



ŘEMESLA 06. 11. 2021

## Vyrobte si vlastní lapač snů. Zachytí špatné sny a zajistí klidný spánek

**Lapač snů je vlastně starý indiánský amulet. Původně pochází od indiánského kmene Ojibwe. Ti jej tehdy vyráběli z vrbového proutí a ze zvířecích šlach. Mezi širokou veřejností se lapače snů dostávaly někdy v 60. a v 70. letech. Poté už jejich obliba raketově rostla. Lapač snů se využívá jako ochrana pro dobrý spánek. Celkově má pak zlepšovat atmosféru v místnosti díky svému pozitivnímu vyzařování.**

Lapač snů se vždy vyrábí ve tvaru kruhu. Je to tím, že právě kruh má symbolizovat cestu Slunce přes oblohu. Severoameričtí indiáni byli přesvědčeni, že špatné sny člověka se zachytí ve spleť síti lapače a ráno jsou pak zničeny vycházejícím Sluncem. První sluneční paprsky je totiž údajně rozpustí. Právě proto bychom měli mít lapač snů umístěn na takovém místě, aby na něj mohly první ranní sluneční paprsky dopadnout. A "spálit" zlé sny.

## Proč lapač snů zdobí peří?

Lapač snů má na sobě vždy umístěn drobná peříčka. Je to proto, že **podle starých indiánů** ty dobré sny přinášejí právě ptáci, jejichž peří má na sobě lapač snů umístěn. Toto peří **harmonizuje naše psychické rozpoložení**. Rovněž místnost, ve které spíme, a také celý náš domov. Lapač snů je tedy skvělým meditačním i relaxačním prostředkem. Jak přesně bude působit na nás, záleží i na barvách, které na lapač snů využijeme. Peříčka, která jsou ke kruhu přivázané, mají za úkol **zachytávat vesmírnou energii** a rovněž filtrují sny.

## Lapač snů musí mít uprostřed umístěný kamínek

Kromě peří má lapač snů v sobě “zabudovaný” také kamínek. Ten se dává doprostřed upletené pavučiny a **znázorňuje člověka, tedy vlastní Já**. Proto je nejlepší, aby si každý vyrobil vlastní lapač snů. Právě kamínek, respektive [centrum lapače snů](#), nás má chránit před negativní energií.

## Lapač snů ve tvaru kruhu

Výhradně ve tvaru kruhu se vždy lapač snů vyrábí. Je to hned ze dvou důvodů. Právě **kruh představuje svět a vesmír**. Navíc právě kruh chrání uprostřed umístěný kamínek (tedy naše vlastní Já). Kruh je tedy překážkou pro negativní síly, které by nás v noci chtěli přemoci. Kruh by měl být vyrobený ideálně s vrbové větévky a navíc ještě optimálně omotaný kůží, aby dokázal **účinně zadržovat negativní energii**. V kruhu se pak nachází spleť pavučiny neboli síť s uzlíky. A právě ta patří mezi nejdůležitější součásti lapače snů. Odráží totiž působení negativních sil a [zachytává děsivé sny](#). Indiáni věří, že takto **zachycená negativní energie** pak bloudí a není schopná najít cestu ke kamínku prostřed (tedy k nám samotným).

## Vhodné barvy pro lapač snů

Až budete vyrábět svůj vlastní lapač snů, **dobře si promyslete, jaké barvy na něj použijete**. Každá z nich má totiž svůj jasný význam:

- **Bílá** – symbolizuje nevinnost a čistotu. Je však také **barvou touhy po dokonalosti**. Bílá ukotvuje, stabilizuje, posiluje a čistí. Bystří paměť.
- **Černá** – pomáhá nám přežít v náročném světě. Je **pevná a stálá**.
- **Růžová** – něžná a romantická. **Uvolňuje tělo i mysl**.
- **Červená** – dodává nám odvalu a symbolizuje **životní sílu a energii**. Symbolizuje vitalitu, zahřívá, pomáhá realizovat všechny naše nápady.
- **Fialová** – symbol duchovna a dobrosrdečnosti. Zklidňuje **centrální nervový systém**, přináší inspiraci.
- **Modrá** – je to **synonymum svobody**. Je inspirativní, čistí duši a pomáhá při problémech s komunikací.
- **Hnědá** – je to symbol spolehlivosti a trpělivosti. **Posiluje zdravé uvažování**, dodává klid.
- **Oranžová** – symbol mládí a optimismu. Dodává **radost do života**, pohlcuje negativní energie.
- **Tyrkysová** – naše tělo **očisťuje i posiluje**. Je to barva sebevědomí a fantazie.
- **Zelená** – symbol klidu, rovnováhy a naděje. Uklidňuje. Je to barva kreativity. **Léčí bolístky** na těle i na duši.
- **Žlutá** – povzbuzuje a rozveseluje. Je to **symbol moudrosti a inteligence**. Podporuje myšlení a oživuje paměť.

# Vyrobte si vlastní lapač snů

Na vlastní lapač snů budete potřebovat **provázek nebo například vlnu**. Barvu zvolte podle toho, která na vás působí nejlépe. Můžete využít i semišovou nebo koženou šňůrku. Připravte si jeden větší **korálek a drobná i větší peříčka**. Kruh na lapač snů můžete koupit nebo si jej vyrobit, třeba právě [z vrbového proutí](#).



## Lapač snů - návod:

Pokud máte **koženou či semišovou šňůrku**, pak nejprve s ní omotejte celý kroužek. Na ni pak můžete **namotat provázek nebo barevnou vlnu**. Ale nemusíte. Je to jen na vás. V každém případě pak provázek či vlnu budete potřebovat **na výplet lapače snů**. Proplétat kruh budete tak, aby se uvnitř začala tvořit síťka. Nemusí být pravidelná, ba právě naopak. Důležité však je pořádně utahovat, aby byla **pevná a rozmístěná po celém kruhu**. Provázek či vlna by měli být desetkrát delší než je průměr vytvořeného kruhu. Na provázek či vlnu pak také připevněte korálek a upevněte přesně uprostřed lapače snů. Budete-li chtít umístit do lapače snů několik dalších, **ideálně menších korálků**, není vůbec problém. Ozdobte si jej tak, aby se vám líbil. Nezapomeňte také na pírka. **Musí viset**, dávají se tedy téměř až nakonec. Úplně nakonec pak ještě bude potřeba udělat **poutko**, abyste mohli lapač snů zavěsit, ideálně nad postel.

Autor článku: [Monika Poledníková](#)