

А у нас праздник! Не забудьте погасить мир, или Спящая милота

*В любой непонятной ситуации – ложись спать.
Еврейская мудрость*

Во сне человек проводит треть своей жизни, получая от сновидений наиболее яркие и захватывающие впечатления.

К сожалению, многие жители нашей планеты испытывают проблемы со сном, а кто-то и по своей воле нарушает режим, хронически недосыпая и тем самым подвергая организм серьёзной опасности. Именно с необходимостью разъяснения важности сна и влияния его отсутствия (или переизбытка, кстати) на здоровье человека связан сегодняшний праздник.

Всемирный день сна был учреждён Международной ассоциацией медицины сна в 2008 году и с тех пор ежегодно отмечается в последнюю пятницу перед днём весеннего равноденствия.

Мы решили не загружать читателя медицинскими аспектами проблемы, отдав предпочтение отражению темы праздника в литературе и искусстве.

Пожалуй, нет в истории человечества философа или писателя, который хотя бы раз не задумывался о загадках сна и сновидений. К празднику мы выбрали наиболее остроумные высказывания и цитаты классиков и современников на эту тему, разбавив их фотографиями, которые в современном мире называют не иначе как «спящая милота».

Жизнь и сновидения – страницы одной и той же книги (Артур Шопенгауэр).

Страдающие бессонницей не могут заснуть, потому что боятся, что не смогут заснуть (Франклин П. Адамс).

«Совы» ложатся в два часа ночи и спят до полудня.
«Жаворонки» ложатся в десять, встают в шесть утра и спят до полудня (Максим Звонарёв).



Здоровый сон удлиняет жизнь и сокращает рабочее время (Владимир Шкардун).

Если вам ничего не снится, значит, у вас всё есть (Кирилл Кюдов).

Никому не снится то, что его не касается (Герман Гессе).

Тот, кто храпит, всегда засыпает первым (Артур Блох).



Крепче всего спят не те, у кого чистая совесть, а те, у кого её отродясь не бывало (Борис Акунин).

Хочешь увидеть, каков ты во сне? Встань перед зеркалом и закрой глаза (Лоренс Питер).

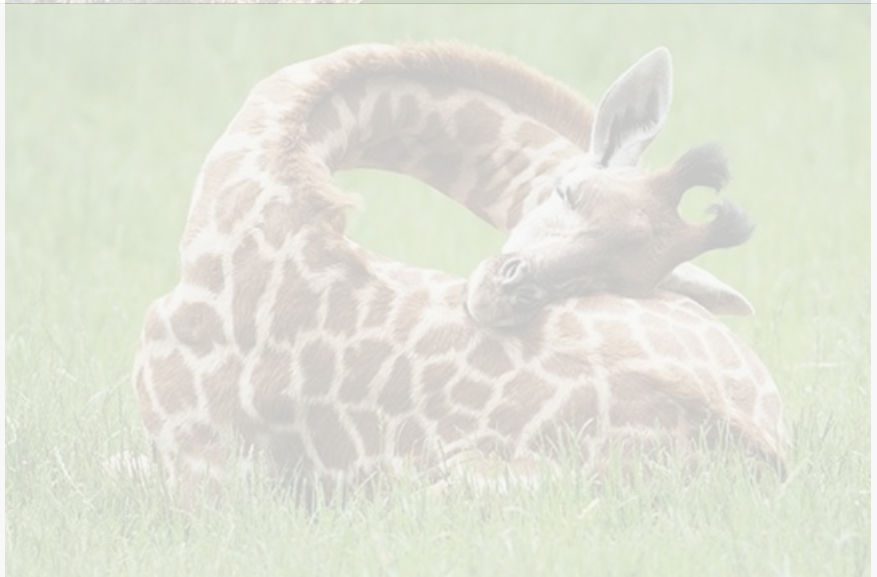
В любом сне главное – вовремя проснуться (Мариам Петросян).



«Меня ждут в другом месте» – это гораздо лучше, чем «спокойной ночи» (Макс Фрай).

Что бы ни говорили, самое счастливое мгновение счастливого человека – это когда он засыпает, как самое несчастное мгновение несчастного – это когда он пробуждается (Артур Шопенгауэр).



Не забудьте погасить мир перед сном (Макс Фрай).



Кстати, День сна – чуть ли не единственный праздник, который не принято отмечать застольем. Лучшее, что можно посоветовать в этот день – это пораньше лечь спать. И да, не забудьте перед этим погасить мир.

Автор: Филипп Марков © Babr24.com



СОБЫТИЯ, КУЛЬТУРА, КАК ПО-ПИСАНОМУ, МИР  63920 13.03.2020, 04:03  2032

URL: <https://babr24.com/?ADE=198404> Bytes: 3210 / 2515 [Версия для печати](#) [Скачать PDF](#)

 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:

newsbabr@gmail.com



Автор текста: **Филипп Марков**, редактор отдела культуры.

На сайте опубликовано **3761** текстов этого автора.

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](#)

Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24_link_bot](#)

эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова
Телеграм: @irk24_link_bot
эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская
Телеграм: @kras24_link_bot
эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская
Телеграм: @nsk24_link_bot
эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин
Телеграм: @tomsk24_link_bot
эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"
Телеграм: @babrobot_bot
эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)