



Сон - это особое состояние организма, преследующее различные цели: отдых, восстановление организма на клеточном уровне, упорядочение и усвоение информации, а также информационный обмен с информационным полем, точнее сброс информации в общий информарий.

Изначально это была потребность скоротать темное время суток, но живые организмы стали использовать его с максимальной эффективностью. Например, ночью, когда засыпают большие города, ремонтные бригады начинают обслуживание и ремонт трамвайных путей и системы метрополитена. Примерно что-то такое происходит и в нашем организме.

Большое значение имеет инфообмен. Информация, полученная за день, сортируется, укладывается по папкам и каталогам, записывается в различные файлы. И главное

происходит сброс в общее инфополе. С общим инфополем мы все, в основном, работаем в одностороннем порядке. Мало кто имеет возможность получать обратную информацию. Таких людей называют медиумами (посредниками), экстрасенсами и ясновидящими. Иногда бывают прорывы обратной информации у обычных людей, тогда это называется вещими снами.

Чем меньше человек спит, тем сильнее забивается его оперативная память, оставляя всё меньше простора для маневра, увеличивая энергозатраты и снижая коэффициент полезного действия. Это проявляется головными болями, снижением реакции, заторможенностью. Лишите человека сна и он сойдет с ума и умрет - мозг перегрелся.

В состоянии алкогольного опьянения меняется полярность электрических цепей головного мозга, нарушается работа передатчика, информация не сбрасывается в инфополе, не сортируется, не записывается. К утру человек банально не высыпается, даже если степень опьянения была не большой и не вызвала похмельного синдрома.

Ранее я упоминал, что большинство людей не может получать обратную информацию инфополя. Но это не значит, что у них нет такой возможности. У каждого из нас есть такая возможность. Просто Творец ограничил наши возможности пользоваться данным устройством. Точно также как администратор корпоративных сетей запрещает или разрешает доступ к тому или иному ресурсу или устройству. Можно ли обойти этот запрет? Да, можно. Но надо очень постараться. Как ни парадоксально, но отмычкой к данному замку (запрету) является повышенный эмоциональный уровень. Настолько повышенный, что сметает преграды всяких замков и паролей. Ведь вещие сны снятся, как правило, не просто так, а в моменты наивысших переживания за себя, за родных, за что-то близкое сердцу. Если у вас было такое, постарайтесь запомнить это ощущение, а затем постарайтесь его воспроизвести. Не сразу, но когда-нибудь получится. Постарайтесь повторять до тех пор, когда результат будет 10 из 10. Это как играть на музыкальном инструменте или запоминать стихи. Чтобы безупречно сыграть мелодию или прочитать на память стихи, нужно много раз повторить одно и то же. Повторение - мать учения.

Методика повышенного эмоционального уровня может помочь и в другом деле. Приведу пример. Однажды я не на шутку разболелся, причем в самый не подходящий момент. На следующий день у меня должно было быть очень ответственное и важное для меня мероприятие. Мой внутренний ужас был неподдельным. Настолько большим, что утром я проснулся абсолютно здоровым. В следующий раз, когда я заболел, я постарался повторить свой метод. Для этого мне пришлось вспомнить и воспроизвести свой прежний внутренний ужас. Помогло. В последующие разы это тоже срабатывало, но каждый раз бояться мне не хотелось. Поэтому я начал вычленять из своего эмоционального состояния ужас, а оставлять сигнал, который я для себя назвал "Вставай страна огромная!". Получилось. С тех пор я практически не болею, бывает иногда, когда организм совсем слабнет и не хватает энергии, но об этом как-нибудь в другой статье. Таким образом я перестал болеть, а герпес научился выводить за пару часов одним усилием воли.

Что такое сон и для чего он нужен?

12.12.2015 16:26

В общем, спите на здоровье. Организм сам подскажет сколько ему надо, надо только научиться его слушать.

Одессей.