Ученые давно пытаются объяснить, почему в современном обществе до сих пор верят в приметы, пришедшие из глубокой древности. Ставят опыты на животных, изучают с помощью новейшего оборудования работу головного мозга и нервной системы человека. Их ответ таков: суеверия, прошедшие проверку временем, имеют место быть и сегодня. Они несут в себе полезные функции и особенно актуальны, когда речь идет о непосредственной угрозе жизни человека.

**Народные верования в примету**

Смерть – это реальная угроза, которая может навестить человека в любой момент. Поэтому необъяснимое с точки зрения науки поведение человека, который боится спать ногами к двери, имеет глубокие корни, ведущие к истокам народных верований.

Славянские предания

Люди бояться смерти, потому что не знают, что ждет их в другом, неизвестном мире. В фольклоре славян ей уделялось много внимания, ее почитали и страшились. С помощью различных знаков и явлений, наши предки пытались предугадать время наступления смерти, чтобы по возможности избежать рокового часа. Одна из примет, утверждающая, что **нельзя спать ногами к двери**, уверенно перешла и к их потомкам, став для многих непреложным правилом при расположении кровати в комнате.

Почему сон, когда тело спящего человека расположено в таком положении, опасен для жизни? И в далекие языческие времена, и после принятия христианства, славяне верили, что через дверь душа умершего человека покидает тело и уходит в иной мир. Заснувший же, напоминал покойника: он лежал с закрытыми глазами и делался недоступным для внешних впечатлений, отсюда и второе название смерти – «вечный сон». Зачастую, чтобы облегчить путь душе, родственники открывали в доме двери и окна, заслонки, мешавшие умершему покинуть тело. Во время похоронного обряда, гроб ставили напротив двери, а покойника выносили ногами вперед, чтобы его душа не вернулась назад. Таким образом, живые защищали себя от мертвых и соприкосновения со смертью, провожая их из дому на другой свет. Для того чтобы смерть не перепутала спящего от мертвеца и не пришла раньше установленного срока, наши прадеды и прабабушки спали головой к двери.

Скандинавская мифология

Предубеждение спать, расположившись ногами к дверному проему, нашло отражение в культуре и религии других народов, верящих в вечное противостояние между человеком и силами тьмы.

Мифология древних скандинавов повествует, что вселенная представляет собой исполинское дерево - ясень Игграсиль. Дерево состоит из девяти миров, на верхушке расположилась прекрасная страна Асгард, населенная владыками человеческих жизней - богами. В центре вселенной – Мидгард, мир людей. Его создали самые красивые листья ясеня, но очень хрупок и постоянно находится под угрозой. Опасность идет со стороны Утгарда, трансцендентального, внешнего по отношению к земле мира. Это мир демонической магии, со своими законами, отличными от мирового порядка. Злые духи могут забрать простого смертные из Мидгарда в потусторонний мир ночью во время сна, когда человек беззащитен и не ожидает охоты на себя. Ложась на кровать, стоящую напротив двери, головой к окну, он рискует быть унесенным демонами в их страшную, таинственную страну.

Люди, далекие от религии, но исповедующие различные философские взгляды и эзотерические учения, также верят, что дверь – это портал в неизведанный, астральный мир. Душа путешествует в нем во время сна, но если спящий расположиться ногами к двери, человеческий дух может не вернуться в тело и повлечь неминуемую смерть. Отсюда и страх многих людей спать в таком положении, особенно ночью, время активизации духов и нечистой силы.

**Фен-шуй против сна ногами вперед**

Даосская практика фен-шуй, помогающая организовать пространство помещения с учетом благоприятных потоков энергии, уделяет дверям особое внимание. Она учитывает их цвет, размеры, фактуру, принцип открывания и, конечно, расположение в комнате. Адепты фен-шуя верят, что дверь и любой другой проем, это граница между энергетиками, они служат защитой от «мертвой» энергии и препятствуют утечке «живой» энергии Ци.

По мнению китайцев, кровать должна стоять в самом укромном месте в комнате, так как во сне человек расслаблен и поэтому особенно уязвим к действию космических энергий на его биополе. Если же спальное место установить так, что лежащий будет находиться головой к окну, а ногами повернут к двери, то поток отрицательно энергии Ша легко войдет в телесную оболочку и вытеснит душу.

Восточная философия не так беспощадна к любителям подремать где и как им вздумается. Несоблюдение правил учения в расстановке мебель, можно привести человека, проведшего ночь ногами к дверному проему, к усталости, раздражительности и даже болезни.

Если же планировка и габариты комнаты не позволяют поставить кровать в правильном энергетическом месте, чтобы насладиться сладким и спокойным сном, можно принять следующие рекомендации китайских мудрецов:

* не организовывать спальной место в одной лини окно-двери;
* выбрать кровать с высоким изголовьем и поставить ее вплотную к стене;
* повесить у входа талисманы фэн-шуй, рассеивающие благоприятную энергию во всех направлениях;
* поставить на подоконник растение в горшке, которые примет на себя поток негативной энергии;
* повесит на окно плотные, тяжелые шторы.

**Психологи о боязни спать в «неправильном» положении**

Мудрая и древняя наука фен-шуй приемлема не для всех. Тех, кто скептически относится к философским учениям и считает суеверия предков «забобонами», скорее заинтересует, что думают психологи о примете, утверждающей, что нельзя спать ногами к выходу.

Специалисты, отвечающие за гармонию человеческой души, придерживаются того мнения, что для нормальной регенерации нервных клеток и полноценного отдыха всех систем жизнедеятельности, крепкий сон – обязательное условие. Удобное и уютно расставленная мебель создаст для этого процесса благоприятные условия, чтобы никто и ничто не помешало ночному отдыху. При этом неважно, как человеку захочется лечь на постели: вперед или назад ногами к окнам, двери или стене, главное, чтобы он чувствовал себя защищено и комфортно.

**Куда же лучше спать головой**

Почти треть своей жизни человек проводит в мире грез, поэтому в культуре любой страны так много преданий, сказок и легенд, связанных с этим физиологическим состоянием. Верить или нет, что «поза покойника» может стать гибельной и принести несчастье, личное дело каждого. Многие даже не знакомы с этой приметой или не придают ей никакого значения. Как правило, это люди с крепкой психикой, которые не жалуются на проблемы со сном, и принимают позицию удобную для них.

Людям же мнительным и впечатлительным, свято верящим в знаки судьбы и народные поверья, испытывающим тревогу из-за своей беззащитности, лучше не усугублять ситуацию и довериться опыту предков. Развитое воображение у таких людей способно воссоздать мрачные картины в темной комнате, их сон будет беспокойным, а утро безрадостным и унылым. Возможно ложе, переставленное по совету пращуров, и закрытая дверь в комнату, помогут успокоиться и насладиться приятными сновидениями.

Несмотря на развитие науки и технологий, позволяющих объяснять явления, недоступные для человеческого понимания сотни лет назад, приметы будут востребованы всегда. Мистическая роль дверного проема в жизни и смерти человека – не исключение. Готовы ли Вы открыть дверь и очутиться по сторону неизвестности, решать Вам.