

ANDREAS BAUMGÄRTEN



WIELKI SENNIK



MARGINESY



ANDREAS BAUMGARTEN

WIELKI
SENNIK

PRZEŁOŻYŁ MICHAŁ ANTKOWIAK

MARGINESY

SPIS TREŚCI

Wstęp. Marzenia senne w naszym życiu 11

**Marzenia senne: wypoczynek dla umysłu i psychiki,
a może – zmarnowany czas 15**

FAZY SNU I MARZEŃ SENNYCH 16
Fazy snu 17
Co różni fazę marzeń sennych od snu głębokiego. 22
Zakłócenia faz marzeń sennych 26
Nadrabianie zaległości w marzeniach sennych 29

WYNIKI BADAŃ NAUKOWYCH 30
Geneza marzeń sennych. 31
Charakterystyczne cechy fazy marzeń sennych 33
Podświadoma przeróbka treści w marzeniu sennym 34
Zagęszczanie treści 35
Przesunięcie znaczeń 36
Tworzenie fabuły sennej 37
Nielogiczność i amoralność marzeń sennych 38
Funkcje snu REM 42
Łagodzenie napięć psychicznych 42
Przepracowywanie konfliktów i problemów 44
Pozorne zaspokajanie pragnień 46

Das große Buch der Traumdeutung BY Andreas Baumgarten

COPYRIGHT © 1992 BY Bassermann Verlag
A DIVISION OF Verlagsgruppe Random House GmbH, München, Germany.

COPYRIGHT © FOR THE TRANSLATION BY Michał Antkowiak, 2017,
ZA POŚREDNICTWEM Świat Książki sp. z o.o.
COPYRIGHT © FOR THE POLISH EDITION BY Wydawnictwo Marginesy,
Warszawa 2017

Przeżywanie zignorowanych możliwości	48
Marzenia senne jako źródło kreatywności	50
Mocno dyskusyjna teoria – Czy sny są zbędne	52

Analiza marzeń sennych – droga do własnego „ja”...

z przeszkodami	55
---------------------------------	-----------

TŁUMACZENIE SNÓW NA PRZESTRZENI WIEKÓW 56

Mistyczno-religijne interpretacje w starożytności	57
„Diabelskie omamienia” – tłumaczenie snów w mrocznym średniowieczu	60
Nowoczesna analiza snów	62
Freuda „królewska droga” do podświadomości	62
Inni pionierzy naukowej interpretacji snów	65
Analiza snów w psychoterapii	67

MARZENIA SENNE JAKO KOMUNIKATY

Z PODŚWIADOMOŚCI 68

Co mogą nam przekazywać marzenia senne?	69
Zakodowane treści snów.	71
Podstawa języka snów: obrazy	72
Alegorie	73
Archetypy	74
Metafory	76
Symbole	76
Pięć królestw snu	78
Często spotykane typowe treści snów	81
Sny o podłożu fizjologicznym	81
Przepracowywanie resztek dnia	83

Przypomnienie wypartych przeżyć	85
Sny lękowe i koszmary	87
Sny o niemożności i zakłopotaniu	89
Sny o treści seksualnej	91
Sny o pragnieniach i żądach.	92

Analizowanie własnych snów jako pomoc życiowa,

czyli droga do spokoju wewnętrznego i samopoznania	93
---	-----------

PRAKTYCZNE KORZYŚCI Z INTERPRETOWANIA

MARZEŃ SENNYCH 94

W czym mogą pomóc sny	94
Samopoznanie i wewnętrzna harmonia	95
Rozwiązywanie konfliktów i problemów	97
Podejmowanie decyzji w zgodzie z samym sobą	99
Podświadomość jako źródło twórczego myślenia i mądrości	102
Dojrzewanie osobowości	103
Samodzielne przepracowywanie lżejszych zaburzeń psychicznych.	104
Przecucia w marzeniu sennym – czy można im ufać	107
Granice analizy własnych snów.	111
Kiedy interpretowanie snów może być niebezpieczne?	111
Opór psychiczny przed interpretowaniem własnych snów	113
Oszukiwanie samego siebie w trakcie interpretacji	114
Poważniejsze zaburzenia psychiczne wymagają specjalistycznego leczenia	115

PRZYGOTOWANIE DO SAMODZIELNEJ ANALIZY

MARZEŃ SENNYCH	116
Jak usprawnić zapamiętywanie snów	116
Prowadzenie dziennika snów	121
Rozwijanie wyobraźni obrazowej.	123
Proste ćwiczenia podstawowe	125
Ćwiczenia dla zaawansowanych	128
Odprężenie i medytacja jako ułatwienie w interpretacji snów	132
Unikanie interpretacji schematycznych i banalnych	136
Sprawdzenie zgodności z rzeczywistością chroni przed samooszukiwaniem	138

ZADAWANIE MARZEŃ SENNYCH – JAK UZYSKAĆ

ODPOWIEDZI Z PODŚWIADOMOŚCI	140
Przygotowanie do zadawania snów	141
Cel zadawania snów	142
Wspieranie pozytywnych snów	142
Uzyskiwanie informacji w konkretnych sprawach	145
Łatwiejsze rozwiązywanie konfliktów i problemów	148
Uzupełniające wskazówki dotyczące zadawania snów	149

ZASADY PRAWIDŁOWEGO INTERPRETOWANIA

MARZEŃ SENNYCH	151
Przypominanie sobie i zapisywanie marzenia sennego	151
Formularz do zapisywania marzeń sennych	153
Nagle myśli nie zawsze są trafne.	156

Systematyczna praca z marzeniem sennym	157
Wyodrębnienie głównego wątku	158
Dzielenie fabuły sennej na etapy	160
Praca z obrazami sennymi	161
Typowe treści snów	162
Interpretacja snów na podstawie leksykonu	163
Tworzenie wolnych skojarzeń	164
Całościowa interpretacja marzenia sennego	170
Rozpoznawanie serii marzeń sennych	172
Sprawdzanie trafności interpretacji	174

PRAKTYCZNE KORZYŚCI Z ANALIZY MARZEŃ

SENNYCH	176
--------------------------	-----

Leksykon symboli sennych. Interpretacje tradycyjne

i nowoczesne	179
-------------------------------	-----

WSTĘP

MARZENIA SENNE W NASZYM ŻYCIU

Wielu ludzi jest głęboko przekonanych, że nigdy im się nic nie śni. Ich przeświadczenie może się wydawać słuszne, bo jeśli ktoś nie pamięta swoich marzeń sennych, to tak jakby faktycznie nic mu się nie śniło. Bez wątpienia jednak każdy zdrowy człowiek śni co noc, gdyż występujące naprzemiennie marzenia senne i fazy snu głębokiego są u ludzi nieodłącznym elementem naturalnego rytmu snu i czuwania. Dowodzą tego liczne badania naukowe, w których stwierdzano na przykład odpowiednie zmiany w bioelektrycznej aktywności mózgu oraz typowe ruchy gałek ocznych.

Większość z nas, owszem, przypomina sobie niekiedy swoje nocne wizje, a więc zdaje sobie z nich sprawę, ale nie interesuje się nimi. Dla niektórych sny są majakami, w których nie warto doszukiwać się jakiegokolwiek sensu, zgodnie z przysłowiem: „Sen mara, Bóg wiara”. Jeszcze inni czują instynktownie, że przynajmniej część ich marzeń sennych zawiera informacje pochodzące z głębin jaźni, nie wiedzą jednak, jak rozkodować te komunikaty. Często też nie potrafią się zdobyć na systematyczną pracę ze swoimi snami, na przykład ze strachu – kto bowiem wie o snach zbyt dużo, ten łatwo może odnieść wrażenie, że są one „niesamowitymi” komunikatami z takich zakątków duszy, do których lepiej byłoby nie zaglądać. Główna przyczyna strachu jest nierzadko taka, że wnioski z analizy marzeń sennych mogą zburzyć nasze świadome mniemanie o sobie.

Albo że odżyją jakieś dawno wyparte, nieprzyjemne lub bolesne wspomnienia.

Są też tacy, którzy intensywnie zajmują się swoimi marzeniami sennymi i w sposób zupełnie naturalny wykorzystują na co dzień informacje zaczerpnięte z podświadomości, analizując je i wyciągając z nich praktyczne wnioski. Dobrze na tym wychodzą, gdyż ten, kto dzięki snom lepiej pozna i zrozumie samego siebie, osiąga większą harmonię wewnętrzną, żyje w większej zgodzie z samym sobą i uzyskuje dostęp do źródła swojej nieświadomej mądrości, doświadczenia i kreatywności, co pomaga mu radzić sobie z wieloma sprawami.

Niniejsza książka ma służyć jako praktyczna pomoc życiowa zarówno dla tych osób, którym marzenia senne natychmiast ulatują z głowy, jak i dla tych, którym nieobca już jest praca ze snami. Warunek to dostatecznie silna motywacja do zajmowania się analizą opisywanych zjawisk. Tutaj dowiesz się, Czytelniku, co zrobić, aby skuteczniej przypominać sobie marzenia senne, jak pokonywać wewnętrzne opory przed analizowaniem zakodowanych przekazów, jak systematycznie rozwijać umiejętność interpretacji i unikać przy tym błędów, a nawet – jak pośrednio sterować przebiegiem snów w celu uzyskania odpowiedzi na swoje pytania.

Poradnik jest dwuczęściowy. Część leksykonowa, ułożona w porządku alfabetycznym, zawiera podstawowe znaczenia poszczególnych symboli sennych. Pochodzą one częściowo ze źródeł historycznych, częściowo zaś opierają się na wynikach nowoczesnych badań. Takie „ogólnie obowiązujące” znaczenia są użyteczne, gdyż dają pewien punkt zaczepienia i wskazują drogę ku właściwej interpretacji. Nie zastąpią one wszakże analizy jednostkowej, to znaczy uwzględniającej specyficzny charakter

i życiorys danej osoby, albowiem każde indywidualne marzenie senne zawiera przekaz skierowany tylko do niej! Niniejszy poradnik wyjaśnia, jak odczytywać te komunikaty i wykorzystywać je w praktyce. Życzę Ci więc, Czytelniku, przyjemnych wrażeń i sukcesów w regularnej pracy ze snami, która być może stanie się wkrótce Twoim codziennym nawykiem.

LEKSYKON

A

A, LITERA – występuje w snach w postaci napisanej, plastycznie uformowanej lub wypowiedzianej na głos. Ponieważ w różnych językach jest to pierwsza litera alfabetu (w języku greckim „alfa”, w fenickim „alef” itd.), często symbolizuje ona początek czegoś nowego i uważa się, że dobrze rokuje nowym przedsięwzięciom. Litera „A” może też ustalać kolejność (podobnie cyfra 1) albo wskazywać na coś jedyne w swoim rodzaju i niezwykłego, co zostaje zaakcentowane pierwszą literą alfabetu.

ABSTYNENCI we śnie często symbolizują surowe zasady moralne i sztywne przestrzeganie norm i reguł, które nadmiernie ograniczają naszą swobodę, utrudniając bądź uniemożliwiając spontaniczność i świeże pomysły – dlatego należy się uwolnić od tego balastu. Postać abstynenta może też być wskazówką, że powinniśmy zmniejszyć konsumpcję używek. Czasami w tym symbolu odzwierciedla się podświadomy lęk przed pofolgowaniem sobie i pójściem na żywioł – boimy się, że wyszłyby wtedy na jaw ciemne strony naszej natury i że stracilibyśmy akceptację otoczenia.

ADAM będący praojcem ludzkości występuje w snach często jako symbol cielesności i zmysłowości albo po prostu grzesznej natury ludzkiej. Taki stan oznacza wezwanie do pohamowania swej zmysłowości i zadbania o sferę duchową. Niekiedy biblijny

Adam symbolizuje naszego własnego ojca, jego dobry bądź zły wpływ na nasz rozwój, a także konflikty ciężące na naszej relacji z ojcem. Dokładna analiza wymaga indywidualnego podejścia i prowadzi do głębszego samopoznania.

ADMIRAŁ może symbolizować odważne, zręczne, dalekowzroczne i pomyślne żeglowanie po oceanie życia i jego rafach. Inne znaczenie to autorytet lub przesadne dążenie do władzy (mocy) i żądza panowania.

ADWOKAT bywa interpretowany jako pomocnik w trudnej sytuacji. Często też zapowiada kłótnie.

AFRYKA, Czarny Ląd, dla wielu ludzi w równym stopniu fascynujący co budzący trwogę, może symbolizować ciemną, ukrytą stronę naszej osobowości i wzywać do jej dokładniejszego poznania. Oglądanie mapy Afryki w atlasie często oznacza tęsknotę do zmian, niezadowolenie z obecnej sytuacji życiowej oraz pragnienie urozmaiceń i przygód. Po takim marzeniu sennym nie musimy zaraz wyjeżdżać w podróż do Afryki, powinniśmy jednak spróbować ubarwić jakoś monotonię życia.

AGREST może zapowiadać kłótnię w związku miłosnym. Według senników staroindyjskich agrest w snach kobiet symbolizuje niemiłego małżonka.

AKADEMIA może symbolizować „wieżę z kości słoniowej”, w której zamykają się niektórzy ludzie. Wzywa ona wtedy, abyśmy bardziej dostrzegali realia i wykorzystywali pełnię możliwości, jakie oferuje życie. Uczęszczanie do akademii może

symbolizować dalszy rozwój umysłowy i psychiczny. Sny takie wskazują też niekiedy na konkretne sukcesy i zaszczyty w dziedzinie nauki, zależnie od aktualnego poziomu wykształcenia.

AKADEMICY (członkowie akademii) często stanowią przestrożę, abyśmy nie narażali lekkomyślnie na szwank poważania, jakim się cieszymy, i dobrej reputacji. Dokładne odczytanie wymaga zestawienia z konkretną sytuacją życiową.

AKCJE KAPITAŁOWE, które we śnie kupujemy lub posiadamy, mają według tradycyjnej interpretacji wskazywać na straty finansowe, sprzedawanie akcji natomiast to zapowiedź finansowych sukcesów. Interpretacja ta jest jednak wątpliwa i opiera się prawdopodobnie na dość rozpowszechnionych zastrzeżeniach do tego rzekomo „niepewnego” sposobu lokowania kapitału. Palenie akcji, przy którym unosi się ciemny dym, grozi również stratami finansowymi, jeśli natomiast widać jasne płomienie, to można się spodziewać finansowych lub zawodowych sukcesów. Te ostatnie interpretacje wydają się bardziej realne, gdyż wyraża je dodatkowo symbolika dymu i płomieni.

AKSAMIT jest często oznaką, że chcemy zdobyć większe poważanie i znaczenie. Noszenie ubioru z aksamitu przestrzega przed próżnością i wywyższaniem się. Kupowanie aksamitu zapowiada dobrobyt.

AKTOR może oznaczać, że na zewnątrz odgrywamy rolę, która w rzeczywistości nie odpowiada naszej osobowości, co w końcu może wyjść na jaw. Może się tu również wyrażać nasza najczęściej przesadna chęć, aby cieszyć się większym uznaniem

i szacunkiem otoczenia; **AKTOR FILMOWY** na ogół świadczy o tym, że w rzeczywistości obracamy się w kręgach, do których niezbyt pasujemy i w których źle się czujemy.

AKWARIUM z rybami lub gadami głównie zapowiada sukcesy finansowe, puste natomiast – troski i tarapaty. Jeśli sami pływamy w akwarium, to być może czekają nas straty.

ALARM LOTNICZY może ostrzegać przed marzycielstwem i wywyższaniem się, które grozi kłopotami, troskami i porażkami.

ALFABET we śnie może być fragmentarycznie lub w pełni napisany, plastycznie uformowany lub wypowiedzany na głos, przy czym możemy mieć do czynienia również z alfabetem jakiegoś obcego języka (na przykład greckiego). Ponieważ alfabet stanowi podstawę języka, symbolizuje on we śnie główne cechy osobowości oraz główne tendencje naszego zachowania, działania, myślenia i odczuwania. Jeśli niektóre litery alfabetu są wyróżnione, to należy uwzględnić w interpretacji ich specyficzne znaczenie.

ALIGATOR często jest odczuwany jako zagrożenie, gdyż ucieleśnia wyparte ze świadomości potrzeby, przeżycia, lęki, emocje i inne treści psychiczne. Zarazem jednak symbolizuje podświadomą mądrość i doświadczenie, stanowiąc ewentualnie zachętę do większego wykorzystywania tych zasobów.

ALKOHOL uważany jest za napój „duchowy” (łac. *spiritus movens* – duch poruszający, główny sprawca czegoś) i często symbolizuje siły duchowe wpływające na nasze zachowanie

i postępowanie. We śnie alkohol może wyrażać potrzebę większej inspiracji oraz urzeczywistnienia niewykorzystanych możliwości, na przykład z powodu zbyt surowych zasad moralnych (patrz → abstynenci). Niekiedy zaś symbol ten przestrzega zwyczajnie przed nadmierną konsumpcją alkoholu.

ALKOHOLOWE UPOJENIE oznacza często, że zachowujemy się nie do końca normalnie, to znaczy ignorujemy fakty i dlatego popełniamy błędy, które doprowadzą kiedyś do rozczarowań i porażek. Symbol ten może jednak zapowiadać nawiązanie nowej znajomości, która wszakże pozostanie powierzchowna. Obraz upojenia alkoholowego może być wczesnym symptomem choroby uszu lub mózgu, powodującej zaburzenia równowagi i świadomości. Jeśli więc symbol ten pojawia się w snach częściej, powinniśmy udać się na badanie lekarskie.

ALTANA to według senników staroindyjskich znak potajemnej miłości.

AMBICJA występuje w snach przeważnie w formie określonych zachowań. Interpretuje się ją jako symbol gorliwości i przemożnej chęci awansu, czasami też bezwzględnego egoizmu. Taki sposób postępowania należałoby zarzucić, gdyż przysporzy nam on jedynie kłopotów.

AMBONA wskazuje, że chcemy uzyskać wpływ na innych ludzi oraz władzę nad nimi, być może też cechują nas apodyktyczność oraz brak zrozumienia dla cudzych racji. Ponadto ambona może wyrażać silną potrzebę wypowiedzenia swoich myśli i uczuć.

AMERYKA, Nowy Świat, w tradycyjnym ujęciu utożsamiana jest z odwagą, pionierskim duchem, przedsiębiorczością, postępem i sukcesem materialnym. Sny z Ameryką mogą oznaczać, że dzięki powyższym cechom wkrótce osiągniemy zamierzony cel albo że powinniśmy usilniej zwalczać swoją bojaźliwość. Ameryka może również wskazywać, że cechuje nas zbyt nastrojenie na sukces materialny i nadmiernie chłodny umysł, co grozi zubożeniem życia duchowego.

AMETYST → klejnoty.

AMPUTACJA to ostrzeżenie przed grożącą nam stratą, zwłaszcza w związku miłosnym. Symbol ten zwykle ma podłoże seksualne, odzwierciedlając u mężczyzny podświadomy strach przed kastracją. Trzeba tu uwzględnić, która część ciała jest amputowana (na przykład ręka, noga). W interpretacji można też rozważyć bolesne „cięcie” (przełom) w życiu, które zmusi nas do zrezygnowania z jakichś rzeczy.

ANANAS oznacza wiarę we własne siły oraz skomplikowane życie psychiczne. Jeśli we śnie kupujemy ten owoc, to możemy się spodziewać, że w najbliższym czasie będziemy mieć pogodny nastrój.

ANGIELSKI JĘZYK interpretuje się, na wzór znaczącej pozycji Anglii na świecie, jako zapowiedź sukcesów handlowych i zawodowych, częstokroć jednak za cenę szczęśliwego związku miłosnego. Czytanie po angielsku to często objaw znudzenia.

ANGLIA może symbolizować trzeźwość myślenia, rzeczowość i zaradność życiową, ale jednocześnie także nudę i brak fantazji, kierowanie się w głównej mierze praktycznymi przemyśleniami. Często dochodzi do tego ubóstwo emocjonalne i brak zaangażowania w sprawy innych ludzi. Anglia może oznaczać, że powinniśmy częściowo się wyzbyć swojego pragmatyzmu, gdyż zatracamy w nim wiele cech naszej osobowości. Z drugiej strony jednak symbol ten może wzywać do większej rzeczowości, jeśli ku takiej interpretacji skłania konkretna sytuacja życiowa.

ANIOŁ uosabia w ogólności przesłanie z podświadomości, które należy uwzględnić i wykorzystać w kształtowaniu własnego życia. Możliwe są następujące interpretacje:

- Widok aniołów zapowiada, że przez lepsze zrozumienie spraw znajdziemy wkrótce rozwiązanie istniejących problemów.
- Głos przemawiających aniołów odczytuje się według dawnych senników jako oznakę choroby i śmierci bliskiej osoby.
- Jeśli sami ukazujemy się pod postacią anioła, to jest to zapowiedź szczęścia i poważania.
- Para aniołów, z których jeden jest „ciemny”, drugi zaś jawi nam się promiennie piękny, stanowi najczęściej wezwanie, abyśmy wybrali między dobrem a złem.
- Gdy otacza nas we śnie większa liczba aniołów, to jest to często oznaka harmonii i zgodności z otaczającym światem.

APARAT fotograficzny symbolizuje pamięć, wzywając nas do intensywniejszego wykorzystywania przechowywanych w niej doświadczeń.

APTEKA ma niewiele wspólnego z chorobami, dużo natomiast – ze sprawami finansowymi. Widok apteki we śnie ma według tradycyjnej interpretacji zapowiadać rychły ślub z kimś bogatym, wchodzenie do apteki natomiast zwiastuje straty finansowe. Jest to jednak znaczenie dość niepewne. Czasami obraz apteki ostrzega przed zadawaniem się z ludźmi, którzy nie zasługują na zaufanie.

ARABOWIE uchodzą za ludzi tajemniczych, a ich ukazanie się we śnie często zapowiada, że wkrótce odkryjemy jakąś tajemnicę. Interpretacja, według której Arabowie miałby symbolizować namiętną męskość lub żądzę posiadania, nie wydaje się słuszna, gdyż wynika raczej z międzykulturowych uprzedzeń. Niemniej w sporadycznych przypadkach można ją brać pod uwagę.

ARENA symbolizuje przestrzeń naszego świadomego postrzegania i doświadczeń. Dokładne znaczenie symbolu wynika z tego, co rozgrywa się na arenie.

ARESZTOWANIE może symbolizować poczucie winy wynikające z naszych zamiarów, potrzeb i zachowań, których sami nie akceptujemy – należy je przeanalizować, a następnie zaakceptować lub zmienić. Czasami jest to znak, że sami jesteśmy winni ściągnięcia na siebie niesłusznych podejrzeń.

ARMATA wyraża bezwzględność, agresywność i rozpasaną seksualność, przestrzega, żebyśmy tym impulsom nie ulegali bez ograniczeń. Czasami ujawnia się tutaj skłonność do masochizmu. Ogólnie armata symbolizuje niebezpieczeństwa i lęki – dokładniejsze znaczenie wynika z konkretnej sytuacji życiowej.

ARTRETYZM we śnie może mieć związek z rzeczywistym artretyzmem i nie wymaga wtedy (jako sen o podłożu fizjologicznym) żadnej dalszej analizy. Jeśli taka interpretacja nie jest trafna, to opisywany symbol może oznaczać negatywne podejście do życia oraz rozczarowanie i rozgoryczenie własnym losem.

ARTYSTA → sztuka.

ASCETA może symbolizować podświadomą mądrość, w którą powinniśmy się bardziej wsłuchiwać. Niekiedy postać ascety przestrzega też (podobnie jak → abstynenci) przed zbyt dużym tłumieniem własnych potrzeb z powodu surowych zasad moralnych. Sporadycznie jednak znaczenie jest wręcz przeciwne: wezwanie do psychicznego i umysłowego rozwoju poprzez ascezę.

ASTMA może u osób chorych występować w marzeniu sennym w postaci ataku – jest to wtedy sen o podłożu fizjologicznym związany ze schorzeniami dróg oddechowych lub serca, należy więc poddać te narządy gruntownemu badaniu. Astma pojawiająca się w snach ludzi zdrowych wskazuje, że duszą się oni pod nawałem obowiązków i kłopotów, nie mogą się dalej rozwijać lub reagują na coś zbyt silnie („alergicznie”). U dzieci ataki astmy w marzeniu sennym (ale również na jawie) spowodowane są często błędnym, nadopiekuńczym wychowaniem przez matkę, którego skutkiem są lęki i zahamowania w rozwoju.

ASTROLOG – należy go interpretować jako mądrego doradcę, który pomaga nam osiągać kolejne sukcesy i dalej się rozwijać. Postać ta może również wskazywać na pogłębione samopozna-

nie i poszerzenie świadomości albo wzywać do nieulegania władzy rzeczy materialnych.

ASTRY uważane są za symbol godności, mogą więc zapowiadać większe poważanie i zaszczyty. Zwiędłe astry często symbolizują nadzieje, które musimy porzucić. Białe lub czarne astry odczytuje się tradycyjnie jako zapowiedź chorób i zgonów.

ATMOSFERA (strefa oddziaływań) może oznaczać, że znajdujemy się pod zbyt silnym wpływem innych ludzi. Należałoby się tego ograniczającego wpływu jak najszybciej pozbyć.

ATRAMENT to czasami wezwanie, abyśmy zwrócili większą uwagę na podświadomość i jej komunikaty. Inny sens może być taki, że powinniśmy dokładniej zaplanować jakieś zamierzenie lub sfinalizować wreszcie jakąś sprawę. Widok atramentu może ostrzegać przed anonimowym oszczerstwem. Kleks jest często interpretowany jako poczucie winy.

AURA → blask promieniujący.

AUSTRALIA uważana jest za symbol sukcesu osiągniętego dzięki ciężkiej pracy, odwadze i wytrwałości. Ukazanie się tego kontynentu we śnie może wskazywać na istnienie powyższych cech lub zachęcać do wyrobienia ich w sobie. Emigracja do Australii często oznacza, że stoimy u progu wielkiej życiowej zmiany.

AUTOBUS to napomnienie, abyśmy uwierzyli w siebie i nie zdawali się na pomoc innych (patrz także → samochód).

AUTOMATY mogą stanowić apel o większą oszczędność albo też zapowiedź, że bardzo łatwo uda nam się osiągnąć jakiś zamiar.

PLYWASZ W MĘTNEJ WODZIE? SPADASZ Z DUŻEJ WYSOKOŚCI?
BRAKUJĘ CI TCHU? ŚNIĄ CI SIĘ ZĘBY, DZIECI,
(WŁASNE LUB NIEZNAJOME), PIES ALBO KOT,
A MOŻE OSOBA, W KTÓREJ SIĘ KOCHASZ?
CHCESZ WIEDZIEĆ,
JAK TO WSZYSTKO ROZUMIEĆ?

Wielki sennik to ułożony w porządku alfabetycznym przewodnik po snach. Bez trudu poznasz ich znaczenie, dowiesz się, które znaki są pozytywne, a które zwiastują kłopoty – i jak tych kłopotów można uniknąć.

To nie wszystko. *Wielki sennik* w fascynujący sposób opowiada o tym, co sny znaczyły w starożytności i średniowieczu, na ile zmieniły je nauki Freuda i najnowsze odkrycia. Podpowiada, jak dzięki snom odzyskać harmonię, rozwiązywać konflikty, rozwijać zdolności.

Jak znaleźć odpowiedzi na dręczące pytania
i lepiej poznać własne pragnienia.

Każdy czasem zastanawia się nad znaczeniem dziwnego, powracającego czy wstrząsającego snu. Wielu uzależnia podjęcie życiowych decyzji czy podpisanie ważnej umowy od tego, co śniło się poprzedniej nocy.

Odkrycie źródeł i znaczenia snów to klucz do zrozumienia siebie oraz ich związku z życiem codziennym.

cena 49,90 zł

www.marginesy.com.pl



9 788365 780560