Автор: admin
30.06.2011 16:23 - Обновлено 31.10.2014 06:34

О чем говорят позы во сне?

Разразившаяся в последнее время эпидемия психоанализа затягивает в себя все больше и больше поклонников Фрейда, Юнга, Карнеги и прочих уважаемых товарищей. Новоиспеченные психоаналитики оттачивают свои умения на друзьях и домочадцах, выискивая «тайные смыслы» в их жестах, взглядах, походках и прочих телодвижениях. Весьма забавно наблюдать за человеком, который «незаметно» наблюдает за повадками своих товарищей, и сам при этом врет в соответствии со всеми правилами Дейла Карнеги (нет ничего проще, чем уличить такого лжеца). Не отставая от моды, давайте попробуем сегодня поанализировать такой нетривиальный предмет, как наши позы во сне.

Позы во сне, в отличие от жестов, мимики и речи, совершенно невозможно контролировать, поэтому такой вид анализа при правильном к нему подходе даст наиболее точную информацию о личности того или иного человека. Конечно, вы можете при засыпании придать себе наиболее величественную, на ваш взгляд, позу (поза лотоса или, например, стойка затаившегося тигра), однако как только вы попадете в объятия Морфея, весь налет величественности трансформируется во что-то бесформенное и малопонятное. Не пытайтесь обмануть себя, то, как спит человек, напрямую связано со стилем его жизни. При этом анализу должна подвергаться именно основная поза, та, в которой преимущественно и спит человек.

Поза «зародыш». Человек лежит на боку с подтянутыми к груди коленями (естественно, согнутыми) и занимает только углы спального места (обычно, верхние), лицо отворачивается от стены. Такая поза свидетельствует о закрытости человека, о нужде в защите и опеки. Эти люди очень зависимы и нуждаются в защите со стороны более сильного.

«Простертая» поза. Человек лежит на животе, обычно с руками, закинутыми выше головы, вытянутыми ногами и слегка раздвинутыми ступнями. Такие люди редко опаздывают и не терпят опоздания от других, они пекутся о мелочах, обязательны, точны и аккуратны. Если что-то препятствует осуществлению их доминирующих потребностей, то такие люди приложат максимум усилий для достижения своих целей.

На спине, или «королевская» поза. Человек лежит на спине лицом вверх, руки и ноги вытянуты вдоль туловища, расслаблены, слегка раскинуты. Поза свидетельствует о

чувстве безопасности, уверенности в себе и силе личности.

И, наконец, самая распространенная поза – **«полузародыш»**. Человек лежит на боку со слегка согнутыми ногами. Такие люди обладают хорошим «здравым смыслом», адекватны и уравновешены, они не очень ранимы и не ищут защиты перед лицом неопределенного будущего.

Обратим теперь внимание на **ноги**. Если человек пытается обхватить ногами постель, засовывает одну или обе ноги под матрас, то это значит, что он (человек) достаточно консервативен и сопротивляется любым переменам в жизни. Свешивание же ног с края или с конца кровати, напротив, свидетельствует об отказе от принятых норм. Слабовольные, безынициативные и неспособные к самоорганизации люди спят со скрещенными лодыжками. Если одна нога расположена четко над другой: бедра, колени и лодыжки обеих ног соприкасаются друг с другом, то человек склонен к комфорту и старается соответствовать ожиданиям окружающих, избегая конфликтов.

Руки также играют важную роль в характеристике человека по позе. Так, например, если человек во сне за что-нибудь держится, то это говорит о зависимой натуре, такие люди несамостоятельны и прилипчивы. Для лиц, использующих свои интеллектуальные способности в качестве основного вида защиты, характерны руки, закинутые за голову в позе на спине, когда голова покоится между ладонями, а локти разведены в стороны. Полностью вытянутые вверх руки в той же позе означают слабоволие, бездействие и пассивность личности.

И напоследок несколько оптимистичных сведений для мужчин: около 40% сексуальных расстройств – как у мужчин, так и у женщин – обусловлены именно неправильной позой тела во время сна. Любимой позой вашей потенциальной импотенции (каламбурчик вышел) будет поза **«лежа на животе»**. В такой позе вы рискуете просто раздавить собственным весом свою богатырскую силушку: происходит нарушение кровообращения внутренних органов, и как следствие – бездетная старость. Не стоит также злоупотреблять и **высоким изголовьем**, в этом случае перебои со снабжением кровью будет испытывать уже мозг, что самым истребляющим образом отразится на популяции ваших половых гормонов.

Спокойной ночи и берегите себя!

Автор - **Максим Храбров**

Источник