, бездушный муж, коварная жена, а может, несправедливый суровый начальник?

Приступая к толкованию сна с животными следует сначала выяснить именно этот аспект, опираясь на определение его характера, взятое из сонника. Затем следует сравнить выявленный характер с возможными прототипами. Это сделать не просто. Порой конфликт не осознан сновидцем, а потому связать животное с определенной знакомой личностью удастся не всегда. Когда предполагаемый прототип установлен (если задача оказалась непосильной для вас, то сразу переходите ко второму этапу), можно перейти к анализу собственного поведения, своей стратегии в конфликте. Анализ собственного поведения очень важен, т. к. сон в символическом виде указывает, какая стратегия ведет в тупик, а какая даст вам выигрыш. Рисуя облик того или иного животного, бессознательное привлекает внимание к определенной стороне жизни сновидца, а именно — к области его чувств и эмоций.

Человек — существо двойственное. С одной стороны, он обладает духовным, сознательным началом. С другой — имеет биологическую, инстинктивную природу. Эти биологические проблемы и находят воплощение в приснившихся животных. Голод, страх, гнев, сексуальное возбуждение — все эти эмоции и выражаются через поведение животных в вашем сне. Названные состояния, разумеется, присущи всем животным, но в бессознательном человека за каждым животным закреплены определенные черты, наиболее характерные для отдельных видов фауны.

Эти качества нашли выражение в фольклоре. Так, заяц представлен в сказках находчивым трусишкой, лиса — обманщицей, волк — вероломным злодеем, медведь — неуклюжим, непредсказуемым то ли разрушителем, то ли непутевым другом.

Когда в ваших снах появляются эти или другие животные, задумайтесь почему сон поднял проблему, которую символизирует увиденное животное.

* * *

Каждое животное сна несет двойной смысл: оно может одновременно символически отражать известного вам человека и ваше отношение к нему.

...и еще о снах, в которых появляются животные³

Появление животного во сне всегда указывает на какую-то нерешенную глубинную проблему. Исход проблемы часто определяется не только названием животного, но и его обликом: приятный или устрашающий.

Самое большое разнообразие предсказаний несет собака. Если ее облик грозен, собака набрасывается на вас, кусает, то такой сон предвещает затянувшийся конфликт. Убив такую собаку во сне, вы на время укрощаете собственную ярость, но это только отодвигает проявление конфликта, не устраняя его причин. Бывает, что в своем сне человеку удается успокоить разъяренное животное. Например, вы бросаете ему еду, вступаете с ним в разговор, и оно успокаивается. Сон с таким поворотом сюжета предсказывает скорое разрешение вашего конфликта. Также неплохо увидеть доброго прирученного пса, который может символизировать как вашего друга, так и вашу собственную верность, готовность служить кому-то или чему-то. Добрая собака во сне предвещает хорошие перемены наяву (см. сон № 3). Видеть себя во сне хозяином собаки также к успеху (это олицетворение того, что вы управляете собой, управляете ситуацией). Как и прочие сны, такой сон более информативен, если наяву у вас нет собаки. Порода собаки, хозяином которой вы являетесь во сне, указывает на область, в которой вы можете ожидать успеха. Крупные, сильные собаки предвещают удачу в делах; нарядные, красивые собачки обещают вам романтические взаимоотношения. А неагрессивные, но бездомные, грязные собаки указывают на какую-то неустроенность в вашей жизни.

Следующий по популярности персонаж снов с участием животных – кошка. Толкование ее появления по смыслу близко толкованию образа собаки, однако всегда менее однозначно. Это связано с привычным представлением о кошке как о существе более своенравном, коварном, непредсказуемом. Чаще предсказание сна с кошкой неблагоприятно. Даже если вам снится красивая ухоженная кошка, что отражает сексуальные желания, такой сон не предсказывает их исполнения (см. сон № 7). Тем более грустный образ: тощие, неухоженные котята – символ одиночества вашей души. Только агрессивный кот или кошка толкуются так же, как агрессивная собака – предсказание затянувшегося конфликта. Как и в случае с собаками, покормленные или приласканные вами во сне разъяренные кошки предскажут, что завершение конфликта не за горами.

Теперь о других четвероногих друзьях. Красивые породистые кони отражают сексуальные устремления сновидца. Если вы видите себя верхом на лошади, это означает, что вы контролируете свои желания. Часто такой сон предсказывает не только удачу в эротических отношениях, но и успех в более широком смысле, жизненные достижения, творческий взлет. Почему в народе широко бытует мнение, что приснившаяся лошадь ко лжи? Кроме общего созвучия (лош-лож) эти понятия ничто не связывает, однако неприятности в некоторых случаях после сна с лошадьми случаются. В связи с этим хочу привести разговор, который состоялся у меня с одной женщиной (назову ее Н. Н.):

³ Этот раздел при первом чтении можно пропустить без ущерба для понимания примеров.

Н. Н. Мне всегда лошадь ко лжи снится. Однажды вижу, будто я по площади, что у Нарвских ворот, иду. И лошадь галопом мчится, прямо на меня. А я ее ущипнула, она и остановилась.

Я. И какую ложь предсказал вам этот сон?

Н. Н. Дело так было. Одна знакомая к моему мужу подкатывалась и на меня ему всякую грязь лила. Так я с ней разобралась, больше она к нему не приставала.

Я. Что ж, мое толкование не противоречит вашему.

Интуитивно женщина правильно связала сон и свои взаимоотношения с соперницей. Но я отметила бы следующее. Лошадь – символ любовных отношений. В сновидении лошадь несется галопом на женщину, угрожая смять ее. В данном случае эта лошадь символизирует намечающиеся любовные отношения мужа Н. Н. и соперницы. Ущипнув лошадь, сновидица прерывает эти отношения. Поскольку этот сон перекликается с выяснением отношений наяву, со снятием с себя каких-то обвинений, женщина и выделила для себя смысловое для нее слово – ложь. Однако не забывайте, что ключевое значение лошади – это романтическое приключение. И сон, содержащий образ лошади, мог оказаться вполне благоприятным (см. сон № 9).

Плохое предзнаменование чаще несут тощие заморенные кобылы или кони, которые олицетворяют потерю жизненных сил, загнанность в тупиковую ситуацию.

Наши базовые инстинкты характеризует во сне свинья. Ее появление указывает или на неудовлетворенность собственных физических потребностей, или на чью-то неряшливость (иногда – сновидца). А в образе борова женщина может увидеть нежелательного поклонника.

Иногда поклонник может принять облик быка. Такой его образ подчеркивает напористость мужчины и страх женщины перед ним. В свою очередь мужчина может представить свою подругу в виде коровы, и тут уж зависит от мужчины, захочет ли он дальше оставаться с такой подругой. Иногда коровы, особенно для сельских жителей, олицетворяют просто достаток в семье. В этом случае тучные коровы снятся к успеху, тощие – к нищете.

Исключительно неблагоприятный образ в сновидениях – крысы. Они всегда пугают сновидца и часто отражают беду, масштаб и проявление которой еще неизвестны. Порой случившееся оказывается не столь трагично, как представлялось, но ожидание развязки приводит человека в ужас. Одной моей знакомой снились крысы, вылезающие из всяких неподходящих мест. Такие сны приходили к ней, когда над семьей возникла угроза потери квартиры. В действительности квартиру удалось отстоять, и потери оказались вполне приемлемы для жизни сновидицы. Неплохо, если во сне вам удастся убить крысу, т. е. избавиться от угрозы насилия и страха. Если крыса вдруг кусает вас, то это часто предвещает болезнь того органа, который «укушен». В любом случае крыса – знак неудач.

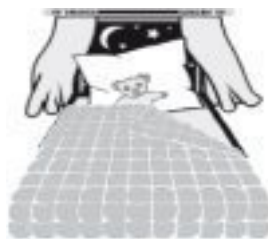
Гораздо безобиднее во сне, как и в жизни, мыши. Их явление – всего лишь предсказание какой-то суеты (или обозначение суетливости в вашем характере). Часто мыши предсказывают перемены и даже прибыль, поэтому убивать мышей во сне – к потере возможной прибыли. А вот поймать мышь – поймать удачу!

Примеры⁴

Сон № 1. «Откуда-то выскочила злая собачонка»

⁴ Сниться человеку может любое животное. Но чаще всего к нам приходят наши питомцы – собаки и кошки, потому именно рассказы о сновидениях с их участием вы найдете в этом разделе.

Нападение собаки отразил в своем сне Олег Т. (23 года, г. Кировск, Ленинградской обл.):



Я работаю шофером, устаю, засыпаю как убитый и снов не вижу. Но однажды мне пришлось долго ждать разгрузки своей машины, пока ждал, задремал.

Но и сон оказался беспокойный. Будто шел я по какому-то пустырю, с одной стороны забор, с другой какая-то заброшенная стройка, горы вырытого грунта. Вдруг из-под забора выскочила какая-то злая собачонка и вцепилась в меня. Я еле оторвал ее и стал душить, кажется, открутил ей голову. Вроде бы там были еще какие-то псы, но они стояли поодаль и только рычали. Не знаю, что было бы дальше, то тут меня разбудили ребята, сказали пора выгружаться. Я потом матери рассказал этот сон (видел у нее вашу книжку про сны). Она говорит, что не к добру, но точнее ничего не сказала. А потом мне еще похожий сон с собакой приснился, так что я решил вам написать.

Толкование

Сны, в которых вас кусают собаки, чаще всего указывают на неразрешенный конфликт. Обстановка сна: заброшенная стройка и забор – показывают, что перед сновидцем стоят две проблемы – незавершенное дело и какие-то ограничения в его жизни. На втором плане, по-видимому, на стройплощадке, находились рычащие собаки, которые только готовились к нападению. Их также следует принять к рассмотрению. Кто или что могло стоять за образами этих собак? Собака, которая выскочила из-под забора символизирует ярость сновидца по поводу запрета (забора). Олег откручивает голову этой «ярости», т. е. заставляет себя смириться с чем-то неизбежным (законом, порядком или тисками обстоятельств). В то же время остается нерешенным вопрос, связанный с неоконченным делом (незаконченная учеба, несложившиеся отношения, развалившееся коммерческое предприятие). Последствия его каким-то образом «рычат», т. е. обращают внимание на себя, требуют завершения. Надо ли искать виноватых в происшедшем? Возможны ли их фигуры за рычащими собаками? Даже если и были конкретные виновники неприятностей молодого человека, сейчас не стоит продолжать винить их. Вопрос стоит так: почему я позволил другим разрушить мои планы? Иными словами: время рычать прошло, настало время думать и действовать.

Руководство к действию

Сон подсказывает Олегу, что следует предотвратить какие-то склоки, в которые он втянут. Символическим знаком, который осуществит поворот к улучшению отношений, может служить талисман-игрушка, который можно повесить в кабине автомашины. Теперь поразмышляем, какая игрушка будет уместнее в данном случае. Это может быть собака светлого окраса. Такие собаки в сновидениях обычно отражают дружеские связи. Для мужчины, который чувствует в себе переизбыток энергии, хорошим талисманом станет тигренок. Тигренок так же, как и собака, является символом энергии, но энергии целеустремленной, которую можно использовать в конструктивных целях.

Можно выбрать в качестве талисмана и других игрушечных зверьков, не забывая при этом учитывать их метафорическое значение. Для этого заглянем снова в сонник и выберем из него «хороших» животных:

Бобер – знак трудолюбия и созидания;

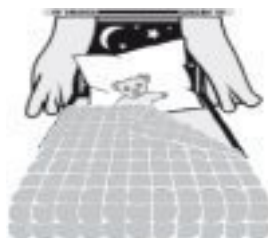
Сова – символ мудрости и осторожности.

Совет. Вообще фигурка совы может быть полезна многим. В затруднительных жизненных ситуациях к сове можно мысленно обращаться с разными вопросами. И, что удивительно, при «разговоре» с совой ответ приходит разумнее, чем в разговоре с самим собой без посредничества игрушек!

Возвращаясь к Олегу, отметим и такой важный образ его сна, как забор – символ ограничений в жизни. В качестве ритуала я бы посоветовала Олегу выехать в какое-нибудь незнакомое место и, увидев глухой забор, постараться найти цивилизованный способ проникнуть за него (через калитку, а не махом через верх). Такой способ преодоления ограничений включает в самом Олеге умение находить общий язык с разными людьми.

Сон № 2. «Вижу в моей комнате трех собак»

Такая беспокойная компания образовалась во сне у Тамары Евгеньевны, которая наяву испытывает усталость и раздражение от нескончаемых забот по дому:



Вижу в моей комнате трех собак. Одна из них – мой собственный песик, который живет у меня наяву. Он сидит на табурете у стола и играет в кубики. Под мордой его, на груди, подвязан белый фартучек-слюнявчик. Он послушен и аккуратен.

Тут же в комнате оказались еще две собаки.

Первая – кудрявый белый пудель, вторая – гладкий бульдог. Эти две собаки ведут себя беспокойно: то прячутся под диван, то вылезают на видное место. Я спрашиваю у своего песика, который продолжает что-то строить из кубиков, откуда взялись чужие собаки.

В ответ он мычит что-то невнятное. Я, обеспокоенная, что мне придется содержать всех трех собак, просыпаюсь.

Толкование

При толковании сна с животными, с которыми вы вступаете в общение, следует обратить внимание на то, как ведут себя эти животные и кого напоминают по своим «манерам». Тамара Евгеньевна при обсуждении этого сна заметила, что она одна «разрывается на части», на ней лежит забота обо всех: о собаке, шестнадцатилетней дочери и муже. Но обязанности содержать собаку для Т. Е. не тягостны. Песик и во сне дан в очеловеченном детском виде, образ его мил и привлекателен. Зато поведение двух других собак женщину не устраивает, они вызывают у сновидицы менее добрые чувства, чем своя собака. Впрочем, внешний вид чужих собак тоже приятен. Белого, кудрявого пуделя Т. Е. сразу связала со своей белокурой дочерью, а гладкого, упитанного бульдога – с мужем. Их поведение во сне бестолково, они то прячутся, то путаются под ногами. Раздражаясь беспутными собаками во сне, Т. Е. наяву испытывает раздражение, что муж и почти взрослая дочь ведут себя безответственно, как дети. Они требуют к себе повышенного внимания, но эти требования кажутся нашей сновидице необоснованными.

Это первый, очевидный слой толкования. Но зачем приснился сон, если обстоятельства ясны сновидице? Ведь каждый сон несет какое-то указание, предупреждение. В действительности и этот сон указывает сновидице, в чем истоки ее трудностей. Вспомните слова Т.

Е.: «Я разрываюсь на части». Образ собак в ее сне и показывает те части, на которые она «разрывается». Сон отражает тот факт, что сама женщина в разных ситуациях, по отношению к разным людям поворачивается то одной, то другой стороной своего характера. Одна ее часть, добрая и милая, адресована, увы, лишь любимой собаке. Другая, напоминающая кудрявую симпатичную болонку, указывает на снисходительность и недостаток твердости, которые проявляются в ее отношениях к дочери. А крепкий уверенный бульдог олицетворяет не столько мужа, сколько решительность и силу, также присущие нашей сновидице.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.