

Андрей Хуторской

**На
границе
реальности.
10
СНОВ
для
размышлений**

Андрей Хуторской

**На границе реальности.
10 снов для размышлений**

«Автор»

2026

Хуторской А.

На границе реальности. 10 снов для размышлений /
А. Хуторской — «Автор», 2026

Десять ярких, почти кинематографичных снов — и к каждому простой практикум. Автор честно и без прикрас записывал свои сны сразу после пробуждения: здесь есть и полёты над ущельями, и подвальные гаражи с неожиданными обитателями, и моменты, когда сознание оказывается в другом городе. Это не сонник. Это тренажёр осознанности и инструменты для самопознания. Сны здесь — зеркала, в которых отражается ваша жизнь. Каждый сон — это загадка. Схема «Тайна — Вопрос — Открытие» помогает вам найти свой смысл: выразительные образы становятся поводом заметить, где вы «парите», где «прячетесь в стене», а где стоите на краю, боясь сделать шаг. К каждому сну прилагаются вопросы и одно микро-действие, которое можно выполнить сегодня же.

Содержание

Вступление. Почему эта книга — не сонник	5
Глава 1. Бассейн с безголовыми рыбами	7
Конец ознакомительного фрагмента.	8

Андрей Хуторской

На границе реальности.

10 снов для размышлений

Вступление. Почему эта книга — не сонник

Сны записывают по-разному. Кто-то ищет в них предсказания. Кто-то — диагнозы. Кто-то — доказательства, что «там что-то есть».

Эта книга устроена иначе. В ней нет готовых ответов. Есть сны — плотные, осязаемые, порой абсурдные. Есть вы. А между нами — вопросы.

Мы будем работать по простой схеме: Тайна — Вопрос — Открытие. Это мой авторский эвристический подход с инструментами для самостоятельного осмысления. Сон — это тайна, которую нельзя разгадать до конца. Вопросы — это Инструменты. Они не объясняют, а вскрывают. Они помогают увидеть в абсурде ночного кино ваш собственный опыт, забытую память и телесные зажимы. Открытие — это то, что щелкнет внутри вас. Оно у каждого свое, и его нельзя выдать заранее, как справку.

Автор не претендует на объяснение природы снов. Я просто записывал их годами, сразу после пробуждения, пока память свежа, иногда — в темноте, на ощупь, пока тело еще помнит тяжесть крыльев или холод кафеля. Я заметил закономерность: одни и те же образы возвращаются, меняют форму и словно ведут за руку. Эта книга — приглашение пройти этот маршрут вместе, не нарушая границ чужой души.

Вы можете читать эти тексты на любом языке. На языке психоанализа (Фрейд), где сны — это наши вытесненные желания. На языке архетипов (Юнг), где мы видим древние мифы. Или на языке практики осознанности (Кастанеда), где сон — это территория для действий, а не кинотеатр. Мой собственный интерес к снам когда-то разожгли книги Кастанеды — идея о том, что сновидение можно не просто смотреть, а действовать в нём осознанно, *проживать*, меняя его плотность усилием воли.

В этой книге собраны десять реальных снов, записанных на протяжении двенадцати лет: от урока истории в школьном классе, где я заменяю учителя, до электрического разряда между ладонями в пещерном озере. В центре почти каждого сюжета — полеты. Меня завораживает механика перехода: как волевое напряжение в середине груди отменяет законы тяготения, почему падение в бездонный колодец оборачивается зависанием в миллиметре от земли и как пройти сквозь кирпичную стену, когда за тобой гонятся люди в чёрном.

Но это не дневник сновидца. И не сонник. Это книга-практикум для бодрствующих. Через цепочку «Тайна — Вопрос — Открытие» она предлагает перенести логику сна в реальность: замечать, где в обычной жизни вы «парите» над проблемой, где «прячетесь в стене» от ответственности, а где стоите на краю, боясь сделать шаг.

Это не научная монография и не сборник эзотерических ритуалов. Это личный опыт, который я предлагаю использовать как зеркало.

Как читать эту книгу:

Каждый сон — загадка. Ваша задача — найти в нем главный, самый цепкий образ и тот вопрос к себе, который он вонзает под ребра.

Читайте по одной главе. Не спешите. Один сон — один вечер.

Дайте телу отклик. Прочитав описание сна, закройте глаза и дайте себе минуту тишины. Что почувствовала ваша диафрагма? Ваши пятки? Челюсти?

Ответьте на вопросы. Не пытайтесь угадать «правильный» ответ. Его нет. Ваша ассоциация — и есть истина. Отвечайте честно — хотя бы самому себе.

Сделайте задание. Это микро-действие. Его можно выполнить сегодня же, пока вы пьете чай или едете в метро. Оно заземляет сон.

Если захочется вести дневник снов — отлично. Если нет — просто читайте. Иногда чужой, честно описанный кошмар или полет меняет взгляд на ваши собственные границы лучше, чем годы самокопания.

Граница между нереальностью и явью тоньше, чем стенка мыльного пузыря.
Начнем.

Глава 1. Бассейн с безголовыми рыбами

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.