

## As Mensagens dos Sonhos – Uma Análise



Dr. Adenáuer Novaes \*

Desde o início da segunda metade do século passado os sonhos passaram para a esfera científica, quando investigadores da Universidade de Stanford (USA), conseguiram detectar durante o sono o instante em que os sonhos começam a ocorrer. Descobriu-se a fase do sono REM, sigla que significa Rapid Eye Movement, ou seja, Movimento Rápido dos Olhos, pelo facto da pupila dos olhos do sonhador se mexer durante a sua ocorrência. Os sonhos deixaram de ser quimeras, tornando-se um facto orgânico, cujo significado já tinha sido anteriormente desvendado pela Psicologia.

Com efeito, Sigmund Freud, um judeu austríaco, psiquiatra, lançou ao mundo em 1900 o famoso livro *A Interpretação dos Sonhos*, contendo o resultado das suas impressões a respeito deste tema tão fantástico e subtil. A obra introduziu o assunto nos domínios da Psicologia, colocando os sonhos como uma espécie de portal de acesso ao inconsciente humano. As suas idéias, apesar de contestadas posteriormente, não deixaram de ser um marco para a Psicologia e para o estudo da mente humana.

Por sua vez, o psiquiatra suíço Carl Gustav Jung, deu um novo significado aos sonhos, ao considerá-los como pertencendo à esfera simbólica da alma humana, e cuja ocorrência preenche uma compensação necessária ao equilíbrio psíquico.

Mas muito antes de Freud, Allan Kardec e os Espíritos que deram início ao Espiritismo em 1857, abordaram a questão de um modo sólido, colocando os sonhos na esfera das manifestações da alma na vida espiritual. Coube ao Espiritismo despojar o estudo dos sonhos do carácter sobrenatural e místico que possuía até então.

E não foram só os sonhos. Muitos outros fenómenos, que anteriormente eram do domínio da religião, foram também passando gradualmente para a área da Psicologia e das ciências em geral, permitindo uma melhor compreensão e utilização populares. Hoje em dia os sonhos são instrumentos úteis na análise de processos psíquicos, postos ao serviço do crescimento das pessoas.

A visão espírita a respeito dos sonhos não fere a Psicologia; pelo contrário, amplia as concepções académicas e os estudos psicológicos existentes. O Espiritismo insere o espírito imortal como o agente dos sonhos, para uma melhor compreensão de determinados sonhos que escapam a qualquer simbologia perceptível. No meu trabalho como psicólogo clínico, tenho observado sonhos que, carecendo de uma simbologia estritamente psicológica, têm a sua compreensão na esfera espiritual: são encontros entre espíritos, visitas aos domicílios, recados para terceiros, revelações do passado, premonições, trabalhos mediúnicos, para além de uma gama de processos só compreensíveis se introduzirmos os paradigmas espíritas. Certas pessoas, por exemplo, têm mais propensão para os sonhos com pessoas já falecidas. Isso denota uma aptidão especial que merece ser estudada, por ser de grande utilidade no contacto com o mundo espiritual.

A tentativa que se queira fazer de interpretar de forma linear e pragmática os sonhos, leva fatalmente a equívocos, pois cada sonho traz uma mensagem particular e própria, referente ao

sonhador. A sua linguagem é absolutamente simbólica e nem sempre encontra referências na cultura actual do sonhador. E muitos sonhos são incompreensíveis, quando não se repara que os símbolos trazidos são multi-culturais.

Não se devem interpretar colectivamente os símbolos apresentados pelos sonhos. Cada um tem o seu significado próprio, de acordo com o sonhador e com o seu momento actual. Os livros que trazem interpretações colectivas e simplistas dos sonhos são suspeitos, e aproximam-se do charlatanismo.

Pensa-se que os sonhos ocorrem no cérebro, principalmente depois da descoberta da manifestação orgânica do sono REM. As ondas cerebrais presentes durante a fase REM do sono, apenas atestam que alguma coisa se está a passar com o cérebro naquele momento, não sendo possível detectar se o sonho ocorre ou não nas interacções neurónicas.

Do ponto de vista que quero defender, os sonhos acontecem no perispírito, pois é ali que se situa a mente humana. O perispírito é a sede de todos os processos psíquicos e mediúnicos, razão pela qual tais processos evidenciam uma maior complexidade nos estados de emancipação da alma. Todas as manifestações do espírito passam pelo perispírito e nele são registados. Os sonhos provêm do perispírito e impressionam o córtex cerebral.

O sonho não deve ser entendido como sendo estritamente a resultante das actividades realizadas pelo sonhador durante o dia. A maioria dos sonhos não contém elementos das experiências diurnas. E quando os possuem, o seu enredo em nada se assemelha à experiência vivida. Existe a tendência para se acreditar que os sonhos revelam aspectos que são ocultos à consciência, e que se referem aos desejos inconscientes do sonhador. Este facto efectivamente acontece, mas numa pequena parte dos sonhos. Na maior parte deles, o conteúdo diz respeito a compensações psíquicas da vida consciente, bem como a tentativas de correcção de rumo da vida do sonhador.

O senhor do sonho é o Espírito imortal, cujo processo de ascensão espiritual é totalmente consciente para o ser encarnado. Os sonhos também têm por fim informar o *ego* (eu consciente), através de mensagens simbólicas – dada a linguagem do inconsciente –, sobre qual é o estado actual da evolução e dos processos agora vividos, para que possam dar-se as devidas correcções.

Muito embora haja uma tendência por parte do conhecimento espírita para afirmar que todos os sonhos são actividades do Espírito no momento do sono, a grande maioria dos sonhos trazem conteúdos simbólicos que merecem uma análise adequada do ponto de vista psicológico subjectivo. Contudo, alguns sonhos tratam efectivamente de fenómenos espirituais. E estes, independentemente da escola psicológica que se adopte para interpretá-los, deverão merecer cuidados especiais, principalmente interrogando-se o pesquisador sobre o porquê de acontecerem naquele momento da vida do sonhador. Há sonhos que trazem conteúdos decorrentes de orientações e de encontros espirituais, e cuja análise, pela sua amplitude, pode ser feita de forma psicológica, sem prejuízo da sua interpretação espírita. Não há delimitação de fronteiras, nem se pode saber onde acaba o espiritual e começa o psicológico.

No que se refere ao estudo dos sonhos, a Psicologia não se defronta com o Espiritismo, pois apresenta apenas um aspecto dos sonhos; e o Espiritismo não desafia a Psicologia, visto que admite as interpretações psicológicas, mas acrescenta-lhe a análise espiritual. Espiritismo e Psicologia são áreas do conhecimento humano que possuem confluências significativas nos seus objectos de estudo e que, juntas, devem proporcionar um conhecimento mais profundo a respeito do psiquismo humano.

Os chamados pesadelos, sonhos nos quais há perseguições ao sonhador ou em que este se encontra em situações aflitivas que o fazem acordar com medo ou assustado, assemelham-se aos sintomas da obsessão espiritual, denunciando uma possibilidade de diagnóstico específico. Estes sonhos merecem uma dupla interpretação – psicológica e espiritual.

N' *O Livro dos Espíritos*, de Allan Kardec, encontramos a primeira alusão ao tema na pergunta 343: *“Os Espíritos amigos que nos seguem na vida são os que vemos por vezes nos sonhos, que nos demonstram afecto, e que nos aparecem com fisionomias desconhecidas?”* A resposta dada insere-nos nas personagens reais dos nossos sonhos: *“Sim, frequentemente são eles; vêm visitar-vos, como vós ides visitar um prisioneiro atrás das grades.”*

A pergunta feita por Allan Kardec demonstra que, naquela época, os sonhos eram considerados – pelo menos pelo Espiritismo – como fenómenos que traziam aspectos reais da vida do sonhador. Não

eram vistos como quimeras. Esta consideração é anterior à dada pela Psicologia, e Allan Kardec, com o Espiritismo, antecipou a Psicologia.

Mas a clássica interrogação a respeito do sonho está na pergunta 401, que aborda o estado do espírito durante o sono, na tentativa de mostrar o que significam as ocorrências durante os sonhos. Nela, pergunta Kardec: *“Durante o sono a alma repousa como o corpo?”* Resposta: *“Não, o Espírito nunca fica inactivo. Durante o sono, as ligações que o unem ao corpo afrouxam, e o corpo não precisa do Espírito; este então percorre o espaço, e entra em comunicação mais directa com os outros Espíritos.”* Da resposta pode-se inferir que os sonhos trazem as impressões das comunicações do espírito com outros, durante o sono.

Convido o leitor a ler a pergunta 402, extremamente esclarecedora sobre o significado dos sonhos, numa análise espírita. Diz assim: *“Como podemos avaliar a liberdade do Espírito durante o sono?”* A longa resposta dá-nos uma visão melhor do assunto, demonstrando que o Espiritismo antecipou, de facto, as questões relacionadas com os sonhos. Ei-la: *“Pelos sonhos. Ficarás a saber que quando o corpo repousa, o Espírito tem mais faculdades do que quando está acordado; lembra-se do passado e às vezes tem previsões do futuro; adquire mais poder e pode entrar em comunicação com os outros Espíritos, seja neste mundo, seja noutro qualquer. Frequentemente, dizes: tive um sonho estranho, um sonho horrível, mas que é completamente inverosímil. Enganas-te. Quase sempre é uma recordação dos lugares e das coisas que viste, ou que verás, numa outra existência, ou noutro momento. Ao estar o corpo adormecido, o Espírito trata de quebrar as suas cadeias, para investigar no passado ou no futuro. (...) O sonho é a lembrança do que o vosso Espírito viu durante o sono; mas nem sempre sonhais, porque nem sempre vos lembrais daquilo que visteis ou de tudo o que visteis. Isto dá-se porque a vossa alma não está plenamente desenvolvida; com frequência não é senão a lembrança da perturbação que acompanha a vossa saída ou a vossa chegada (ao corpo físico), a que se junta a outra lembrança do que fizestes ou do que vos preocupa quando estais acordados; se assim não fosse, como explicaríeis esses sonhos absurdos a que estão sujeitos tanto os mais sábios como os mais ignorantes? Os maus Espíritos servem-se também dos sonhos para atormentar as almas fracas e pusilânimes. (...)”*

Na pergunta 403, a temática é o registo dos sonhos na memória. Pergunta 403: *“Por que não nos lembramos sempre dos sonhos?”* Resposta: *“Aquilo a que chamas sono, não é senão o repouso do corpo, porque o Espírito está sempre em movimento; nele, o Espírito recupera um pouco da sua liberdade, e comunica-se com os que lhe são caros, seja neste ou noutros mundos; mas como o corpo é de uma matéria pesada e grosseira, dificilmente conserva as impressões recebidas pelo Espírito, até porque este não as recebeu pelos órgãos do corpo.”*

O Livro dos Espíritos dá relevo ao significado espiritual dos sonhos, em detrimento do psicológico. E tal ênfase justifica-se perante a inexistência da Psicologia na época, bem como ao pouco, ou nenhum, conhecimento académico a respeito dos sonhos. Nas perguntas seguintes pode-se observar que Allan Kardec antecipa a conclusão de Freud de que os sonhos são as realizações de desejos inconscientes. Talvez as explicações espíritas tenham provocado o aparecimento dos estudos psicológicos.

Numa perspectiva espírita, de acordo com Allan Kardec, os sonhos podem ser entendidos como resultantes:

1. das interferências das preocupações que temos quando acordados;
2. dos desejos que temos quando acordados;
3. das disposições orgânicas;
4. das lembranças de vidas passadas;
5. das actividades do espírito durante o sono;
6. das intuições quanto ao futuro.

A partir destas considerações, pode-se afirmar que a tese defendida no Espiritismo, por Allan Kardec e após ele, abrange a visão psicológica a respeito dos sonhos. Os textos citados levam-nos a perceber que a visão espírita actual engloba a visão psicológica, acrescentada da perspectiva do espírito. Tal visão permite a análise objectiva, subjectiva e espiritual. Não encontramos qualquer conflito de opinião, mas sim acréscimo de visão. Tanto de um lado como de outro, se é que existe antagonismo, as posições são correctas e podem ser utilizadas na prática clínica sem prejuízo do paciente e sem necessidade de convertê-lo a uma crença.

Na minha prática clínica, observo sonhos que trazem as duas possibilidades separadas e, às vezes, noto sonhos que se dividem numa parte completamente simbólica, arquetípica ou não, e numa outra de cunho espiritual. Podem-se dar tratamentos diferentes a esses sonhos. A interpretação espírita não deve ser imposta ao paciente pois, qualquer que esta seja, deve implicar sempre um consenso.

Os sonhos são mensagens da alma, destinados ao eu da consciência, para que ele efectue com determinação, sem limites, e incessantemente, o seu processo de crescimento espiritual. São ferramentas importantes para os que se interessam pelo seu mundo interior e pela ascensão espiritual.

*\* Psicólogo clínico, escritor, orador e dirigente da Fundação Lar Harmonia, em S. Salvador da Bahia.*