

Толкование сновидений или активное воображение? Как приоткрыть ракушку бессознательного

Докладчик:
Светлана
Костина-
Ерыкалова.
Психолог клиники
доктора Юнга.



Всем снятся сны

- Мы все получаем эти послания длиною в ночь
- Сны говорят на языке образов
- Образы имеют коллективные корни и личные значения.
- Мы можем понимать их, прислушиваться



Люди, даже не знакомые с психологией, запоминают сны и задаются вопросами их значения. В интернете листают сонники, задают запросы в поиске вроде «вода во сне что это значит»



Море, океан, озеро, река

Часто это метафоры психики — особой внутренней среды, более плотной, чем внешний мир.

Она живет по своим законам.

Она не полностью прозрачна для сознания



В водной среде есть свои обитатели.
По статистике яндекса, рыба один из
самых частых символов сновидений



Символическое значение рыбы:
Древнее, глубинное существо
Душа человека. Символ Христа
Эмбрион, пренатальный период
Улов из бессознательного



Жемчужина — сокровище моря.
Часто ее представляют так:



Если психика это море,
то его обитатели —
рыбы, водоросли,
моллюски — это
наши живые
психические части.

Мы можем бояться
моря, можем
бороться и отбирать
улов, а можем жить
рядом и экологично
пользоваться.



Мы можем ждать,
когда улов
выбросит на
берег, можем
отправляться в
плавание,
забрасывать сети,
и можем нырять в
глубины за
добычей или за
новыми
открытиями.



Активное воображение

АВ иногда

- ожидание даров
- отлов рыбы
- погружение за уловом
- диалог, исследование
- созерцание



Насколько мы бережны?

Когда
добывают
жемчуг, что
происходит с
моллюском?



И что становится жемчужинами?



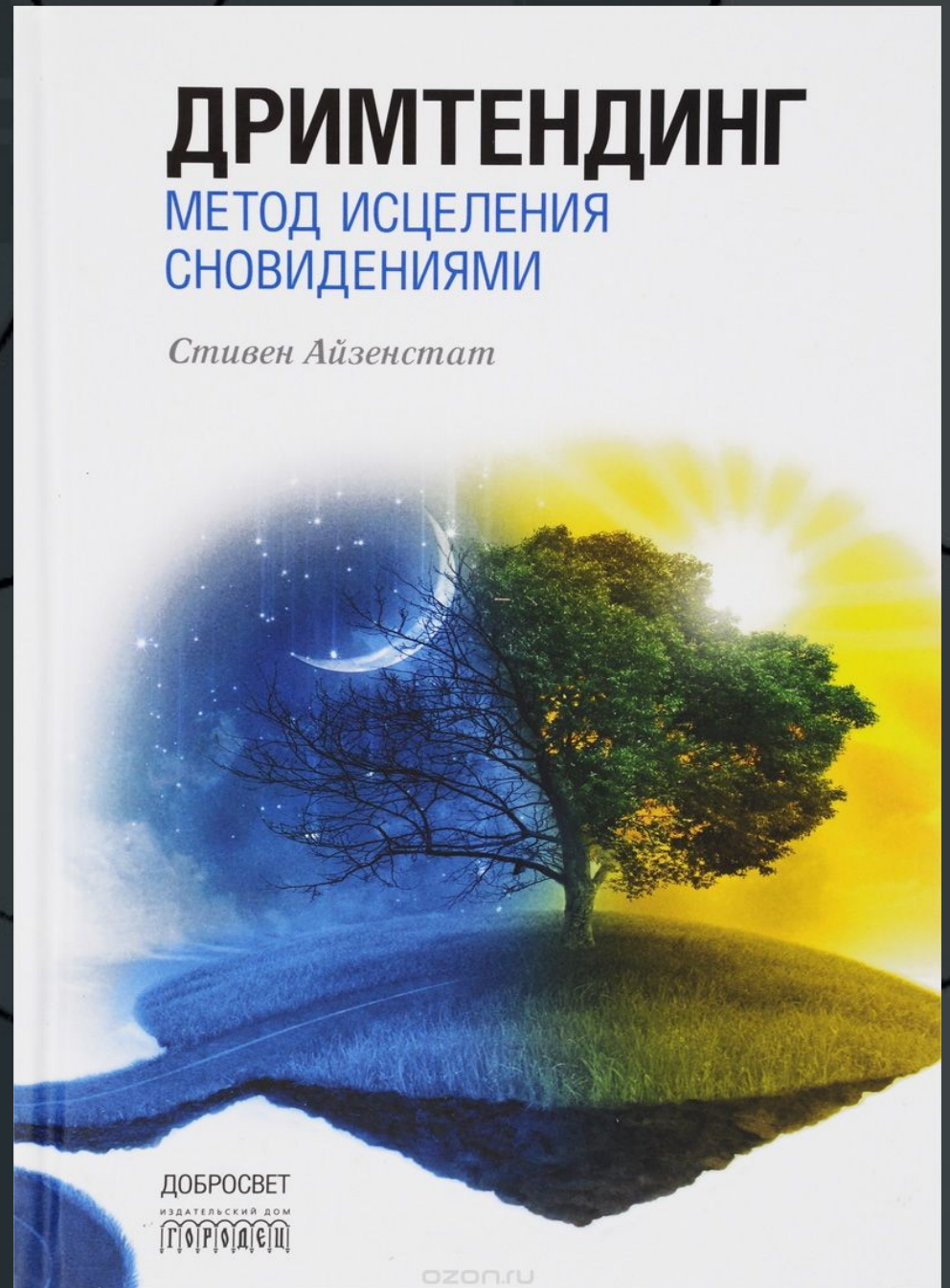
Какие песчинки, мучительные помехи мы превращаем с сокровища? Как мы узнаем, что они готовы к извлечению на свет? Как мы их извлекаем?



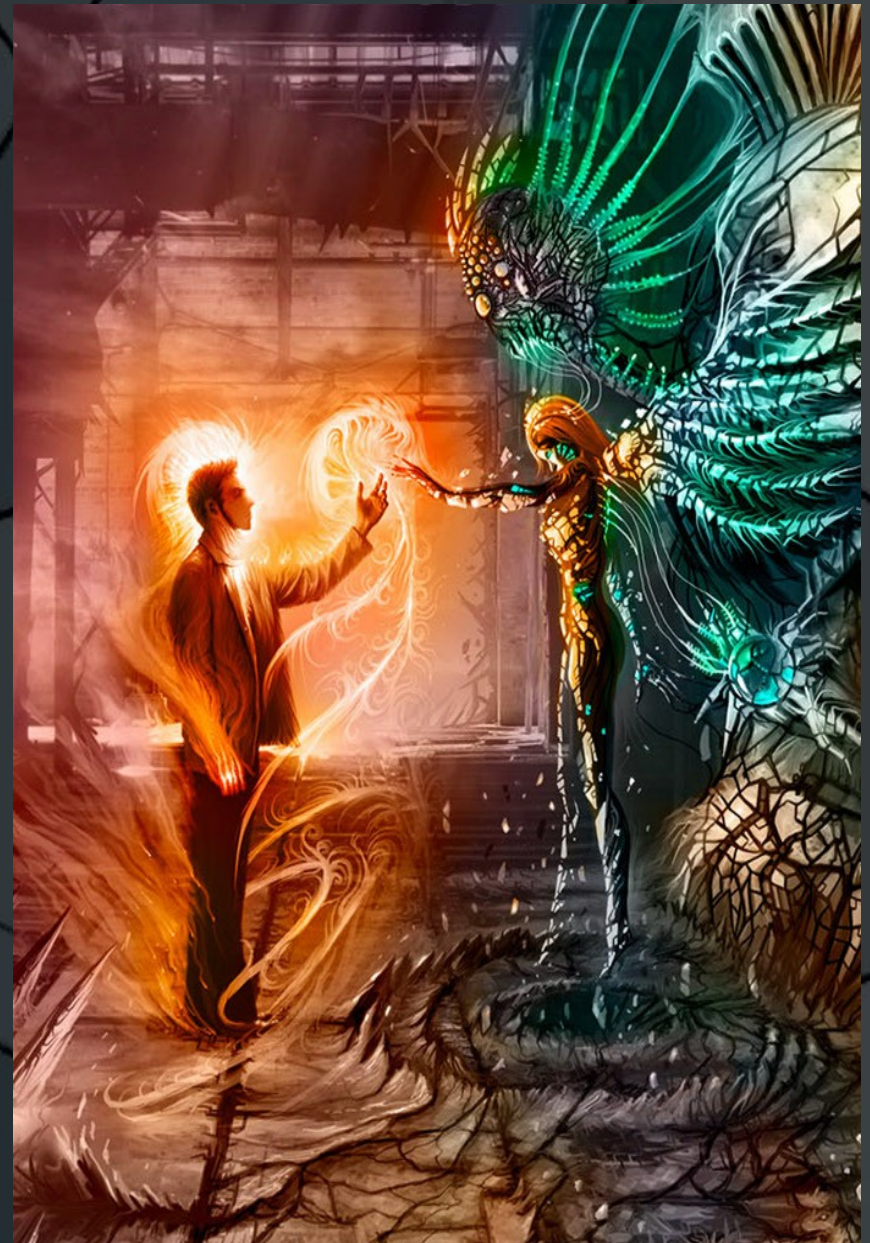
Сны говорят нам о многом: о текущих проблемах, ведущих комплексах, они дают нам ориентиры и показывают, на каком этапе пути мы находимся. А также они помогают нам выйти за пределы собственной обусловленности своей психоисторией, и ощутить связь в мировой душой.



Об этом много
говорит Стивен
Айзенстат в своей
книге и в своем
глобальном
проекте
Дримтендинг —
исцеление снами.



Стивен предлагает раскрыть каждый образ сновидения, подружиться с ним, вступить в диалог, рассматривать его как самостоятельное существо, обладающее телом, телесное как и мы.



Иногда эти
существа кажутся
нам более
глобальными,
чем мы сами,
иногда меньшими
— важно не
убегать и не
обесценивать их,
а попробовать
ощутить встречу.



Очень важным Стивен считает ощущение телесности как своей, так и образа. Мне близка танцевально-двигательная терапия, и там есть понятие танца с образом. Можно двигаться в диалоге с ним, или двигаться, став им самим.



Активное воображение:

Представьте себя на берегу водоема.
Ощутите это как можно более полно,
какие там звуки, запахи, что вы
видите вокруг, что за водоем перед
вами.



Вы можете вступить во взаимодействие с водой: созерцание, диалог, добывание, обмен — все, что вам покажется уместным.

Возможно, вы встретите кого-то из обитателей водоема: позвольте встрече стать осмысленной.

Позвольте тому, что представится, произойти. Подумайте, какой подарок вы получили от этой встречи.

Затем постепенно возвращайтесь.

Поделитесь, кто готов, что получилось. Также вы можете поделиться текстами и рисунками в фейсбуке в частной переписке, в группе толкование снов не только по Юнгу, или на странице наука сна.

Также, возможно, есть вопросы по активному воображению.



Мы все интуитивно ищем что-то, в снах и в осмыслении событий реальной жизни. У каждого свой путь и свое служение. Глубокое уважение к глубинам бессознательного делает этот путь одухотворенным.

