

Posebno obratite pažnju na teme koje se javljaju uvek iznova u vašim snovima. Ako poruku niste primili i protumačili prvi put, često se isti san – poruka, javlja ponovo. Mnogi ljudi sanjaju snove koji se ponavljaju, tu spadaju i noćne more. Ustvari, vaše unutrašnje biće samo pokušava da vam prenese važnu poruku.

{jumi [reklama.php]}

Pokušajte da posmatrate svaku ličnost koja se pojavljuje u snu kao jedan od aspekata vaše ličnosti. Na primer, ako se u snu pojavi đavo, pokušajte da vidite šta se dešava sa vašom interpretacijom ako na taj lik gledate kao na “destruktivnu mračnu stranu vaše ličnosti”. Čak i ako se radi o ličnosti koju poznajete u stvarnom životu, pokušajte da koristite ovu tehniku interpretacije. Zatim, na primer, ako sanjate svoju majku, možda njen lik predstavlja žensku, majčinsku stranu vas samih.

Objasnite sebi svoje snove koristeći što je moguće jednostavnije i osnovnije pojmove. Pretvarajte se da ih objašnjavate vanzemalcima, kojima je potrebno definisati skoro svaku reč. Ako se na primer vaš san odnosi na automobil, predstavite sebi da “vanzemaljac” ne razume šta je to automobil. Morate da mu objasnite da je to uređaj za transport, za kretanje sa jednog mesta na drugo. Iznenadiće vas interpretacija, odnosno značenje snova koje otkrijete koristeći ovaj metod.

Snove redovno zapisujte odmah nakon buđenja pre ustajanja iz kreveta. Ukratko i dovoljno sažeto da služe kao podsetnik jednog dana kad se nakupe i kad ih budete analizirali. Radeći sa njima možete doći do neslučenih rezultata i velike koristi za vaš dalji duhovni i spiritualni razvoj.

Podelite svoje snove sa drugima, i pokušajte da dobijete mišljenje prijatelja ili osobe koja se u to razume. Imajte rezerve. Nemojte prihvatiti interpretaciju vaših prijatelja, osim ako oni ne pobude u vama onaj AHA osećaj, osećaj momentalnog prepoznavanja značenja vašeg sna.