



## Sonhos e Espiritismo: o que a Doutrina tem a nos dizer?

Neste sábado (22), a oradora, palestrante e trabalhadora da Comunhão Espírita de Brasília, Roberta Assis, falou acerca do entendimento da Doutrina Espírita sobre os sonhos, em mais uma transmissão ao vivo das palestras que têm sido veiculadas pelo canal da Comunhão no YouTube. Um assunto que desperta inquietações e dúvidas nas pessoas, Roberta abordou o tema com base no que ensina o “Livro dos espíritos” (da questão 400 a 412) e o livro “A imensidão dos sentidos”, de Francisco do Espírito Santo Neto, ditado pelo espírito Hammed, em seu capítulo “O simbolismo dos sonhos”.

Antes de adentrar a temática dos sonhos e para explicar o fenômeno do sono, a oradora espírita nos lembrou que somos espíritos encarnados. A partir da leitura da questão 401 do “Livro dos espíritos”, Roberta destacou que o sono é reparador necessário para o organismo, mas que o espírito não repousa com o corpo. Ao adormecer, há um afrouxamento dos laços fluidicos que prendem o espírito à matéria, o que consubstancia o fenômeno do que se chama de *desdobramento*. Não há um rompimento desses laços, dado que esta situação ocorre apenas com o desencarne. O espírito, sempre ativo, pode, assim, estabelecer relação mais direta com outros espíritos, estar em maior liberdade e entrar em contato com outras dimensões – dentro e fora dele mesmo.

Sendo assim, prosseguiu Roberta, “o desdobramento é natural como o respirar, mas nem todos guardamos consciência de quando nos encontramos nesse estado”. Encarnados, estamos submetidos ao “véu” do esquecimento. Em desdobramento, temos maior acesso ao patrimônio espiritual que somos. A questão 402 do “Livro dos espíritos” nos ensina que, quando em equilíbrio, nós podemos ir, ao dormir, aonde nossos profundos desejos querem nos levar. Podemos encontrar nossos mentores, estudar, prestar assistência junto às equipes espirituais. Entretanto, quando em desequilíbrio, essa busca por nossos desejos pode fazer com que estejamos atrás de situações que nos levam a um desequilíbrio ainda maior.

Ao encarnarmos, assumimos o compromisso de empreender esforços para a efetivação de nossa reforma íntima. O sono seria, então, uma oportunidade de darmos continuidade à melhoria de nós mesmos, dentro do que a palestrante chamou de *compromisso integral* com nosso processo de autoconhecimento. Ela nos convida a sermos honestos conosco e, antes de dormir, buscar o encontro com Deus, com nossos mentores, para que tenhamos, pelo sono, acesso a auxílio, a esclarecimentos, a luz e as equipes espirituais.

“Sonho é a lembrança do que o espírito viu durante o sono”, esclarece-nos Roberta. E, ao citar o espírito Hammed, acrescenta que “o ‘sonho’ pode ser definido como uma sucessão de imagens mais ou menos coerentes, que aparecem quando o indivíduo dorme. Sua análise pode ser um dos meios para se conhecer as porções superficiais ou profundas do inconsciente, dado que o sonho traz um ‘conteúdo manifesto’ (alegorias, emblemas, figuras, paisagens, pessoas) que, após uma interpretação de sua simbologia, se pode chegar ao que realmente interessa – o ‘conteúdo latente’ (sentimentos reprimidos, desejos, traumas, lembranças, vocações, etc.)”.



E por que não nos lembramos sempre dos sonhos? Os espíritos, em resposta à questão 403 do “Livro dos espíritos”, esclarecem-nos de que os sonhos são vivências do espírito e, não, do corpo físico. Normalmente, os simbolismos de um sonho representam pontos-chaves para que possamos acessar uma experiência espiritual muito mais ampla. Contudo, Assis nos adverte que a interpretação dos simbolismos de um sonho deve ser individual, porquanto reflete contextos vivenciados por cada indivíduo em sua singularidade. As respostas vêm em camadas, decorrentes de um esforço para a correta compreensão dos sonhos em meio a um diálogo interior, lembrando, sempre, de que se trata de mais uma faceta do processo de autoconhecimento.

“Graças ao sono, os espíritos encarnados estão sempre em relação com o mundo dos espíritos. (...) Quis Deus que, tendo de estar em contato com o vício, pudessem eles (espíritos superiores encarnados) ir retemperar-se na fonte do bem”, lecionam os espíritos ainda em resposta à questão 402. “É por isso que muitas vezes nós acordamos com estado de ânimo renovado”, sintetizou Roberta.

A oradora espírita ressaltou a importância de termos calma e abraçar o processo de interpretação dos sonhos com gentileza, sem ansiedade. Na letra “a” da questão 410, Kardec questiona os espíritos sobre a utilidade de sonharmos, uma vez que, muitas vezes, esquecemos das ideias e dos conselhos passados pelo sonho. E os espíritos contestam: “Essas ideias, em regra, mais dizem respeito ao mundo dos espíritos do que ao mundo corpóreo. Pouco importa que comumente o espírito a esqueça, quando unido ao corpo. Na ocasião oportuna, voltar-lhe-ão como *inspiração de momento*”.

“O essencial é lembrarmos de que somos espíritos – estamos encarnados, em uma condição transitória”, salientou Roberta Assis. “Que em nossos desdobramentos diários possamos continuar o processo de auto-iluminação, pautado na caridade e no amor, e que nossos sonhos possam refletir a construção da paz em nós e entre nós”.

Gostou da palestra? [Clique aqui](#) e acesse a íntegra.

Por: Luciana Matsunaga

Revisão: Renata Caixeta