

Interpretação Espírita dos Sonhos

Milton Felipeli

“Não se deve esquecer que, durante o sono, a alma está sempre mais ou menos sob a influência da matéria, e por conseqüente não se afasta jamais completamente das ideias terrenas”. (O Livro dos Espíritos, questão 405.)

O que é o sono para a Psicologia

Para os estudos da Psicologia, que é a ciência que estuda a alma, o sono se caracteriza por um estado especial do organismo. Nesse estado, ocorre a sua inatividade. É quando existe uma redução da consciência, à reação dos estímulos. (Dicionário Técnico de Psicologia, Editora Cultrix, 1989)

Há mais de um século, cientistas como Freud, Jung, Adler, assim como tantos outros, pesquisaram o sono e os sonhos, detendo-se especialmente nos sonhos, a fim de descobrirem como e porque ocorrem. Investigaram também, com os recursos científicos disponíveis até então, qual a origem das imagens que se registram nos sonhos. Para esses estudiosos, importante seria entender o significado dos símbolos que os sonhos revelam. Tudo isso para explicar o papel que desempenham na vida do ser humano.

A Psicologia, a partir desses estudos procura atender a uma potencialidade terapêutica, em apoio a pacientes com problemas psicológicos, emocionais e até mentais.

O que é o sono para a Doutrina Espírita

O Livro dos Espíritos, no capítulo “Emancipação da Alma” esclarece que durante o sono, os laços fluídicos que unem o Espírito ao corpo se afrouxam e o Espírito se afasta temporariamente da vida física. É quando o Espírito, livre dos liames que o prendem mais solidamente ao mundo material pode entrar em relação mais direta com outros Espíritos.

Ensina a doutrina que o Espírito, enquanto seu corpo refaz as energias gastas, fica em estado de maior liberdade para pensar, refletir e analisar sua situação espiritual. Lembra-se mais facilmente de seu passado, de acontecimentos de encarnações anteriores.

Por esse motivo, os sonhos, para o espiritismo significam as lembranças das atividades pelo espírito. Quando retorna ao corpo físico, ainda assim, o espírito

pode lembrar-se dessas atividades, e é nesse momento que costumeiramente se diz: “vou contar um sonho que tive”.

Ao regressar ao corpo, o Espírito mantém as lembranças e os reflexos emocionais decorrentes da ligação que teve com outros espíritos, que podem ser amigos, adversários, obsessores, protetores e espíritos com os quais viveu em outras encarnações. Esse fato explica a mudança de humor, de alegria, tristeza, prazer, raiva, assim como simpatia, antipatia e assim por diante.

O sono, assim, influi muito sobre a nossa vida, e que ele é a porta aberta para o contato com os desencarnados.

Os sonhos, então, para o Espiritismo, são “o produto da emancipação da alma que se torna mais independente pela suspensão da vida ativa e de relação”.

Por que ocorrem sonhos confusos, extravagantes assustadores? Esta questão também importa resolver, tudo em vista o número de dúvida que existem.

Os chamados pesadelos, sonhos difíceis, atormentadores, muitos sem “pé nem cabeça”, fazem parte de uma situação que podemos denominar desequilíbrio espiritual. Os desarranjos espirituais fragilizam e abrem uma brecha muito grande para o envolvimento do Espírito. Como tudo isso sutil, ocorre de maneira imperceptível. Os espíritos inimigos, adversários, obsessores, servem-se do estado de sono para atormentar, amedrontar os que se encontram enfraquecidos moralmente.

Eles projetam ideias e imagens aterrorizadoras, suscitando o medo e o desconforto espiritual.

Lembranças Passadas

Além do mais, outros fatores relacionados às situações de lembranças de acontecimento desta e de outras encarnações, criam a possibilidade de controle ou descontrole das emoções.

Preocupações Excessivas

As preocupações relacionadas aos problemas da vida material também interferem no estado de sono, Da mesma forma, estados de enfermidade e até mesmo o desconforto por ingestão de alimentos inadequados.

Por que não nos lembram de todos os sonhos?

Existem pessoas que revelam que “jamais sonharam” isso significa apenas que não se lembram do que ocorreu enquanto dormiam. A explicação para esse fato assim como porque não ocorre sempre a lembrança de todos os sonhos, é muito simples e se encontram relacionada a outro assunto de reencarnação, abordada no O Livro dos Espíritos, questão 392.

Kardec foi direto ao assunto:

Pergunta:

Por que o Espírito encarnado perde a lembrança do seu passado?

Resposta:

O homem nem pode nem deve tudo saber. Deus assim o quer. Na sua sabedoria. Sem o véu que lhe encobre certas coisas, o homem ficará ofuscado, como aquele que passou sem transição da obscuridade para a luz. Pelo esquecimento do passado ele é mais ele mesmo.

Sobre essa questão, se faz necessário uma explicação. O espírito encarnado não esquece e não perde a lembrança, o que ocorre é apenas o seguinte: a lembrança fica ofuscada, nublada. Existem casos que por lampejos de memória surgem lembranças de vidas passadas.

O motivo principal das não-lembranças, reside no fato de que a reencarnação, que é uma lei natural, objetiva justamente permitir que se realize novas experiências, quase sempre com espíritos com os quais se viveu no passado. As adversidades, contrariedades, inimizades e sentimentos de ódio, embutidos, encapados pela nova existência, devem ser resolvidos.

Logo, a não lembrança é providencial, porque, caso contrário, como unir inimigos em uma família?

Agora, um comentário rápido sobre a resposta dos espíritos, na parte final: “Pelo esclarecimento do passado ele é mais ele mesmo”. Entendemos que essa frase significa: não se lembrando do passado, o encarnado pode dominar melhor as situações dos dramas anteriores. Não se lembrando dos acontecimentos e dos personagens a ele relacionados, pode se avançar no caminho do progresso.

Pelos motivos expostos, infere-se quais as razões da não lembrança (não existe esquecimento), dos sonhos. Motivo: O afastamento do corpo permite ao espírito relacionar-se com àqueles com os quais mantém os vínculos já citados, inclusive os que fazem parte agora de seu núcleo familiar.

Qual o valor das interpretações simbólicas dos Sonhos?

Ouçamos Kardec (O Livro dos Espíritos, questão 404):

“Os sonhos não são verdadeiros, como entendem os leitores da sorte, pelo que é absurdo crer que sonhar com uma coisa, anuncia outra, Eles são verdadeiros no sentido de apresentarem imagens reais para o Espírito, mas que, frequentemente, não tem, relação com o que se passa na vida corpórea. Muitas vezes, ainda, como já dissemos, são uma recordação. Podem ser, enfim,

algumas vezes um pressentimento do futuro, se Deus o permite, ou a visão do que se passa no momento em outro lugar, a que a alma se transporta. Não tendes numerosos exemplos de pessoas que aparecem em sonhos para advertir parentes e amigos do que lhe está acontecendo? O que são essas aparições senão a alma ou o Espírito dessas pessoas, que se comunicam com a vossa? Quando adquiris a certeza de que aquilo que vistes realmente acontecem, não é isso uma prova de que a imaginação nada tem com o fato, sobre tudo se o ocorrido absolutamente não estava no vosso pensamento, durante a vigília?

E quando não se cumprem as coisas que parecem pressentimentos e se veem em sonhos?

O Espírito vê aquilo que deseja, porque vai procurá-lo. As idéias relacionadas aos acontecimentos do mundo material, influenciam muito aqueles que “dormem” e sonham muito.

O que se deseja ou aquilo que se teme, provoca sempre uma forte ligação nas ideias de medo, de desejo ou necessidade presente.

Pode-se acordar e sentir cansado e esgotado, após o sono, ou repouso?

Sim, o corpo físico pode sofrer com as atividades do espírito, pois ele não está desligado deste, e sim apenas afastado.

Como se preparar para um sono tranquilo e reparador?

1. Viver com naturalidade e simplicidade;
2. Trabalhar na medida das necessidades sem sacrificar o corpo;
3. Reegrar bem a alimentação com vistas à boa saúde;
4. Praticar exercícios, como a caminhada para tonificar o corpo, fortalecendo as células;
5. Tomar bastante água, a água é ótimo veículo para a nutrição, limpeza e equilíbrio orgânico;
6. Exercitar pensamentos, bons e positivos;
7. Pensar sempre em saúde, alegria e prosperidade;
8. Ligar-se ao espírito protetor, solicitar sua ajuda durante o período do sono;
9. Relaxar músculos e nervos, ao deitar-se. Dormir serenamente.