
Palestra Virtual

Promovida pelo IRC-Espiritismo
<http://www.irc-espirtismo.org.br>

**Tema: A Visão Espírita
do Sono e Sonhos**

**Palestrante: Julio Cesar
de Sá Roriz**

**Rio de Janeiro
14/07/2000**

Organizadores da palestra:

Moderador: "Wania" (nick: |Moderadora|)

"Médium digitador": "jaja" (nick: Julio_Cesar)

Oração Inicial:

<|Moderadora|> Jesus amigo, Senhor de nossas vidas, mais uma vez, rogamos ao teu coração generoso que nos ampare neste momento em que iniciamos mais uma palestra virtual.

Que as tuas vibrações de paz e amor envolvam a todos nós aqui presentes, equilibrando nossos pensamentos e sentimentos. Que os espíritos que coordenam este trabalho, mais uma vez, estejam ao nosso lado, fortalecendo-nos, amparando-nos e auxiliando a realização de mais este momento de estudos.

Que seja em teu nome e em nome de Deus, que possamos iniciar a atividade desta noite. Que assim seja!

Apresentação do Palestrante:

<Julio_Cesar> Boa noite! Eu sou expositor do Instituto de Cultura Espírita do Brasil, uma obra fundada por Deolindo Amorim, sou coordenador de reunião pública e expositor do Centro Espírita Seara Fraterna, no Catete - Rio de Janeiro - RJ, há 30 anos e coordenador de uma Instituição Espírita Tarefeiros do Bem (IETB), que faz promoção de eventos espíritas, como por exemplo, o Encontro sobre Sócrates e a Doutrina Espírita, produção da peça teatral "Violetas na Janela" e outros eventos. (t)

Considerações Iniciais do Palestrante:

<Julio_Cesar> O tema de hoje está muito bem abordado por Allan Kardec, no capítulo VIII de "O Livro dos Espíritos", quando trata da emancipação da alma.

O sono é uma necessidade fisiológica para descanso do corpo, mas o espírito não precisa desse descanso. Enquanto o corpo se relaxa, afrouxam-se os liames entre o espírito e o corpo. Assim, o espírito tem a possibilidade de entrar em contato com o mundo espiritual.

Após esse encontro, que está sempre regido pelo centro de interesse do espírito que se emancipa do corpo, provisoriamente, ele retorna ao corpo, cujos implementos orgânicos, cerebrais, não têm possibilidade de percepção total da experiência vivida pelo espírito no contato com o plano espiritual.

Desta maneira, permanecem a nível consciente retalhos, fragmentos de lembranças daquela experiência. No entanto, a nível subliminar, subconsciente, a emoção da experiência permanece viva. Quando o espírito encarnado está no estado de vigília e entra em relação com pessoas que estejam relacionadas com o teor do sonho, dentro do centro de interesse do sonho, automaticamente este espírito encarnado sente a emoção invadir o seu ser como o mar invade a praia, sem que ele consiga explicar conscientemente como foi que se processou isso.

Na pergunta 459 de "O Livro dos Espíritos", as entidades que auxiliaram Kardec informaram que os espíritos influenciam em nossas vidas muito mais do que nós supomos. Através do sono, há maior possibilidade de influência dos espíritos em nossas vidas, uma vez que, libertado do jugo da matéria, o espírito adquire uma abertura maior de percepção, podendo até perceber algo da vida passada e até prever fatos da vida futura. Neste caso, o Espírito vai ao encontro de pessoas encarnadas igualmente desdobradas do corpo, percebem a situação e, ao retornarem ao corpo, mantendo alguma lembrança do encontro, têm uma antecipação do fato que vai ocorrer. O pensamento é a vestimenta das idéias. O perispírito é ideoplástico, sofrendo uma grande influência do pensamento.

Assim sendo, temos que incluir nessas percepções do espírito emancipado do corpo suas visões referentes às formas-pensamento, idealizações concretizadas sob uma forma que podem ser vistas pelo espírito encarnado desdobrado do corpo.

Está claro que esta é a visão da Doutrina Espírita, que não é compartilhada pela Psicologia, notadamente pela teoria freudiana que estabelece na "interpretação dos sonhos" algo que é explicado da seguinte maneira:

Temos desejos que estão nas profundidades do nosso inconsciente (Id) que não temos condições de admití-los, pois nosso eu (ego) não está estruturado para considerá-los verossímil. Ele diz também que temos uma estrutura de fiscalização, chamada superego, que de alguma maneira nos protege pelos aspectos morais, educacionais estabelecidos pelo meio onde a pessoa vive.

Para Freud, o sonho é um "escape" de algo do inconsciente que vem à tona como um "ato falho", ou seja, uma expressão do desejo que vem ao consciente. Freud era

materialista e, como todos os médicos e psicólogos materialistas, consideram que o pensamento é uma secreção do cérebro.

Apesar de considerarmos ser verdadeiro o sonho decorrente de algum distúrbio fisiológico, ficamos com a idéia espírita sobre a emancipação da alma. (t)

Perguntas/Respostas:

<|Moderadora|> [01] <Leonardo_SP> Quais são os perigos, reais, para os praticantes de Viagem Astral, se é que existe algum?

<Julio_Cesar> O termo "Viagem Astral" pode ser definido com a terminologia espírita como sendo um desdobramento ou como um aspecto sonambúlico. O espírito sai do corpo e, consciente, vive a experiência da emancipação.

O perigo que pode ocorrer é quando há treinamentos para realizar essas "viagens astrais" sem que se tenha uma consciência maior das conseqüências desta experiência, ou seja, o espírito fora do corpo, ele vai ao encontro do seu centro de interesse e, se não estiver muito bem protegido e se não houver um motivo justo para este desdobramento consciente, poderá cair em ciladas de fascinadores que têm como objetivo subtrair a energia do espírito encarnado desdobrado do corpo. Nosso corpo é uma proteção maravilhosa e, ao nos despojarmos dele, tão-somente pela curiosidade, estaremos então dentro das conseqüências advindas do gesto irresponsável.

Questionamos bastante as escolas de projeciologia, como as que desenvolve Waldo Vieira, pois temos a impressão que é necessário nos apropriarmos da existência corpórea, realizar todo o bem possível para que possamos estar em condições espirituais favoráveis para uma experiência fora do corpo. (t)

<|Moderadora|> [02] <bic0> Em geral, ouve-se muito no meio espírita, como explicação para os sonhos, a libertação provisória da alma e as lembranças guardadas na memória dessa libertação noturna. As imagens e sentimentos e impressões diárias não podem ser causas também dos sonhos?

<Julio_Cesar> Como eu disse nas considerações iniciais, o sonho pode ser influenciado pelas questões cotidianas, uma vez que o espírito encarnado, preocupado com essa ou aquela questão mais grave, pode deixar o seu imaginário se desenvolver, passando por "pesadelos", que são diretamente proporcionais ao grau de dificuldade da situação cotidiana que ele está passando.

O psicólogo Lacan (freudiano e francês) escreveu um tratado sobre uma rede de significantes que implementamos em nossa mente desde tenra idade, ou seja, todos os valores

recebidos no lar através da influência de pai e mãe e da sociedade ficam guardados no aparelho psíquico sob a forma de verdadeiros "chips", que têm uma possibilidade de serem acessados em qualquer momento de nossas existências.

Assim sendo, pela visão de Lacan, todo e qualquer fenômeno que nós nos defrontamos na vida cotidiana, fatalmente remetemo-la àquela rede de significantes, impulsionando, automaticamente, uma resposta sob a forma de medo, alegria, tristeza, etc. Ora, se isso for uma verdade, podemos dizer que temos uma rede de significantes de outra vida, portanto, não só dessa vida.

Portanto, quando estamos na vigília ou emancipados do corpo, ao lidarmos com as pessoas da vida cotidiana ou com os espíritos desencarnados, temos a nossa rede de significantes sendo acionada. Isso então pode responder à luz da Psicologia materialista, colocada agora com uma visão maior, porque as coisas da vida cotidiana se refletem nos sonhos. Reagimos porque somos espíritos imortais, em vigília ou na emancipação da alma (sono). (t)

<|Moderadora|> [03] <Guest69543> **Por que sonhamos com situações e pessoas desconhecidas?**

<Julio_Cesar> Uma pessoa conhecida é aquela em que temos uma lembrança, um registro claro do nome, da fisionomia, da época que a conhecemos. Logo estaremos meramente subordinando a palavra "conhecida" ao registro de dados. Ora, eu posso ter conhecido alguém que passou pela minha vida em certa época da minha infância, mas que eu não detive o registro dos dados na minha memória, assim como vivi experiências com outros espíritos encarnados em reencarnação anterior.

O fato de não termos acesso aos registros de dados não caracteriza, portanto, que eu não tenha conhecido alguém. O que caracteriza o "conhecimento de alguém" é o vínculo emocional que eu tenho com ela.

"O Livro dos Espíritos" nos ensina que esses vínculos afetivos são magnéticos e o Magnetismo nos aproxima sem determinar o que deveremos fazer dessa aproximação, pois será o uso do nosso livre-arbítrio que terá essa função. Assim sendo, é necessário que se verifique que emoção bateu quando se encontrou uma pessoa dita desconhecida: Antipatia? Simpatia? Alegria? Medo? Ou indiferença?

Quando encontramos com um espírito encarnado ou desencarnado, no plano espiritual, durante o sono, estes espíritos poderão ter um significado para nós. Por exemplo:

alguém muito paternal, que me lembra muito o meu pai, sem que ele seja exatamente o meu pai. Pode ser um espírito desconhecido que pode estar ali em relação comigo e que eu emprestei um significado a esse espírito.

Por outro lado, posso encontrar um pai de outra vida e funcionar tudo às avessas. Como esses registros estão muito na profundidade do inconsciente, é como se eu não o conhecesse. (t)

<|Moderadora|> [04] <_Celinha_> O sono é considerado um tipo de mediunidade só porque nesse momento ocorre um contato com o plano espiritual e, em consequência, com os desencarnados?

<Julio_Cesar> Em conversa particular com a médium Yvonne Pereira, ela me contou que as experiências espirituais narradas nos livros de sua autoria, foram quase todas em estado sonambúlico, uma espécie de sono profundo, quando então ela, emancipada do corpo, entrava em contato com Léon Denis, com espíritos sofredores, com Charlies, e, ao voltar ao corpo, escrevia tudo que ela se lembrava desses encontros.

Pensando por esse aspecto, o sono nada mais é do que uma necessidade fisiológica de necessidade do corpo, enfraquecendo os liames entre o espírito e o corpo e favorecendo uma maior percepção do espírito emancipado. (t)

<|Moderadora|> Duas perguntas correlatas: [06] <Leonardo_SP> O espírito não necessita do repouso, do sono, no entanto em livros como "Nosso Lar" vemos situações aonde os desencarnados estão descansando. [07] <Guest69543> Tanto em "Nosso Lar", quanto em "Violetas na Janela", os desencarnados realizam inúmeras atividades semelhantes às do mundo físico. Descansam e dormem, muitas vezes, para que se recuperem de sofrimentos, doenças e dores, caem em sono profundo. Como explicar esse sono?

<Julio_Cesar> O sono é uma necessidade fisiológica decorrente do desgaste físico proporcionado pela vida cotidiana. Os espíritos desencarnados recentemente e que não se apropriaram bem da sua condição de espírito desencarnado, permanecem com os condicionamentos decorrentes das necessidades fisiológicas, pois mesmo quando encarnado, o espírito vivencia tantas vezes as necessidades fisiológicas (satisfeitas ou não) que, ao chegarem no plano espiritual naquelas condições citadas, permanecem como se estivessem encarnados ainda. Então, sentem cansaço, sentem necessidade do repouso e até de uma alimentação mais sólida, como nos relata André Luiz, no livro "Nosso Lar".

Com o passar do tempo, dependendo do nível espiritual desse espírito desencarnado, ele vai se descondicionando, permanecendo tão somente a condição respiratória, que é uma função nobre, superior do espírito. André Luiz cita que em determinado estágio de sua experiência em Nosso Lar ele respirava prece impregnada no ambiente e que era uma forma de alimento para os espíritos daquele nível. (t)

<|Moderadora|> [08] <Bento_Casmurro> A passagem da vigília para o sonho pode ser dirigida conscientemente?

<Julio_Cesar> Para que possa existir o sonho será necessário um relaxamento dos laços entre o espírito e o corpo e isto pode ocorrer mediante treinamento, portanto consciente. A auto-hipnose, mediante treinamento, pode proporcionar o sono que seria então provocado. No entanto, consideramos que será sempre melhor deixar que a natureza trabalhe dentro dos seus limites, pois, estando o corpo necessitado de repouso, o que o espírito encarnado deve fazer é orar e solicitar aos amigos espirituais que o ajudem a ter um bom sono.

Não nos esqueçamos de que Santo Agostinho, na questão 919 de "O Livro dos Espíritos", recomenda esvaziar as preocupações do dia dentro de um processo de auto-conhecimento. Para uns, isso não é motivo para perder o sono, mas para outros pode ser motivo de insônia, portanto depende de como a pessoa lida com a possibilidade de entrar em contato com a verdade, desdobrada do corpo, com os amigos espirituais, etc.

Há também casos em que pessoas que têm graves complicações epiléticas, entram em crise durante o sono porque vêem espíritos obsessores próximos a si. Como ficaria a situação dessa pessoa se fizéssemos um sono provocado? Como ficaria uma pessoa que sofre o terror noturno se fizéssemos o sono provocado?

Creio firmemente que é necessário para o espírito encarnado entrar em oração, em harmonia para ter um excelente sono e, quando não consegue, deve procurar fazer leituras leves ou receber passes para que possa dormir tranqüilamente. (t)

<|Moderadora|> [09] <ferna> Para a doutrina espírita ,o que significariam os sonhos recorrentes, principalmente com pessoas e situações. Teríamos ligações anteriores com esses espíritos?

<Julio_Cesar> Como já respondi numa questão anterior, temos vínculos magnéticos com inúmeros espíritos que têm maior ou menor aproximação conosco. Alguns podem ter sido relações de vida passada, outros podem ser

decorrentes de conhecimentos desta vida. O importante não é identificar se é de outra vida ou desta. A questão fundamental é qual o teor deste vínculo afetivo?

Se for de inimizade, de medo, de vingança, etc., deve-se solicitar ao próprio coração uma reserva maior de compaixão para conseguir orar por eles. Se a relação for boa, deve-se, de alguma maneira, emitir pensamentos positivos para a manutenção dessa vinculação.

Então, a questão fundamental é "Diga-me com quem andas e dir-te-ei quem és." Esta palavra "andas" fala de vínculo e diz muito da sua maneira de ser no mundo, pela forma como faz os seus vínculos nesta vida. (t)

<Moderadora|> [10] <Guest69543> Desencarnar dormindo, em situação de tranqüilidade, sem sofrimento aparente, é um privilégio?

<Julio_Cesar> Não há privilégios. Desencarnar dormindo não significa situação de tranqüilidade, ou seja, sem sofrimento. Desencarnar dormindo tem a ver com o quadro provacional deste espírito, cujo alcance, muitas vezes, não temos condições de aferir, pois tem a ver com as questões de vida passada.

O espírito, por estar fora do corpo, ele sofre um choque tremendamente violento ao desencarnar. Posso citar o exemplo de um grande amigo, chamado Telêmaco, que participava do grupo "Spiritvs" com Carlos Torres Pastorino, Jorge Andréa e outros. Ele era um médico muito bom, tarefeiro do bem e estava dormindo num ônibus na Rodovia Rio-São Paulo, na altura de Resende, quando o veículo foi lançado de cima de um viaduto. Ele desencarnou e narrou, através de comunicação mediúnica, posteriormente, o choque imenso pelo rompimento do laço entre o espírito e o corpo enquanto dormia. Permaneceu durante muito tempo em recuperação no plano espiritual. Mais tarde, foram reveladas uma série de questões que revelavam a razão de ser do desencarne durante o sono, uma delas referia-se ao mérito do citado médico que, devido aos débitos do passado, poderia ter sofrido muito mais se em estado de vigília. (t)

<Moderadora|> [11] <FADA_> Porque, muitas vezes, ao acordamos, nos sentimos bem mais cansados do que quando deitamos para dormir?

<Julio_Cesar> O espírito se desdobra do corpo durante o sono, mas continua com as preocupações do dia-a-dia e, em muitas ocasiões, reencontra pessoas em ambientes que têm a ver com os conflitos desse dia-a-dia e continuam discutindo as questões difíceis que consumiram esta pessoa durante o dia.

O corpo se ressentir porque, afinal de contas, as angústias são originárias do espírito, o corpo só as decodifica. Não podemos afastar também a hipótese de que espíritos fascinadores e obsessores possam estar subtraindo energias deste encarnado que, ao sair do corpo, se submete às falácias do espírito inteligente e mau (obsessor). (t)

<Moderadora> A última questão: [12] <Leonardo_SP> Que livros o senhor recomenda sobre o assunto em pauta?

<Julio_Cesar> "O Livro dos Espíritos", cap. VIII, parte II; "Recordações da Mediunidade" - Yvonne Pereira; a série André Luiz; o livro "Nos Bastidores da Obsessão" - Manoel Philomeno de Miranda. (t)

Considerações Finais do Palestrante:

<Julio_Cesar> Somos espíritos imortais. A pátria espiritual é a verdadeira. Aqui na Terra temos uma cópia muito imperfeita. O que seria de nós, espíritos, se vivêssemos encarnados sem poder sonhar, sem poder voltar ao contato com o plano espiritual que, afinal de contas, é a matriz?

Por outro lado, é através do sono e do sonho que exercitamos a morte, que pode ser considerada a emancipação definitiva. (t)

Oração Final:

<Julio_Cesar> Jesus amado, Mestre, nesse instante elevamos o nosso pensamento e a nossa emoção, solicitando aos teus enviados que nos ajudem a todos nós, espíritos encarnados, nesta luta imensa da evolução. Assim como o sol todos os dias aparece em nossa existência, lembramo-nos de ti, neste instante, abrindo a janela das nossas sensibilidades para receber o contato salutar deste sol de sua sabedoria e do seu amor.

Ajuda-nos também a retirarmos as nuvens negras do pessimismo e a mantermos a nossa fé de que estás sempre aí nos ajudando como o sol por detrás das nuvens escuras.

Que os nossos governantes possam também receber o contato salutar dessa luz, assim como todos aqueles que estão vitimados na sociedade, nos bolsões de miséria, nos manicômios, nas prisões ou vergastados por doenças consideradas incuráveis, hanseníase ou a loucura.

É muito bom estar contigo, senhor, agora e sempre!