

Французские ученые из Лионского центра нейрохирургии разобрались, как мозг человека хранит воспоминания о снах и почему лишь немногие могут вспомнить утром, что им снилось каких-то несколько часов назад.

За воспоминания о снах у нас отвечает височно-теменной стык (TPJ), небольшой регион головного мозга, который в соответствии с названием находится между виском и теменем. Именно в него попадает ночью информация о сне. Он также отвечает за субъективное чувство локализации в пространстве и восприятия мира именно из этой точки пространства

Перрин Руби с коллегами попыталась найти разницу между теми, кто помнит сны, и большинством людей, которые не могут утром рассказать, что же им снилось ночью. Главное различие заключается в интенсивности деятельности височно-теменного стыка. У тех, кто сны помнит, он работает значительно активнее.

Первые «бодрствуют» во время сна вдвое больше вторых. Повышенная активность мозга, с одной стороны, способствует «бодрствованию», но с другой, позволяет мозгу лучше запоминать сны.

- Для того, чтобы запомнить полученную информацию, мозг должен бодрствовать, - цитирует Перрин Руби Daily Mail.- Спящий мозг новую информацию не запоминает.

Ученые из Лиона воспользовались позитронной эмиссионной томографией (PET). В исследовании участвовал 41 доброволец. Они были разбиты на две одинаковые по численности группы. В первую группу входили те, кто может вспомнить как минимум 5 снов в неделю. Во вторую группу входили 20 человек из числа тех, кто помнил в среднем два сна в месяц. Согласно PET у тех, кто помнит сны, активность TPJ значительно выше как во время сна, так и в периоды бодрствования.

## МЕЖДУ ТЕМ

Вещие сны поступают к нам по неизвестным каналам

Недавний социологический опрос интернет-пользователей со всего мира показал: 41 процент людей видели вещие сны. А если вспомнить всех величайших поэтов, писателей и композиторов, которые творили под влиянием сновидений, то становится очевидным: люди способны получать некую важную для них информацию о будущем. Но кто ее посылает и откуда?