Pedagogia

Fases de projeto: Planejamento

Educação e Tecnologia

Fases de projeto: Avaliação
Fases de projeto: Criação
Fases de projeto: Desenvolvimento
Fases de projeto: Documentação
Fases de projeto: Pesquisa
Fases de projeto: Planejamento
Fases de projeto: Produção

Informática para Terceira idade

Fases de projeto: Avaliação

Trocar informações e dica de informática para Terceira idade - linkada ao portal http://www.ibit.com.br [1]

O processo onírico como deve ser ensinado

Fases de projeto: Pesquisa
Fases de projeto: Produção

SIGNIFICADO DOS SONHOS

Em princípio, é possível analisar o significado dos sonhos de dois pontos de vistas, do psicológico e do espiritual. No entanto, geralmente as pessoas que procuram por um significado estão mais interessadas em seu simbolismo místico. E essa tendência não é de agora. Desde os tempos mais remotos, em especial na Grécia e no Egito, os sonhos eram considerados uma forma de intervenção divina, cuja interpretação só era possível por pessoas dotadas de poderes sobrenaturais.

Desde então, muitas culturas e tradições do mundo inteiro sempre entenderam o sonho como sendo uma manifestação divina. Porém, nos tempos modernos, principalmente após a publicação do livro de *Sigmund Freud* "***Interpretação dos sonhos***", é que os sonhos passaram a ser analisado do ponto de vista psicológico. Hoje em dia existe uma divisão, alguns continuam acreditando no simbolismo espiritual dos sonhos, enquanto outros, acreditam que tudo ilusão da mente adormecida, atribuindo o fenômeno a simples processos psíquicos.

No entanto, é precisar entender que ambos os pontos de vistas se completam. Do ponto de vista psicológico os sonhos podem ocorrer por diversos motivos, por exemplo:

- Sentimentais;
- Mentais;
- Emocionais;

- Conduta e comportamento;
- Influências sociais e ambientais e
- Estímulos psíquicos, como: TV, novelas, filmes, jogos, etc.

Sim, muitos sonhos são criados a partir de algum estímulo citado na lista acima. Porém, o ponto de vista espiritual não deve ser descartado. E entre os termos associados com sonhos do ponto de vista espiritual, podemos citar:

- **Sonho lúcido**
- Projeção astral
- Desdobramento espiritual

Nesse ponto de vista, o sonho nada mais é que a realidade da alma (ou do espírito) nos planos mais sutis, ou seja, a dimensão espiritual.

Mas não acaba aqui, essa introdução serve de base para o que vamos abordar ao longo deste artigo. Portanto, continue lendo e descubra de uma vez por todas **por que sonhamos**, como interpretar seus sonhos, como identificar a origem, como saber se é espiritual ou psicológico e como saber mais sobre sua verdadeira identidade observando os processos oníricos.

FREUD E JUNG: O INCONSCIENTE E O SIGNIFICADO DOS SONHOS

Em primeiro lugar temos a psicologia, a qual se baseia nos processos psíquicos e nos estímulos mentais que formam um determinado sonho. Desse ponto de vista temos o psicanalista *Sigmund Freud,* o qual escreveu o **livro dos sonhos (teoria dos sonhos)** e exerceu imensa influência no mundo inteiro com suas pesquisas envolvendo a vida onírica.

Do ponto de vista freudiano, o significado dos sonhos é moldado pelo inconsciente e pelo desejo de realização sobre algo. Para Freud os sonhos são fenômenos psíquicos onde realizamos desejos inconscientes. Sob uma visão psicológica, isso significa que todos aqueles desejos reprimidos na mente de vigília, acabam por se expressar quando os laços mentais se afrouxam e, assim, o inconsciente torna-se responsável pela formação dos sonhos. Daí em diante tudo que está enterrado e reprimido no íntimo de uma pessoa, vem à tona como numa tempestade de visões que determinará todo o enredo do sonho.

Além disso, Freud também acreditava que o agente motivador dos sonhos era a libido. A energia sexual, segundo ele, exercia forte estímulo nos processos psíquicos que davam origem ao sonho. No entanto, essa tese não foi aceita por quase todos os estudiosos da psicologia de sua época. Carl Jung, por exemplo, negou que a energia sexual pudesse interferir em todos sonhos, e acrescentou que diversos estímulos e agentes externos podem influenciar nos gatilhos inconscientes que formam uma visão onírica.

Para Jung, que discordava quase totalmente de Freud, os sonhos são determinados por fatores externos e íntimos. Jung não descarta o papel fundamental do inconsciente na formação dos sonhos. No entanto, ele não acredita que todos os sonhos sejam criados simplesmente a partir da energia sexual ou de uma desejo inconsciente. Jung acredita que os sentimentos, emoções e pensamentos, em combinação com as experiências da vida, são os agentes motivadores dos sonhos.

Daí surge a dificuldade de interpretação dos sonhos, uma vez que o mesmo sonho, segundo Jung, pode ter significados diferentes para cada um. Sendo assim, de acordo com Jung é preciso uma análise detalhada da composição psíquica do indivíduo e de sua personalidade para compreender o real significado de um sonho.

OS SONHOS DO PONTO DE VISTA ESPIRITUAL

Corpo etérico se desprendendo do corpo físico durante o desdobramento espiritual (início da realidade espiritual e dos sonhos)

Antigamente os sonhos era mais comumente associados com intervenção espiritual. Porém, no último século, com a descoberta da psicologia analítica, as análises em torno dos sonhos passaram a envolver mais a psicologia do que os aspectos espirituais. Porém, a abordagem psicológica não é completamente descartada, uma vez que a grande maioria dos sonhos realmente é formada por fatores mentais, psicológicos e ambientais.

Mas, é indispensável compreender a mente além dos limites físicos. É preciso compreender que o plano espiritual existe, o plano físico é apenas um reflexo do espiritual e é de lá que viemos. Para muitos pode ser difícil assimilar essa multi realidade. Mas basta um pouco de reflexão e você poderá observar que os sonhos são mais ricos em detalhes que nossa própria realidade física.

Sendo assim, sonhar é o mesmo que viver do outro lado, na outra dimensão. Quando adormecemos, os laços que nos mantém preso ao corpo físico se desfaz e, assim, nos desdobramos para a dimensão espiritual. No entanto, nem todos os sonhos são dignos de análise. Os sonhos espirituais, na grande maioria, não possuem nenhum significado que realmente possa mudar algo na vida de uma pessoa. No entanto, os sonhos podem dizer muito sobre condição atual da pessoa. E é aqui que a psicologia soma com o simbolismo espiritual, pois ambas se complementam.

Sob esse aspecto, sonhar significa que estamos vivendo a realidade espiritual. E o que acontece dentro dessa realidade reflete a condição íntima, psicológica e espiritual do sonhador.

Para algumas crenças religiosas, o sonho é conhecido como desdobramento espiritual, o qual também é conhecido como sonhos lúcidos ou projeção astral. Veremos mais detalhes a seguir.

DESDOBRAMENTO ESPIRITUAL E SONHOS LÚCIDOS

Projeção astral e desdobramento espiritual possuem o mesmo significado. Tais termos se refere ao desenlace do corpo físico durante o sono e a vivência nessa dimensão mais sutil, a qual percebemos como sonhos. No entanto, o grau de lucidez nos sonhos é muito relativo. Alguns sonhos são mais reais que outros. Nos sonhos lúcidos, por exemplo, o indivíduo reage e toma decisões como se estivesse acordado na vida física. Nesses casos é fácil recordar a maioria ou todos os detalhes que estavam presentes no sonho, facilitando a sua análise e interpretação.

Por outro lado, a falta de lucidez permite resgatar apenas partes ou pequenos trechos do sonho, dificultando a interpretação ou mesmo tornando impossível identificar o seu significado.

Os motivos que fazem um sonho ser mais realista que o outro é justamente o nível de lúcidez do sonhador. Pessoas que se dedicam a meditação e práticas de circulação energética conseguem, com muito mais facilidade, recordar quase todos os detalhes de um sonho.

Entretanto, existem casos que podem facilitar essa lucidez devido a condições específicas, por exemplo, enfermidades ou estímulos mentais.

É possível fazer a projeção astral de modo consciente. Para isso, é necessário desenvolver o **chakra do terceiro olho** e realizar práticas de circulação energética para afrouxar as percepções espirituais.

O interessante é que após desenvolver as habilidade espirituais, o indivíduo raramente tem a sensação de estar dormindo, pois sente que esteve acordado o tempo todo, quando na verdade o corpo estava em repouso e a consciência desperta.

Veremos a seguir mais informações sobre sonhar proféticos, pesadelos e sonhos repetitivos.

SIGNIFICADO DOS SONHOS PROFÉTICOS E PREMONITÓRIOS

Revelações astrais.

Muitas pessoas, no mundo inteiro, já relataram que sonhos que ocorreram como alertas, sugestões ou indicações de que algo poderia acontecer. Os **sonhos proféticos** são muito comuns e, segundo

o **espiritismo**, eles ocorrem quando algum acontecimento pode intervir nos propósitos divinos.

Sendo assim, este sonhos ocorrem devido a intervenção de espíritos guias, mentores ou anjos da guarda. Através das sugestões mentais eles fazem o indivíduo acordar com certo desconforto sobre determinado assunto.

Como resultado e muitas vezes sem saber o exato motivo, a pessoa que teve este sonho passar a agir de acordo com a vontade divina. Seja impedindo que algo aconteça ou simplesmente mudando os acontecimentos.

Porém, é possível que sonhos proféticos ocorram sem que haja alguma utilidade. Nesse caso, o que acontece é que de alguma maneira o sonhador percebeu que algo estava para acontecer em sua realidade espiritual, e ao acordar ele carrega vaga lembrança dessa premonição, mesmo que não interfira em sua vida.

Seja como for, sonhos premonitórios, segundo o espiritismo, sempre são resultado de percepções capturadas no plano espiritual. Alguns vezes para comunicar algo e outras por pura percepção espiritual.

SIGNIFICADO DOS SONHOS REPETITIVOS

Em primeiro lugar, os sonhos recorrentes do ponto de vista psicológico estão associados com emoções e sentimentos fortes, bloqueios, traumas de infância ou situações que fogem do controle. Desse ponto de vista, o sonho repetido está associado com a atual vida do sonhador.

Por outro lado, para o **espiritismo os sonhos repetitivos** são reflexo de vidas passadas e da trajetória da alma ao longo de milhares de reencarnações. Nesse caso, o sonho repetido é uma lembrança real ou simbólica do seu passado que ainda insiste em tirar o conforto de seu íntimo. Preces e orações podem ajudar a amenizar esses episódios oníricos recorrentes.

Leia no artigos completo sobre o assunto: **Significado dos sonhos repetidos** [2].

OS PESADELOS

O Pesadelo é uma continuação de nossas disposições físicas, espirituais e psicológicas. Quando nos negligenciamos, nossa energia espiritual se densifica em torno daquilo em que nos desajustamos. Como resultado, o inconsciente manifesta todos os tormentos durante o sono, pois só assim o inconsciente consegue se expressar com clareza.

Porém, nem todos os **pesadelos** devem ser entendidos como graves ou perigosos do ponto de vista espiritual. Para um bom sono é indispensável que a disposição física esteja em harmonia, e é devido a alimentação que a maioria dos pesadelos ocorrem.

Um exemplo digno de nota é comer muito antes de dormir. Antes de dormir é aconselhável que os processos digestivos estejam em paz. Comer antes de dormir é garantia de perturbação do sono, e daí o surgimento dos pesadelos.

No entanto, pode ocorrer pesadelos repetitivos sobre um determinado assunto específico. Nesse caso, o tópico anterior esclarece bem sobre as origens dos sonhos repetitivos.

POR QUE SONHAMOS ?

A essa altura você já deve imaginar por que sonhamos. Nossa essência é espiritual e o sonho nada mais é que nossa verdadeira realidade. É um plano sutil, moldado pelos pensamentos, inclinações e tendências de cada um. A eternidade está do outro lado, a vida física que é temporária. No entanto, uma vez que somos influenciados por tudo que nos cerca, é de se esperar que os sonhos completam nossa realidade atual.

O **significado dos sonhos** é determinado por nossas características mais íntimas. Devido a

imortalidade do espírito, é indispensável que ao dormir, nós nos encontremos com nossa verdadeira identidade para melhor controlar nos impulsos e ações na vida desperta.

Nossas ações perante a vida só são possíveis graças ao ego, o qual nos dá certo controle sobre nossa mente. No plano espiritual não existe esse controle, somos levados a viver de acordo com nossas tendências e impulsos, tornam-se impossível o ajustamento e o progresso de si mesmo.

Graça ao nosso Bom e Eterno Pai, nós recebemos uma vida no plano físico para que possamos evoluir em direção a Deus.

Portanto, nós sonhamos porque somos seres espirituais por natureza, e descobrir nossa realidade espiritual nos ajuda a progredir como homem de valor aqui na dimensão física.

Referências:

https://www.segredosdosonho.com.br/ [3]

https://www.apsique.com.br/ [4]

Pedagogia da Cooperação

Fases de projeto: Desenvolvimento
Fases de projeto: Documentação
Fases de projeto: Pesquisa
Fases de projeto: Produção
Cartão do Conhecimento**Descrição resumida para o baralho UXCards:** A Pedagogia da Cooperação serve para criar e desenvolver Ambientes Colaborativos onde pessoas, grupos e organizações podem solucionar problemas, transformar conflitos e realizar metas e objetivos conciliando produtividade e felicidade.

Pré-visualizar	Anexo	Tamanho
	4.4_pedagogia_da_cooperacao_para_pos_-_fabio_brotto_2016.pdf [5]	900.16 KB

Referências para aprofundamento: Pedagogia da Cooperação [6]

URL de origem (recuperadas em *29/03/2024 - 07:02*): https://www.corais.org/oxe/node/79239

Links:
[1] http://www.ibit.com.br
[2] https://www.segredosdosonho.com.br/significado-dos-sonhos-repetidos/
[3] https://www.segredosdosonho.com.br/
[4] https://www.apsique.com.br/
[5] https://www.corais.org/sites/default/files/4.4_pedagogia_da_cooperacao_para_pos_-_fabio_brotto_2016.pdf
[6] http://www.projetocooperacao.com.br