

## 29. ENTRE SONHOS E PESADELOS

Na mitologia grega, Morfeu é um dos deuses dos sonhos, filho de Hipnos, deus do sono. A lenda conta que ele possuía a capacidade de se metamorfosear tomando a aparência das pessoas. Quando alguém dorme, lá está ele assumindo a forma dos mortais, das figuras humanas que povoam os sonhos. Ícelon e Fântaso são seus irmãos. O primeiro se transforma em animais, o segundo em tudo o mais. Visitam reis e poderosos, pobres e gente comum.



O Sono em tantos mil  
não tem ministro  
Mais destro que Morfeu,  
que melhor finja  
O rosto, o modo, a voz,  
o traje, o passo,  
A própria locução;  
porém somente  
Este afigura os homens!

Este verso de Ovídio, poeta nascido na Itália no ano 43 a.C., se refere a Morfeu que com suas grandes asas viaja por toda parte imiscuindo-se no sono de cada um.

O sono e os sonhos, algo tão familiar a todas as pessoas, não poderia deixar de ser alvo das reflexões de Allan Kardec quando teve a oportunidade de buscar esclarecimentos com os Espíritos superiores. Dedicou-lhe 14 questões em *O Livro dos Espíritos*, além de fazer-lhe referência no livro *A Gênese* e em alguns artigos da *Revista Espírita*.

Desde a Antiguidade, os sonhos foram envolvidos numa aura de mistério e fantasia. Na cultura de todos os povos sempre houve um interesse em desvendar os segredos contidos nos sonhos, havendo aquelas pessoas que se diziam capazes de interpretar os seus significados. Com Freud e a sua famosa obra *A Interpretação dos Sonhos*, o tema tomou um caráter científico dentro dos estudos psicológicos, representando os conteúdos acumulados no inconsciente e que de vez em quando extrapolam para a consciência. Seriam a forma encontrada pelo psiquismo para que o material oculto se torne conhecido.

A Doutrina Espírita mostra o momento do sono como sendo a oportunidade que o Espírito tem para, desdobrando-se, tomar contato mais direto com o mundo espiritual e com a sua realidade íntima. No sono a alma adquire uma certa liberdade aliviando as tensões geradas pela vida na matéria. Quanto aos sonhos, estes seriam basicamente a lembrança fragmentada ou simbólica, lúcida ou ininteligível das vivências da alma desligada parcialmente do corpo.

Por vezes, os sonhos tomam o caráter de pesadelo. Porém, isto depende da interpretação que cada um dê àquilo que está sendo experienciado. Encontros com Espíritos obsessores são passíveis de ocorrer durante o sono, alimentando perseguições, bem como reuniões macabras com o intuito de formular e acompanhar planos de maldades individuais ou coletivas. Os sonhos desse tipo geralmente são chamados de pesadelos. Várias outras situações podem ser assim interpretadas: 1) uma pessoa que dorme, encontrando-se em Espírito num local

habitado por Espíritos inferiores, pode sentir medo ou assombro, retornando assustada ao corpo; 2) pode receber um conselho que lhe constranja fortemente, imaginando que teve um encontro infeliz; 3) uma lembrança terrível de qualquer gênero, de situação vivida nesta vida ou em outra encarnação, também pode ser tida como pesadelo. Assim, sonho comum ou pesadelo, depende de como cada um encare as circunstâncias a que se exponha como Espírito desprendido do corpo físico.

Segundo o *Michaelis*, dicionário de língua portuguesa, pesadelo significa "sonho aflitivo com sensação opressiva; sonho mau". Para a Psicanálise, o pesadelo é um sonho que não deu certo, quando o material inconsciente que deveria esclarecer o sonhador a respeito do que ele guarda nessa instância, ao invés disso, foi liberado com uma potência inadequada para a consciência gerando mal estar e angústia. Essa formulação da ciência analítica corresponde ao item 3 assinalado acima. O Espiritismo vai além disto, mostrando que outros contextos podem transformar sonhos em pesadelos quando não conseguimos nos colocar satisfatoriamente diante de determinadas injunções, quando não nos preparamos adequadamente para as responsabilidades que devemos assumir perante a nossa vida e das outras pessoas.

A oração antes de dormir representa um maravilhoso recurso, quando através dela podemos evocar os Espíritos mais esclarecidos que nós, a fim de que estejamos com eles durante os instantes em que o corpo repousa. Aprenderemos com eles mais facilmente quanto a alma está mais livre e nos tornaremos mais aptos a viver com equilíbrio a cada dia.

Eleve, pois, aquele que se ache compenetrado desta verdade, o seu pensamento a Deus, quando sinta aproximar-se o sono, e peça o conselho dos bons Espíritos e de todos cuja memória lhe seja cara, a fim de que venham juntar-se-lhe, nos curtos instantes de liberdade que lhe são concedidos, e, ao despertar, sentir-se-á mais forte contra o mal, mais corajoso diante da adversidade.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> OVÍDIO. *Metamorfoses*. Excertos traduzidos por Bocage. 2. Edição. Editora Martin Claret: 2006

<sup>2</sup> KARDEC, Allan. *O Evangelho Segundo o Espiritismo*. Tradução de Guillon Ribeiro. 120. Edição. Federação Espírita Brasileira: 1944.