DATA DO SONHO

SOBRE O QUE FOI O SONHO?

ELEMENTOS

INTERIOR

INTERPRETAÇÃO/OS SEUS SENTIMENTOS

O QUE ACONTECE A SEGUIR?

FRAGMENTOS DO DIA

Abandonado

Como a sensação de rejeição, a sensação de abandono é uma das primeiras recordações profundas que temos enquanto seres humanos. Mostra-nos como vivemos a primeira separação da nossa mãe. A forma como a criança sente esta separação poderá traumatizá-la a tal ponto que, numa fase posterior da vida, a sensação de abandono e forte perda se torna recorrente em sonhos. Numa interpretação mais positiva, o soltar das amarras também sugere libertação — a necessidade de agir com desinibição.

Abelha/colmeia

A abelha simboliza imortalidade, renascimento e ordem. Como são criaturas que devem ser temidas, e também usadas, a presença de abelhas em sonhos pode ser ambivalente. Histórias tradicionais, como a história de contarmos os nossos problemas às abelhas, podem surgir em sonhos sem que consigamos perceber o seu significado. Diz-se que a colmeia representa uma comunidade organizada e, por conseguinte, a capacidade de absorver o caos.

Ser picado por uma abelha é um alerta para a possibilidade de sofrimento, mas também sugere penetração. Ser atacado por um enxame indica que estamos a criar uma situação que pode tornar-se incontrolável. Sonhar que estamos a cuidar de uma colmeia alerta-nos para a necessidade de uma boa gestão dos nossos recursos e torna-nos conscientes de que temos de trabalhar muito.

Abismo

Um abismo sugere que reconhecemos dentro de nós o chamado poço ou vazio sem fundo. Há um medo de perder o controlo, de uma perda de identidade ou de algum tipo de fracasso. Temos de correr um risco sem saber qual será o resultado. Numa interpretação mais positiva, representa a possibilidade de irmos além dos nossos limites ou experiência actual. O abismo também indica a aceitação de realidades opostas como certo e errado, bom e mau.

Aborto

O aborto sugere uma necessidade de nos libertarmos de alguma coisa que já não é necessária. Poderá significar a rejeição de uma convicção ou filosofia que nos incomoda. No sentido de um fim abrupto, o aborto também simboliza a interrupção súbita de um projecto muito querido. No sonho de uma mulher, aborto pode sugerir medo do parto.

Aborto espontâneo

Sonhar com um aborto espontâneo sugere que estamos conscientes de que alguma coisa está mal ou terminou demasiado depressa. No sonho de uma mulher, dependerá de ela efectivamente ter sofrido um aborto espontâneo, pois talvez não tenha dado a si mesma tempo suficiente para chorar a morte do filho. Sonhar com um aborto espontâneo também sugere perda de trabalho, de um projecto ou até de uma parte de nós. Temos de dar tempo a nós mesmos para nos adaptarmos.

Abrigo

Um abrigo de qualquer tipo significa protecção. Se estivermos a abrigar alguém em sonhos, protegemos uma parte de nós da dor ou da dificuldade. Se estivermos a ser abrigados, estamos conscientes de que há um poder protector nas nossas vidas.

Acidente

Sonhos que envolvem um acidente sugerem alguma coisa inesperada nas nossas vidas. Regra geral, são uma forma de nos avisar ou de fazer sobressair ansiedades relacionadas com segurança ou imprudência. Talvez tenhamos de estar atentos a uma falta de ponderação por parte de outras pessoas.

Acidentes e infracções de trânsito

Estão relacionados com sexualidade, com auto-imagem, ou com a forma como lidamos com agressão ou descuido, tanto em nós como noutras pessoas. Logo, uma colisão sugere um conflito com alguém. Raiva na estrada significa que não controlamos as nossas emoções. Evitar um acidente simboliza que conseguimos controlar os nossos impulsos.

Actor

Sonhar com um actor sugere que temos de nos responsabilizar pelas nossas acções e por quem somos. Em sonhos, executantes de diferentes áreas artísticas são uma projecção do tipo de pessoa que gostaríamos de ser. Podemos, por exemplo, ser tímidos e introvertidos na vida real, mas ter necessidade de ser admirados e amados por todos.

Açucena

A nível espiritual, a açucena é um símbolo de ressurreição e vida eterna. Por estar, para muita gente, associada a funerais, a açucena pode significar morte. Porém, também simboliza pureza (e, logo, virgindade), nobreza, graciosidade e outros aspectos da feminilidade.

Adicção

Todos temos a nossa adicção diária, seja álcool, exercício físico ou qualquer coisa sem a qual sentimos que não podemos passar.

Se sonharmos que somos viciados, é porque temos de reconhecer uma obsessão e temos de tomar medidas para a controlar. É necessária uma libertação, quer seja de uma substância, de uma pessoa ou de uma determinada situação. Se não tiver uma personalidade com tendência para adicções, talvez precise de reconhecer o desejo de encontrar prazer em alguma coisa. Medo da adicção sugere um medo de ser esmagado ou ultrapassado por alguém ou alguma coisa.

Adolescente

Sonhar que voltamos a ser adolescentes simboliza uma preocupação com o lado não desenvolvido e talvez imaturo da nossa personalidade. Sonhar com um adolescente do sexo oposto significa muitas vezes que temos de enfrentar uma recordação suprimida do nosso desenvolvimento. As emoções associadas à adolescência são muito primárias e poderosas e por vezes só é possível lidar com elas em sonhos. Sonhos sobre adolescência também significam conflito, talvez pelas liberdades dadas e tiradas pelos outros.

Adoração — *ver também* **Imagística religiosa**

Um acto de adoração é um reconhecimento do poder da crença. Ao sonhar que estamos a adorar uma ideia, uma pessoa, um conceito ou um objecto, estamo-nos a abrir à sua influência. Se não formos especialmente religiosos, mas estivermos no meio desse acto, podemos estar a tentar decidir qual a melhor forma de funcionar num grupo ou equipa.

Adorar um objecto que não é uma imagem religiosa sugere que estamos a prestar demasiada atenção ao que ele representa. Logo, podemos estar a dar demasiada importância a uma determinada área das nossas vidas. Por exemplo, somos demasiado materialistas ou estamos a prestar demasiada atenção ao sexo, etc.