



Zdálo se mi...

...aneb sen je váš nejlepší rádce (jen ho musíte pochopit)

- ✓ proč se nám zdají sny?
- ✓ jak si takový sen vyložit
- ✓ význam symbolů
(ať už ve snech nebo
v reálném životě)
- ✓ výklad lidsky = srozumitelně
(pro co nejširší okruh čtenářů)
- ✓ najdete odpovědi na vaše
otázky
- ✓ pochopte vaši současnou
životní situaci
- ✓ rozhodujte se už konečně
správně
- ✓ žijte šťastně a spokojeně

„Úspěšně vyzkoušeno na lidech“

- Jan Čapek -

Zdálo se mi...

...aneb sen je váš nejlepší rádce (jen ho musíte pochopit)

Je to sice otrava, ale musíme to projít.

Všechna práva k této knize jsou vyhrazena.

Určitě také z něčeho musíte žít a jste rádi ocenění za vaše úsilí, které třeba někomu pomáhá. Stejně jsem na tom i já.

Knihy je proto určena pouze pro potřeby kupujících. Bez mého písemného svolení prosím knihu nijak nezveřejňujte, ani nešířte, ať už jako celek, nebo jakoukoliv její část.

Nevadí mi použití pro krátké citace nebo odkazy použité při hodnocení knihy (ať už je hodnocení jakékoliv!). Vždy ale prosím uveďte odkaz na zdroj knihy, ať čtenář ví.

Děkuji!

© Jan Čapek, 2020

1. vydání

Počet výkladů: 490

Datum poslední aktualizace: 9. října 2020

Obsah

Obsah	2
Úvodem	3
Proč se nám zdají sny?	4
Rozdělení podle abecedy	7
A	7
Alkohol	7
Anděl	7
D	7
Děšť	7
F	8
Facebook	8
Fast food	8
S	8
Sex	8
Význam obrazců	9
Čtverec	9
Význam čísel	9
Nula	9
Jedna	9
Význam barev	10
Barvy ve snu obecně	10
Červená	10

Úvodem

Zcela na začátku se pokusím stručně objasnit vznik a smysl této knihy, protože všelijakých snářů a výkladů snů se povaluje na internetu víc než dost.

Je známým faktem, že strávíme zhruba třetinu našeho života spánkem. Během spánku probíhají v těle nejrůznější procesy. Zjednodušeně si je můžeme rozdělit na dvě kategorie:

- fyzické procesy (výsledkem je mimo jiné odpočatost – nebo by správně měla být ☺)
- duševní procesy (výsledkem jsou mimo jiné sny)

Přiznávám, že jsem se dopustil velmi značného zjednodušení, ale pro náš úvod to takhle stačí. Nechci odbornou literaturu pro vědce – sám nejsem vědec, ale stravitelnou příručku pro lidi.

Fyzické procesy tu nebudu rozebírat, o nich si můžete načíst a prostudovat spoustu knih. Nás (a pokud sis koupil tuhle knihu, tak určitě i tebe, milý čtenáři) budou zajímat duševní procesy.

Nejsem výjimkou, i mě se zdají sny, sny se totiž zdají nám všem – bez rozdílu. Zvířatům i lidem. Vážně, nekecám. Také já o tom přemýšlím a rozhodně mě neuspokojí vysvětlení, že sen je důsledkem „úkladu“ mozku, kdy si třídí prožitky a ukládá si je tak do dlouhodobé paměti. Já tuto skutečnost nepopírám, to je ale jen a pouze fyziologický proces a jedna část příběhu.

Zamyslete se: proč by se nám zdály sny, které někdy vůbec nesouvisí s ničím, co jsme prožili? Proč jsou některé sny tak zvláštní a emotivní, až nám zůstanou zaryté v paměti, musíme na ně myslet a nedají nám „spát“? Sen nám nedá spát – vím, možná trochu protimluv. Ale vy to přežijete ☺

Mě vždy zajímaly věci do hloubky a sny nebyly, nejsou a nebudou výjimkou. Při podrobnějším zkoumání totiž zjistíte, že sny mají daleko větší význam pro náš život, než si vůbec umíme představit. Sny totiž úzce souvisí s naší psychikou a s tím, co se odehrává v našem podvědomí a nevědomí.

Většina lidí si žije svým životem a pravděpodobně nevěnuje nijak přehnanou pozornost tomu, o čem se jim zdává. Avšak pouze do doby, než začnou být některé sny výrazné či zvláštní – a to až do takové míry, že se usadí v hlavě a člověk je z ní nemůže dostat.

Jaké řešení vás v takové situaci napadne jako první? Snář? Hledat na internetu? Vyzkoušeli jste? A našli jste? Pokud ano, jak moc vám výklad pomohl?

Teď mi dovoluňte, abych mluvil za sebe: mně vůbec.

...

Zkusím pro ilustraci jeden příklad za všechny:

osoba je ve vodě, voda je studená, snaží se z ní vylézt, ale voda neubývá a navíc se jí boří půda pod nohama.

Jak si takový sen vyložit?

Budeme tedy hledat...

Po chvíli hledání najdeme následující výklad: snění o vodě = regenerace těla, moře = uklidnění. Regenerujeme tělo, a proto se nemůžeme dostat z vody a boří se nám půda pod nohama? Vážně? Asi ne.

Zkusíme hledat dál: voda = city (souhlasím), ponořit se do vody = podmanění (nesouhlasím). Jak tohle přetlumočit vzhledem ke zmíněnému snu? City, podmanění, někdo si nás podmaňuje? Hmm...
Tady jsem opět ztracen.

Ted' vám zkusím předložit výklad tak, jak by mohl probíhat podle této knihy: voda značí emoce a nevědomí; jsme tedy pod nadvládou emocí, kterých si nejsme plně vědomi (čím více jsme ponořeni, tím více nás emoce ovládají) a my se snažíme z této situace a nadvlády emocí dostat (vylézt z vody), ale nedaří se nám to, a naopak ztrácíme půdu pod nohama (útekem to nevyřešíme). Čím studenější voda, tím nepříjemnější emoce.

Shrnutí: máme v životě něco emočně nedořešeného (např. city k někomu...) a sen nás na to upozorňuje; místo snahy o útek bychom měli danou situaci vyřešit – a to jinak, než jak jsme to řešili doteď, dokud nám to ještě nepřerostlo přes hlavu.

...

K výkladu dodám, že hodně záleží na kontextu snu, tedy na tom co s děje, kdo tam je, co předcházelo, co následovalo, co jsme dělali my atd.

Proto jsem se rozhodl uvádět postupně výklady snů na mých stránkách (na adrese <https://www.jcapek.cz/vyklad-snu-snar/>). Upřímně jsem při tom vůbec netušil, jaký zájem se „strhne“ ze strany čtenářů. Lidé se začali ozývat s prosbou o výklad snu nebo se ptali na význam symbolu, který neustále vídají (velmi často to bylo např. srdce).

Při výkladu vycházím z různých vyzkoušených zdrojů a z vlastní zkušenosti. Líbí se mi práce C. G. Junga, který podle mě nejvýrazněji přispěl k psychologii a výkladů snů. Podívejte se na youtube a přednášky Pjéra la Šéze (Petra Knotka).

Protože symboly můžete vidět jak ve snu, tak v reálném životě, lze „sjednotit“ snář i symboliku do jedné publikace. A jednu takovou právě čtete.

Není v mých silách podchytit všechny možnosti a uvést tady každý termín, který vás napadne. To ani není účelem této knihy. To nemůže být účelem žádné knihy ☺ Snažil jsem vybrat taková slova a situace, u kterých věřím, že mohou ve snech i v životě nastat. Nenajdete tu proto některé výrazy, které se již moc nepoužívají, ale naopak jsem zařadil slova, která se vztahují k dnešnímu stylu života.

Protože je kniha elektronická, bude (ne)pravidelně aktualizována a rozšiřována o další výrazy, aby reflektovala současné podmínky a byla co nejvíc ku prospěchu.

Pokud jste si knihu koupili (za což vás chválím), všechny další aktualizace (všechna další vydání) budete mít **zdarma**.

Proč se nám zdají sny?

Podvědomí. S tímhle termínem už jste se určitě setkali. Podvědomí dneska frčí, pro všemožné rádce a guru je podvědomí in, všichni ho programují, všichni se o něj zajímají,

všichni se jím zaklínají. Nic proti tomu. Když ale chcete podvědomí programovat, měli byste ho nejdříve pochopit, „skamarádit“ se s ním, poznat ho a rozumět si s ním...

Vše, co děláte, s kým se stýkáte a mluvíte, na co se díváte v televizi, co čtete... To vše zpracováváte vědomě – neboli vědomím. Z vědomí se postupně všechny tyto informace a vzorce ukládají hlouběji do podvědomí a později do nevědomí.

S vědomím pracujete třeba když mluvíte, řídíte auto atd. Podvědomí neřídíte. Na naše podvědomí, nebo lépe řečeno na naše vzorce chování v podvědomí útočí/cílí například všichni ti reklamní a marketingoví specialisté. A věřte mi, že je snadno ovlivnitelné pomocí určitých vyzkoušených technik. Jako člověk, který si prošel obchodem, bych mohl vyprávět. Ale zpátky k tématu.

Každý den a každou chvíli vašeho života pracují vědomí i podvědomí „na plné obrátky“. Vědomí zpracovává „jen“ nějakých 5% všech vjemů, podvědomí ten zbytek. To jsem si nevymyslel, to je objev neurovědčů. Pokud si tedy myslíte, že existuje jen to, co aktuálně vnímáte, vidíte, slyšíte, tak jste na VELKÉM omylu. Vidíte, slyšíte, vnímáte a dokážete zpracovat POUZE zhruba 5% všeho, co se kolem vás odehrává.

Proto zapomeňte na úsloví „vidět znamená věřit“. Uvidíte jen to, co vám mozek vdanou chvílí dovolí. Je moudré rčení, které říká: Oči uvidí a uši uslyší jen to, co je mysl připravena přijmout.

Proč jen 5%? Upřímně nevím, jak vy, ale já mám občas pocit, že všechno to kolem mě nestíhám. A to vím „jen“ o 5% všeho. A teď si představte, že byste vědomě zpracovávali 50% toho, co se kolem vás odehrává. Nebo 100%. Když se zasekne počítač, prostě ho restartujeme. Co ale dělat se zaseklým člověkem? Mozek si proto podle svého uvážení vybírá jen to, co je podle něj důležité a s tím ostatním nás neobtěžuje a „jede na automat“.

Pro jistotu ještě jednou: naše vědomí zpracuje 5% všech informací, podvědomí 95%.

Proto se do podvědomí dostane daleko víc „dat“, než jsme si vědomi. A než si asi většina z nás připustí.

Podvědomí si pamatuje všechny prožité události, zná naše skutečné touhy a pocity, ví o nás všechno. Je to jakási knihovna všech znalostí (nejen našich) a kompletní kronika našeho života. Děsí vás to?

Teď napíšu něco, co někoho zarazí, jiného zaskočí a někoho už to nepřekvapí. A někoho to možná podráždí nebo pohorší. To se stává ☺

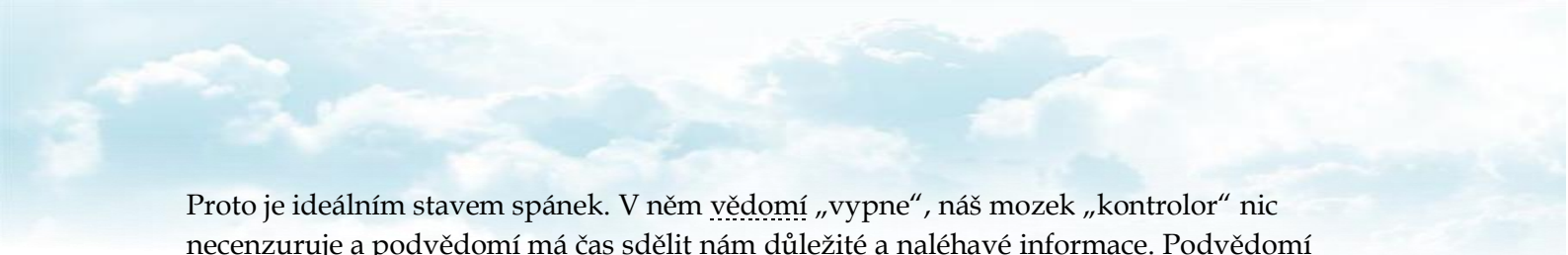
Podvědomí = duše.

Ano, je to hodně zjednodušené, ale snad se na mě za to nebudete zlobit.

O duši by se dalo povídat hodiny a dny, ale to není účelem téhle knihy. Jen to tak prosím berte, že když budu mluvit o podvědomí, vlastně tím mám na mysli duši.

Když jsme vzhůru, vědomí je dost zaneprázdněné naší činností. Takové nesmyslné korporátní tabulky v Excelu nebo dlouhé porady o ničem dokáží zasekat a zkazit den. Nebo klasický denní „kolotoč“ práce, facebook, rodina, facebook, televize, facebook... ☺

Podvědomí proto sbírá informace, ale nijak na nás nenaléhá s tím, že někde vidí problém. Ono např. při řízení auta by nám vyrušování neprospělo. A napadají mě i další činnosti, při nichž nechceme být vyrušováni ☺



Proto je ideálním stavem spánek. V něm vědomí „vypne“, náš mozek „kontrolor“ nic necenzuruje a podvědomí má čas sdělit nám důležité a naléhavé informace. Podvědomí nemluví česky nebo anglicky (jazyk je výmysl lidí), podvědomí hovoří jiným – univerzálním jazykem: sny, symboly, obrazy, vjemy, pocity, vnuknutími. Pokud k nám promlouvá v bdělém stavu, říkáváme tomu intuice (zase zjednodušeno, já vím).

Dříve jsme takové symbolice rozuměli a dokázali s ní pracovat. Díky dnešnímu systému, který nám úmyslně a hlavně úspěšně vymývá mozky (mobily, televize, facebook... doplňte si podle uvážení) už jsme ale tuto schopnost zapomněli. Když pak máme nějaký problém nebo otázku, jsme naučeni hledat všude kolem, místo abychom hledali uvnitř sebe. Naše podvědomí (duše) totiž vždy odpověď zná, vždy ví, proč máme nějaký problém, jak vznikl i jak se s ním vypořádat. A sen je jednou z forem zprávy, kterou nám podvědomí posílá.

Sen je důležitý.

Sen je totiž osobním sdělením připraveným na míru pro vás od toho, kdo vás zná nejlíp ze všech.

...

Rozdělení podle abecedy

A

Alkohol

Alkohol může znázorňovat jak oheň, tak vodu (vždyť se mu taky říká ohnivá voda).

Může poukazovat na spojení protikladů, mužského a ženského principu, aktivního a pasivního – a to jak ve smyslu tvoření, tak i ničení.

Alkohol ale především symbolizuje zábavu a odpočinek a zároveň formu útěku před problémy.

Pravděpodobně postrádáte více rovnováhy ve vašem životě (většinou se dá začít tím, že nebudete lpět na minulosti).

Nebo byste se možná měli víc ubírat cestou, kde budete více zodpovědní, avšak zároveň tak, abyste na sebe nenakládali všechnu zodpovědnost najednou. Zodpovědnost ano, rozhodně ale ne naráz, nýbrž postupně.

Kontext snu napoví víc, stejně tak i váš vztah k alkoholu v reálném životě.

Anděl

Anděly lze brát jako původní formu energie, která tu byla dávno před námi a bude tu i nadále. Mohou se nám zjevit nejčastěji ve snech a jsou mimo jiné určitým milníkem našeho pokročilého duchovního vývoje.

Anděly bereme jako jakýsi důkaz nebo potvrzení právě probíhající pomoci či ochrany „shůry“. A kde se většinou objeví andělé, tam bývá nedaleko také zázrak.

D

Děšť

Děšť ve snu se pojí (stejně jako voda a vše s ní spojené) k vyjádření určitých emocí. Děšť snášející se z nebe můžeme připodobnit slzám padajícím z očí. Slzy přijdou, kdykoliv necháme volný průchod našim emocím.

Děšť očišťuje, protože smývá špínu a čistí vzduch. Tak bychom ho měli brát i ve snu. Přeloženo do češtiny: procházíme nějakým emočním stavem/prožitkem, který nám pomůže se uzdravit a dát do pořádku.

Další vodítka může poskytnout jak náš pocit z deště a reakce na něj, tak jeho vydatnost. Lehký deštík naznačuje jen menší emoční „narušení“, kdežto „slejevák“ varuje, že problém je daleko většího rázu.

Reakcí na děšť zase dáváme najevo svůj postoj k dané situaci. Pakliže před deštěm utíkáme, bráníme se v našem životě průchodů emocí. A to bychom samozřejmě neměli.

Čím intenzivnější děšť je, tím výraznějšího varování se nám od podvědomí dostává.

F

Facebook

Dnešní sociální média nám přináší „dar“ v podobě možnosti okamžitě se vyjádřit ať už k nějakému tématu/problému, nebo jen tak pronést něco ze sebe a za sebe (nějakou myšlenku, která nás napadne). Všichni ze sebe očividně vydávají to nejlepší, proto to na zdech facebooku občas vypadá jak...

Neodmyslitelnou součástí je pak sdílení našeho každodenního života. Je to tedy komunita, kde si my sami volíme, co prezentujeme světu. Facebook ve snu tak může představovat naši snahu kontrolovat to, jak nás vidí a vnímají druzí lidé a zároveň obavu z toho, co říkají na náš život. Jestli není nudný, jestli jsme dost „in“ ...

Díky facebooku máme možnost být ve spojení s ostatními, avšak bez nutnosti skutečné intimity – a díky tomu bez rizika citové újmy. Nebolí, že je potřeba si projít své hodnoty a svá stanoviska ohledně navazování a udržování vztahů (přátelských, romantických). Protože vztah na sociální síti nás sice tolik nezraní a my se tak cítíme v bezpečí, ale v pravém slova smyslu to není žádný vztah. Takový vztah nám nic nedá. Nesmíme se bát nezdarů a jít navazovat opravdové vztahy. Sice to občas zaskřípe, ale stojí to za to. Vážně.

Fast food

Jídlo ve snu je spojeno s naší životosprávou, s tím, jak o sebe dbáme a pečujeme v reálném životě.

Ačkoliv do rychlého občerstvení občas rád zajdu, musím být upřímný a přiznat, že fast food je nutričně a výživově naprosto o ničem (jídlo nám nic nedá, kromě plného pupíku).

Jako hlavní vzkaz takového snu bychom měli brát vztyčený prst – varování – abychom se zamysleli nad tím, jakou vedeme životosprávu a jak se o sebe staráme.

Napovím: samozřejmě, že ne asi úplně dobře ☺

ZKUS SE TAKY PODÍVAT NA JÍDLO.

S

Sex

Bud'te upřímní, o sexu se vám nezdálo, koukáte sem ze zvědavosti, že jo? ☺

Pravděpodobně jeden z nejvíce mylně vykládaných symbolů. Sex je především o propojení a integraci (myšlena integrace jednotlivých vlastností člověka do jednoho funkčního celku). Pokud mají dva lidé sex, snaží se na určité úrovni dostat k sobě tak blízko, jak to jen jde. Odtud to propojení. Lze to symbolicky nazvat dvěma energiemi, které se snaží spojit v jednu. Odtud ta integrace.

I když jsou některé prvky sexuálního snění jen vyjádřením nenaplněných potřeb, vždy je za tím skryto nějaké poselství.

Opět je pro náš výklad důležitá hlavní povahová vlastnost (rys) druhé osoby, s níž se ve snu milujeme. Tento daný rys je totiž potřeba více integrovat (zapojit a rozvinout) do naší osobnosti v reálném životě.

Jestliže jste svědky sexuálního aktu, opět tu platí poučka, že je důležité podívat se na vlastnosti obou zúčastněných a tyto vlastnosti si opět vztáhnout k sobě a zapracovat na nich.

Možná právě prací na snem doporučených vlastnostech se vám podaří překonat nějakou životní překážku nebo situaci a posunout se dál. Bez dostatečné „výbavy a přípravy“ byste mohli zůstat stát před překážkou/zůstat viset v nemilé situaci.

ZKUS SE TAKY PODÍVAT NA ORGASMUS, MASTURBACE, ORÁLNÍ SEX, LESBICKÝ SEX, GAY SEX.

Význam obrazců

Čtverec

Čtverec znamená ohraničení neboli formu. Proto čtverec označuje hmotu, Zemi, lidské tělo. Naproti tomu duše je znázorněna kruhem.

Jeho dalšími vlastnostmi jsou stálost, stabilita, neměnnost. Hmota jednoduše zůstává stejná a nijak se nemění.

Pro vznik hmoty jsou potřeba 4 živly: oheň, voda, vzduch, země. Tyto čtyři živly představují čtyři strany čtverce.

Význam čísel

Čísla jsou odjakživa známa svou energií, kterou v sobě nesou, přičemž každé číslo má jinou energii a mluví o jiných prožitcích a hodnotách. Doporučuji vám pročíst si všechna čísla postupně za sebou, neboť jejich význam tvoří ucelený příběh, který vám bude jasný pouze při posloupném čtení.

Nula

Nula symbolizuje prázdnotu a Zdroj (pro věřící Boha, pro fyziky singularitu), je to tedy jakýsi „začátek před začátkem“, je to bod, z něhož vše vzniklo velkým třeskem. Nula říká, že ve skutečnosti neexistuje ani začátek, ani konec. Vše je uzavřený kruh – koloběh, neustále dokola rodící se a umírající lidé – přesněji jejich těla, ne duše.

Nula tak symbolicky poukazuje na Zdroj, na vnitřní hlas každého z nás, neboli na intuici (duši), na níž se máme obrátit pro odpovědi.

Nula také zvyšuje energii každého čísla, u něž se vyskytne (násobí vliv daného čísla).

Jedna

Jednička značí začátek, včetně počátku existence. Jednička proto symbolizuje myšlenky, neboť myšlenka je vždy na začátku všeho. Než něco vznikne, musí o tom někdo přemýšlet a až pak jednat. Proto je jednička taky symbolem potenciálu a možností, jsme na začátku a jsme omezeni jen tím, co uděláme a jak se rozhodneme. Jednička sama o sobě nic nezmůže, k tomu je potřeba rozhodnutí (číslo 2) a akce (číslo 3).

Jedničku můžeme vyjádřit bodem/tečkou.

Význam barev

Barvy ve snu obecně

Snění o barvách má za úkol vyčlenit sen z řady ostatních a víc na něj upozornit. Jinak ale barva není opět nic jiného než forma sdělení.

Barvy nejsou oddělené, pochází z jednoho zdroje. Je to světlo, které vidíme normálně jako bílé. Pokud se ale změní jeho vlnová délka, změní se i styl, jakým ho vnímáme (neboli barva).

Barva (nejen) ve snu je způsobem, jak „podbarvit“ předávaný vzkaz.

Červená

První barva spektra je spojována s bezpečím, základy, agresí, vášní a naplněním základních potřeb. Její energie je spojena se spodkem páteře, tedy jakýmsi „kořenem“ – kořenovou čakrou. Často bývá barva brána jako symbol vášně, je však především barvou agrese a sexuálního vyjádření mužského principu.

Červená na semaforu znamená „stůj“, díky tomu jsme v bezpečí před nehodou. Krev má červenou barvu, je součástí životní síly a je základem fyzického těla (nejen lidského).