

25 בספטמבר - יום החלומות הבינלאומי

יִסְתַּלֵּם וְהִנֵּה סֶלֶם מֵצֵב אֶרְצָה וְרֵאשׁוּ מִגִּיעַ
הַשְּׁמַיְמָה וְהִנֵּה מֵלֶאכִי אֱלֹהִים עֲלִים וְיֵרִדִים בּוֹ.
בראשית, כ"ח, 12



סערה השתוללה על החוף, ושתי חיות יפהפיות - סוס
לבן ועיט זהוב - ניסו להרוג זו את זו על קו הגלים.
פרסי ג'קסון וגנב הברק



"אם אִתָּה יְכוּל לְחַלּוֹם עַל זֶה,
אִתָּה יְכוּל לַעֲשׂוֹת אֶת זֶה"
(וולט דיסני)

הוא התגלגל אל גבו וניסה להיזכר בחלום שחלם.
זה היה חלום טוב. היה בו אופנוע מעופף. הייתה לו
תחושה מוזרה שכבר חלם את החלום הזה בעבר.
הארי פוטר ואבן החכמים



יום החלומות הבינלאומי הומצא על ידי מרצה באוניברסיטת קולומביה בשנת 2012 במטרה לעזור לכולנו להגשים את החלומות שלנו ולהפוך את העולם למקום טוב יותר.

אך מהו חלום? חלום הוא רצף של דימויים ורגשות שאותם אנו חווים במהלך השינה. רוב החלומות המשמעותיים מתרחשים במהלך שלב בשינה הנקרא: שנת תע"מ (תנועות עיניים מהירות), ובאנגלית: REM (מכירים את הלהקה? **שיר של REM**)

גלו עוד בקישור הבא: **המדריך לחולם המתחיל**

נושא החלומות ידוע עוד מתקופת התנ"ך (סולם יעקב, יוסף ופרעה, ועוד), והוא קיבל התייחסויות שונות, החל מנבואות ועד ביטוי לנפש האדם. שני חוקרים מפורסמים אשר עסקו בפשר החלומות היו: פרויד ותלמידו - יונג. לפי תורתו של יונג - החלום "מדבר" בסמלים, ותכניו משמשים כמנגנון של ויסות נפשי עצמי. אפשר למעשה לומר שהחלומות מהווים גשר אל העתיד, ואל מי שאנחנו יכולים להיות.

על פי המילון, "חלום" הינו גם רצון עז להגשים מטרה עתידית; שאיפה; חזון. ביטוי לחלום שכזה ניתן לראות **בנאום המפורסם של מרטין לותר קינג**, בו קרא לקץ האפליה הגזעית בארה"ב במאה הקודמת.

על פי הגישה ההוליסטית, בזמן חלימה **האנרגיה האסטרלית** יוצאת מהגוף לתהליכים רוחניים. לכן כשאנו קמים חשוב להכניס אותה לגוף במדיטציה כדי לא לחוש עייפים מבולבלים ולא מרוכזים.

החלומות תופסים מקום נכבד גם בספרים, למשל: החלומות של פרסי ג'קסון, החלומות של הארי פוטר, החלום בסדרה "דמדומים", ועוד...

אנו מזמינות אתכם ואתכן לפעילות חלומית אישית:

קחו דף, רשמו עליו חלומות שהייתם רוצים שיתגשמו בשנה הקרובה, עבורכם, עבור משפחתכם, עבור העולם, או אחר. הוסיפו לו תמונות כרצונכם, קפלו את הדף, שימו אותו במקום שמור, ואז...
בסוף השנה - הוציאו את הדף ממקום המסתור, קראו את שכתבתם, וגלו - האם הצלחתם להגשים את חלומותיכם!!

והעיקר - גמר חתימה טובה ושמרו על עצמכם... אירית ועידית, חט"ב ע"ש אילן רמון