

## O que são os sonhos para o Espiritismo?



por **Morel Felipe Wilkon**

Você sabe o que são os sonhos? Você já percebeu que nós passamos aproximadamente um terço de nossas vidas dormindo? É um assunto que merece nossa atenção. O Espiritismo se refere aos sonhos na questão 401 do Livro dos Espíritos. Lá é dito que “***o espírito jamais fica inativo. Durante o sono, os liames que o unem ao corpo se afrouxam e o corpo não necessita do espírito. Então ele percorre o espaço e entra em relação mais direta com os outros espíritos.***”

Essa pergunta citada se refere ao período de sono como um todo, não ao sonho propriamente dito. O fato é que morremos todas as noites. Ao adormecer, seu corpo recupera as energias liberando o espírito do cuidado direto com o corpo. Assim, você, **espírito imortal**, fica parcialmente liberto durante as horas que duram o seu descanso físico.

O que você faz durante esse tempo? **Você já se deu conta de que passa mais ou menos um terço da sua vida dormindo?** É possível desenvolver atividade útil durante o período de sono. Assim como há pessoas pouco ativas ou muito ativas, também há pessoas que têm ação real durante o sono e outras que não têm. É possível participar de cursos e estudos; é possível orientar outros espíritos, desencarnados ou encarnados como você; é possível auxiliar espíritos necessitados através de doação de energias.

Mas para isso é preciso um adiantamento moral que muitos de nós não temos. **Ou algum conhecimento do assunto e muita vontade. Com vontade quase tudo é possível.** Mas é preciso reconhecer que a maioria, ao se projetar do corpo físico durante o sono, vai em busca daquilo que mais ocupa o seu pensamento. Vingança, desforra, competição e, principalmente, prazer. **Prazer da comida, do álcool, das drogas, do jogo, do sexo. Muito sexo.**

A sociedade atual vive um fenômeno inédito. A banalização e popularização do sexo. Quem leu Machado de Assis sabe que no final do século XIX os homens ficavam enlouquecidos quando viam os ombros e os tornozelos das mulheres. Eram as partes do corpo que apareciam. Nos anos sessenta, com a popularização da minissaia, era uma grande inovação nos costumes a mulher andar com os joelhos à mostra. E a visão dos joelhos bastava para excitar os homens.

Hoje homens e mulheres têm acesso à pornografia a qualquer instante, de todas as formas imagináveis. Mesmo quem não procura pornografia se depara com ela na internet.

**E são justamente esses desejos, que ocupam o pensamento durante o dia, que atraem o espírito encarnado quando se projeta pelo sono.** Algumas pessoas não chegam a ter atividade. Quem observa o corpo astral projetado dessas pessoas nota que elas ficam próximas à cama, sentadas, com o olhar apático. Ou são invadidas por imagens aleatórias originadas de sua própria mente ou das mentes de outros espíritos.

Mas muitos têm grande atividade, e a prova disso são as lembranças fortes a que chamamos de sonhos. Os sonhos podem ser coerentes, como uma história que não conseguimos entender direito. Mas também podem ser pedaços esparsos de acontecimentos, retalhos de uma história sem nenhum nexo. **É preciso levar em conta que nosso corpo físico não participa do sonho. Como o cérebro físico poderia reter uma lembrança perfeita de algo que ele não viveu?** As poucas lembranças ou imagens que nos ficam são o que o cérebro consegue reter quando há o reacoplamento dos corpos astral e físico.

É possível ficar consciente durante o sono. Posso garantir que é uma experiência extraordinária. A projeção, criada pelo Waldo Vieira, antigo parceiro de Chico Xavier que se afastou do espiritismo, trata exatamente disso: A capacidade que todos nós temos de realizar projeções conscientes. Um costume que tenho é anotar todos os meus sonhos e projeções. Tenho sempre à mão um caderno específico pra esse fim. Ajuda no despertar da consciência fora do corpo.

Baseado nos fenômenos do sonho, você começa a notar as incoerências de seus sonhos, começa a perceber sua irreabilidade. Com o tempo, você se torna mais crítico no dia-a-dia e presta maior atenção ao ambiente, às pessoas, aos objetos, aos cenários. É bom perguntar a si mesmo várias vezes ao dia se você está sonhando ou está acordado. Este hábito será transportado aos sonhos, e quando você reconhecer que uma imagem ou situação é absurda demais para ser verdade, você percebe, dentro do sonho, que está sonhando. **Esse é o início do despertar da consciência fora do corpo.**

Fonte: <http://www.espiritoimortal.com.br/o-que-sao-os-sonhos/>