



1. În medie, o ființă umană petrece aproximativ 6 ani din viață visând (ceea ce înseamnă cam două ore pe noapte).

2. Începând cu vârsta de 10 ani avem, în medie, între patru și șase vise în fiecare noapte. Ceea ce înseamnă între 1.460 și 2.190 de vise în fiecare an.

3. La cinci minute după ce ne trezim uităm jumătate din ceea ce am visat. Iar după zece minute uităm 90% din ceea ce am visat. Altfel spus: visăm de fiecare dată. Doar că, uneori, nu ne amintim că am visat.

4. Nu toată lumea visează în culori: 12% dintre oameni visează doar în alb și negru (și, evident, restul visează în culori). Potrivit unui studiu din 2008, cele mai multe persoane care visează alb-negru sunt persoane vârstnice. Ceea ce ar putea avea legătură cu faptul că acestea au apucat televiziunea în alb-negru.

5. Copiii nu visează despre ei până la vârsta de 3 ani. În același timp, începând de la vârsta de 3 ani și până la vârsta de 7 – 8 ani, copiii au mai multe coșmaruri decât adulții.

6. Nevăzătorii visează și ei: dacă o persoană și-a pierdut vederea pe parcursul vieții, va continua să viseze la fel ca toți ceilalți oameni; dacă s-a născut fără vedere, nu visează imagini, însă visele sale se bazează pe sunete, mirosuri, senzații de atingeri și emoții.

7. Bărbații și femeile visează în mod diferit: în timp ce 70% dintre personajele care apar în visele unui bărbat sunt tot bărbați, femeile tind să viseze bărbați și femei într-o proporție aproape egală. În plus, visele bărbaților conțin mai multă agresivitate.

8. Femeile visează despre sex la fel de mult ca bărbații. Cu diferența că, în timp ce bărbații au tendința de a visa scene sexuale cu parteneri multiple (iar 90% dintre ei par a visa că femeia este aceea care inițiază scenele fierbinți), femeile au tendința de a visa mai mult scene sexuale care implică partenerul de viață sau celebrități. Cel puțin aceasta este concluzia unui studiu din 2007. E adevărat, în 2009, un alt studiu a adus câteva completări: în timp ce bărbații au tendința de a visa acte sexuale în sine, femeile visează mai mult sărutări și momente tandre.

9. Potrivit mai multor studii, între 18% și 30% dintre oameni au avut cel puțin un vis premonitoriu, iar procentajul celor care cred în existența acestui tip de vise este între 63% și 98% (!) dintre oameni.

10. Oamenii care dorm mai puțin de 6 ore pe noapte sau care dorm mai mult de 9 ore, au avut o rată a morții cu până la 30% mai mare decât cei care dorm în mod obișnuit 7 – 8 ore.

11. Atunci când visezi, corpul tău este “paralizat”. Mai exact, după primele 90 de minute ale somnului, se intră în faza somnului rapid (faza REM – rapid eye movement), când eliberarea anumitor neurotransmițători este complet suprimată. Drept rezultat, neuronii motorii nu sunt stimulați, condiție cunoscută sub denumirea de relaxare nervoasă. Această relaxare suprimă astfel mișcările necontrolate ale corpului în timpul somnului.

12. Visăm doar oamenii pe care i-am văzut. Chiar dacă, adesea, visele ne sunt populate cu persoane ce ne par necunoscute, acestea sunt de fapt persoane pe care le-am văzut în timpul în diferite ocazii în timpul orelor de veghe, dar ale căror chipuri nu ni le mai amintim.

13. Ideea motorului de căutare Google i-a venit lui Larry Page în timp ce visa. La fel s-a întâmplat și cu tabelul periodic al elementelor (care i-a apărut lui Mendeleev mai întâi în vis), la fel și cu generatorul de curent alternativ (visat de Tesla) și cu spirala ADN (visată de James Watson) și cu mașina de cusut (visată de Elias Howe). Și cu multe alte invenții. Și aceasta pentru a nu mai spune că atât de cunoscuta poveste Doctor Jeckyll și Mr. Hyde a fost mai întâi visată de Robert Louis Stevenson.

14. Încă nu s-a aflat ce porțiuni a creierului generează visele, dacă există o singură regiune din creier care le generează, dacă sunt implicate mai multe regiuni sau care este cu adevărat scopul viselor.

15. Animalele visează și ele: este un lucru știut de orice persoană care are acasă un câine sau o pisică. Pentru ceilalți, ne vom mulțumi să spunem că mai multe studii efectuate pe animale diferite, au arătat că, în timpul somnului, undele cerebrale sunt asemănătoare cu acelea ale oamenilor care visează.

SURSA:

Webcultura.ro