

desejos são passíveis de serem compartilhados. Alguns são condenáveis do ponto de vista ético, estético e social e, por isso, devem permanecer ocultos."

Para a psicóloga, os sonhos são uma forma de o inconsciente se expressar mesmo sob censura. "Na impossibilidade de serem eliminados, os desejos relegados ao inconsciente precisam de um disfarce para serem vividos, mesmo que de modo alucinatório. E é neste local que o sonho entra: deformando o conteúdo verdadeiro por meio da sua associação com lembranças, representantes e símbolos."

A psicanálise vê o sonho como um enigma. Para ela, o trabalho de interpretação dos sonhos diz respeito à revelação do desejo e, portanto, ocorre a partir das impressões deixadas no sonhador. "Podemos sonhar com coisas que aconteceram naquele dia, retornar a um momento da infância, com uma pessoa que é uma mistura de duas, mundos e habilidades inexistentes, temas negativos que chamamos de pesadelos e até mesmo ter um sonho que se repete várias vezes", cita Anny Caroline.

Impactantes

A estudante de publicidade e propaganda Maria Eduarda Figueiredo, 26, conta que lembra da maioria dos sonhos e que eles costumam ser intensos. Uma imagem noturna que a marcou por ser muito impactante e sensorial foi a de estar grávida. "O bebê mexia na barriga e até teve parto. Foi uma loucura, porque consegui sentir um vazio e falta de um bebê que nem tive de verdade", recorda. Outro episódio foi quando sonhou com o enterro do pai, desesperou-se e não o deixou andar de carro por dois dias.

Apesar de os sonhos serem vistos como desejos ocultos na psicanálise, Anny Caroline salienta que não existe um significado específico ou absoluto. Então, no caso de sonhos com morte, por exemplo, são necessários diversos questionamentos, como traumas, saudades e diversos outros fatores que podem, inclusive, mostrar que a morte remete a alguma outra situação.

Maria Eduarda também vê sentido espiritual nos sonhos e busca compreender seus significados. "Pesquisava muito na internet, mas, hoje, procuro o significado com meu terapeuta ou com uma mãe de santo. As duas formas são muito eficazes na minha vida", conta. Ela diz já ter procurado interpretações por sonhar com cobra, cachorro, gravidez e morte.

O que diz o tarô

De acordo com a taróloga e astróloga Beatriz Lima, os sonhos podem se tornar um canal de intuição e conexão espiritual justamente quando a mente está calma e receptiva durante o sono. "Nesse estado de serenidade, livre das interferências externas, a espiritualidade encontra espaço para se manifestar e se comunicar", acredita.



Rachel Queiroz teve o desejo de se tornar servidora pública concursada após um sonho

SIGNIFICADOS DE SONHOS COMUNS

- **Cobra:** falsidade, mudanças ou cura
- **Perda dos dentes:** medo e insegurança
- **Morte:** fim ou renascimento
- **Queda, fuga e perseguição:** medo, culpa, sentimento de estar preso
- **Não conseguir falar, gritar ou se mover:** repressão, bloqueio, necessidade de liberdade, ansiedade
- **Casa com muitos cômodos:** sentir-se perdido, dúvida, falta de organização
- **Fonte:** Taróloga e astróloga Beatriz Lima
- **Escorpiões:** mudanças, poder, coragem, cuidado a perigos
- **Ex-namorados:** passado, necessidade de desapego, situações mal resolvidos (não só com o ex)
- **Poderes:** estar mais forte, determinação, sinal para tentar e continuar
- **Voar ou flutuar:** liberdade, independência, despertar
- **Estar nu:** vergonha, insegurança, vulnerabilidade

Além disso, Beatriz lembra que "uma mente inquieta, ansiosa ou preocupada provavelmente levará a pessoa a sonhar com o que a aflige". Para ela, "a mente precisa estar calma e receptiva para que a espiritualidade se manifeste por meio dos sonhos".

Os símbolos oníricos, como cobras, dentes e morte, são comuns, justamente por representarem experiências universais. "Cobras são historicamente associadas à falsidade,

mudanças ou cura. E a morte, tão temida, pode representar o fim ou o renascimento", explica Beatriz.

Para a taróloga e astróloga, o simbolismo dos sonhos também carrega alertas. "Sonhar com dentes caídos tem a ver com medo e insegurança. É um reflexo do estado emocional e psicológico, talvez até um alerta da mente para um 'acalma-te!'. Espiritualmente, é um aviso de perda de controle de algo ou de si mesmo."