

УДК 133.2+159.9

ББК 86.42

Г65

ROBERT P. GONGLOFF

«Dream Exploration. A New Approach»

Перевод с английского *Н. С. Микшиной*

Оформление обложки *А. Ф. Байбаковой*

Гонглофф Р. П.

Г65 Тайны сновидений. Новый метод толкования. —
СПб.: ИГ «Весь», 2012. — 176 с.
ISBN 978-5-9573-2462-1

Каждую ночь сны пытаются сообщить нам что-то: мы видим различные образы и символы и пытаемся расшифровать их. Но работа исключительно с символами может задержать получение сообщения, которое несет сон. В этой книге Роберт Гонглофф представляет новый метод толкования, который позволит нам интерпретировать сны безошибочно.

Многолетняя работа автора со снами привела его к такому выводу: оказывается, самое главное — это понять тему, а не символ, так как из-за неправильного толкования какого-то одного символа мы не уловим суть сообщения, посылаемого сознанием. В этой книге описываются двенадцать основных тем, охватывающих все виды активности обычной «ночной» и «дневной» жизни, и предлагаются упражнения для работы с ними. Выполняя упражнения, мы сможем понять, что хочет сказать нам наше сознание, и узнаем, как наилучшим образом использовать это новое знание о себе.

Эта книга-учебник будет интересна и начинающим, и опытным исследователям снов как сборник самых практичных и эффективных упражнений для работы со сновидениями.

УДК 133.2+159.9

ББК 86.42

Тематика: Эзотерика/Гадания/Толкование снов

Ранее книга выходила под названием «Матрица сновидений. Новый подход в исследовании снов»

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Published by Llewellyn Publications, Woodbury, MN 55125 USA,
www.llewellyn.com

© 2006 Robert P. Gongloff

© Перевод на русский язык, издание на русском языке. ОАО «Издательская группа „Весь“», 2009

ISBN 978-5-9573-2462

ISBN 978-0-7387-0818-8 (англ.)

ОТЗЫВЫ О КНИГЕ

Кто знает, что значат сны? Это знаем мы, те, кто их видит, как оригинально показывает мой коллега Роберт Гонглофф в своей книге *«Тайны сновидений»*. Эта книга будет интересна и начинающим, и опытным исследователям снов как сборник самых практичных и эффективных упражнений, которые я когда-либо и где-либо встречала. Добраться до сути сна непросто, но Роберт, вооруженный своим новаторским подходом, ведет нас прямо к сокровищу, сокрытому в темных пещерах нашего бессознательного: он помогает нам понять ядро сна, его тему. Методов толкования снов — великое множество, однако подход Роберта избавляет вас от необходимости следовать извилистыми и порою только сбивающими с толку путями; это прямая дорога к тому целительному сообщению, которое несет сон. Роберт обозначает маршрут четкими указаниями, упражнениями и примерами, доказывая, что темы — это кратчайший путь к сути сна.

Роберт взял лучшее из своего собственного многолетнего опыта работы со снами и всестороннего изучения эзотерических учений и мудрости древних и вывел простые, но бесценные рекомендации для работы со снами. Он рассказывает, что такое темы и чем они не являются, указывает на распространенные ошибки и предлагает основные сюжеты, которые применимы ко всем снам и ситуациям «дневной» жизни. Умея четко организовать информацию, Роберт создал Матрицу тем, состоящую из двенадцати базовых блоков, общих для всех нас, вне зависимости от различных жизненных обстоятельств. Ответив на соответствующие вопросы, мы прольем свет знания и понимания на скрытые мотивы.

Рита ДВАЙЕР, экс-президент и исполнительный директор
Международной ассоциации по изучению сновидений

ОГЛАВЛЕНИЕ

БЛАГОДАРНОСТИ.....	9
ВВЕДЕНИЕ	
ОБОСНОВАНИЕ НЕОБХОДИМОСТИ НОВОГО ПОДХОДА	11
Самый распространенный метод работы со снами.....	12
Время менять угол зрения	14
Темы снов	14
Нужна ли миру еще одна книга о снах?	15
О чем эта книга.....	16
Что такое тема.....	17
Чем темы не являются	17
Что такое Матрица тем.....	19
Почему двенадцать?.....	19
Чем эта книга может быть вам полезна.....	22
ГЛАВА 1	
ОПРЕДЕЛЕНИЕ И ФОРМУЛИРОВКА ТЕМ.....	24
Из чего складывается тема	24
Как определить тему	26
Как сформулировать тему.....	29
Комплекс событий и снов.....	32
Упражнение на определение темы	35
ГЛАВА 2	
МАТРИЦА ТЕМ	38
Составляющие Матрицы тем.....	38
Почему основные темы представлены в виде вопросов?.....	40

Двенадцать основных тем	41
Как найти свою тему в Матрице	47
Матрица тем в работе	56
ГЛАВА 3	
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕМ В РАБОТЕ СО СНАМИ.....	58
Принятие ответственности на себя.....	58
Пошаговая работа со снами и темами	60
ГЛАВА 4	
ПОЧИТАНИЕ СНА	113
Уровни сознания	114
Как почитать свои сны	116
Приложение 1	
СВОДНАЯ ТАБЛИЦА ХАРАКТЕРИСТИК МАТРИЦЫ ТЕМ.....	135
Приложение 2	
ЧИСЛО ДВЕНАДЦАТЬ: 99 ПРИМЕРОВ.....	140
ПРИМЕЧАНИЯ	150
РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА	154
ОБ АВТОРЕ.....	158