



TABLA DE CONTENIDOS

Introducción	5
¿Siempre Soñamos?	6
Sigmund Freud y los Sueños	8
Carl Jung sobre los Sueños	11
Edgar Cayce y los sueños	12
Tipos de Sueños	13
Sueña Despierto	13
Sueños Lucidos	13
Pesadillas	14
Sueños Recurrentes	14
Los Sueños de Curación	14
Los Sueños Proféticos	15
Los sueños de Señales o Avisos	15
Los sueños Épicos	15
¿Por qué soñamos?	15
¿Por qué recuerda sus sueños?	16
¿Cómo puede recordar mejor sus sueños?	18
INTERPRETACIÓN DE TUS SUEÑOS	20
Las imágenes del sueño más Comunes	23
Se caen los dientes	23
Volar	24
Atrapado en una gran Tormenta	26
Estar Desnudo/a	26
Ser Perseguido	27
La Caída	28
Tomando un Examen o un Test	30
ANÁLISIS DE LOS SÍMBOLOS	31
Los Animales	36
Personas	32
Bebes o Embarazadas	32
Sexo	34
Serpientes	35
Fuego	36
Trenes	36
Conduciendo Su Auto	37
Ex Parejas	39
Engañar	40
Escuela	41

Casa	41
Ático	42
Baño	42
Cocina	42
Comedor	42
La Sala Principal o Living	43
Habitaciones	43
La Planta Alta	43
La Planta Baja	43
Revisión de la Casa	43
Pasillo	44
Colores	44
Negro	45
Azul	45
Marrón	45
Oro	45
Verde	46
Gris	46
Naranja	46
Rosa	46
Purpura	46
Rojo	47
Blanco	47
Amarillo	47
Muerte	48
Amor y Lujuria	49
Extranjeros o Extraterrestres	50
Ángeles	51
Niños	51
Gente Muerta	52
Accidentes	53
Pesadillas	54
Sueños Molestos	57
Conclusión	58

INTRODUCCIÓN

"Ayer por la noche, tuve el sueño más extraño!" ¿Cuántas conversaciones en su vida ha comenzado de esa manera?

La gente está fascinada con las películas que se reproducen en la cabeza durante el sueño. Algunos creen que los sueños pueden predecir el futuro. Otros dicen que los sueños representan la vida real. Sin embargo otros creen que los sueños son una manifestación de lo que queremos ser.

La interpretación de los sueños ha evolucionado a lo largo de los años a lo que algunos consideran una forma de arte. Pasamos un tercio de nuestra vida durmiendo. En el tiempo de vida promedio, seis años se dedicados a soñar. Eso es más de 2.100 días en un mundo diferente! Cada noche, soñamos un promedio de una a dos horas y por lo general tienen 4.7 sueños por noche.

Consideremos algunos de estos otros hechos acerca de los sueños y del sueño:

- Todo el mundo sueña. TODO EL MUNDO! Simplemente porque no te acuerdas de tu sueño no significa que no sueñas.
- Los sueños son indispensables. La falta de actividad del sueño puede significar deficiencia de proteínas, o de un trastorno de la personalidad.
- Los hombres tienden a soñar más sobre otros hombres, mientras que las mujeres sueñan igualmente acerca de hombres y mujeres.
- Las personas que están dejando de fumar tienen sueños más largos y más intensos.
- Los niños no sueñan sobre sí mismos. Ellos no aparecen en sus sueños hasta la edad de 3 o 4.

Las personas ciegas sueñan. Si las imágenes visuales que aparecen en su sueño dependen de si son ciegos de nacimiento o si quedaron ciegos durante su vida.

Pero la visión no es el único sentido que constituye un sueño. Sonidos, tacto, olfato y llegan a ser hipersensibles para los ciegos, y sus sueños se basan en estos sentidos.

El mundo de los sueños es fascinante, lleno de especulaciones, esperanza, y a veces hasta de miedo. Podemos despertar de un buen sueño, con una sensación refrescante

y esperanzadora. Por otro lado, podemos despertar de un mal sueño sintiéndonos tensos y preocupados.

Desde la interpretación Freudiana (Sigmund Freud) de los sueños, ha habido un reconocimiento de la importancia de los sueños. Pero incluso antes de que hubiera interpretaciones de los sueños.

La gente tenía ideas supersticiosas sobre los sueños - por ejemplo, "Algo va a suceder, porque me soné que iba a suceder."

Esto es un error común. Independientemente de lo que algunas personas podrían decir, si usted sueña que está cayendo, y no se despiertan antes de tocar el suelo en su sueño, usted no va a morir. Si sueña que alguien cercano a usted muere, eso no es un presagio para que le avise de su muerte. Los sueños no predicen el futuro.

Lo que los sueños pueden hacer es proporcionar un sentido de comprensión de nosotros mismos. Ellos nos pueden ayudar a hacer frente a situaciones de las que no estábamos seguros. Ellos nos pueden guiar en una dirección determinada cuando tenemos incertidumbre sobre una situación determinada. Simplemente, nos pueden dar una sensación general buena, como cuando soñamos con algo agradable.

El estado de sueño es un área experimental, que le da la oportunidad de explorar y expresar sus emociones sin las inhibiciones habituales que se pueden emplear en su vida de vigilia. Los sueños proporcionan un medio de expresión para esa parte suya, que conoce tanto de su historia, como de su potencial como ser espiritual.

De esta forma que el universo ofrece orientación sobre las relaciones, carreras, y los problemas de salud. A través de los sueños es posible encontrar respuestas a sus preguntas espirituales e incluso recibir el estímulo a un reto en su vida. Mientras que algunos sueños pueden permitirle liberar las emociones reprimidas en las actividades del día, otros pueden dar lugar a reflexiones profundas de una manera psicológica o espiritual.

Adquirir la capacidad de interpretar sus sueños es una herramienta poderosa. En el análisis de sus sueños, usted puede aprender acerca de sus secretos profundos y sentimientos ocultos. Nadie es un experto en interpretar mejor los sueños que uno mismo.

En este libro, vamos a ver los sueños como una ciencia, así como los diversos significados que pueden tener su contenido. Esto no pretende ser una guía de los sueños. Es simplemente un punto de partida para que usted pueda ver que "películas"

su subconsciente ha creado en la noche, y cómo se puede aplicar a su vida, y realizar el cambio si es necesario.

Recuerde que un sueño unifica al cuerpo, mente y espíritu. Que le proporciona visión de sí mismo, y es un medio para la auto-exploración. En la comprensión de sus sueños, usted tendrá una mejor comprensión y descubrimiento de su verdadero yo. Por lo tanto pase un rato para explorar, descubrir, divertirse y saber lo que está en tus sueños!

¿Siempre Soñamos?

Esto puede parecer una pregunta tonta, pero piense en el hombre primitivo. ¿La gente siempre ha soñado, incluso cuando el mundo alrededor de ellos era simple y mundano?

La respuesta es sí.

Si bien no podemos tener pruebas definitivas del paleo-hombre, podemos saber que ya en la época romana, los sueños sorprendentes y significativos se presentaron al Senado para su análisis e interpretación.

¿Qué hacía el hombre con estas imágenes extrañas que aparecieron durante el sueño?

Bueno, ellos hicieron lo que hacemos hoy en día - tratar de interpretarlas!

La interpretación de los sueños se remonta a 3000-4000 AC, donde se documentaron en tabletas de arcilla. Durante el tiempo que hemos sido capaces de comunicar nuestros sueños, nos han fascinado con ellos y tratar de entenderlos.

La gente en las sociedades primitivas era incapaz de distinguir entre el mundo de los sueños y la realidad. No sólo vio el mundo de los sueños como una extensión de la realidad, sino que el reino de los sueños era un mundo más poderoso.

De vuelta en la época griega y romana, los sueños se veían a menudo en un contexto religioso y mensajes de los dioses. Se construyeron Templos, en torno al poder de los sueños. Se creía que los enfermos que dormían en estos templos se curaban a través de sus sueños.

En Egipto, los sacerdotes también actuaban como intérpretes de sueños. Los egipcios registraron sus sueños en jeroglíficos. En particular las personas con sueños importantes creían que eran bendecidos, y se consideraban especiales. Las personas que tenían el poder de interpretar sueños se consideraban como divinamente dotados.

En la Biblia hay más de 700 menciones de sueños. Remonta a las culturas antiguas, la gente siempre ha tenido una inclinación a interpretar los sueños.

Los sueños eran vistos también como proféticos, y un presagio de los espíritus. La gente a menudo, veía sus sueños como signos de advertencia, o de algún asesoramiento de una deidad, de entre los muertos o incluso la obra de un demonio.

A veces se basaban en sus sueños para saber qué hacer o qué curso de acción tomar. Los sueños a menudo dictaban las acciones de los líderes políticos y militares. De hecho, en la Era Romana, intérpretes de sueños, incluso acompañado de los líderes militares en la batalla para ayudar.

Algunos intérpretes ayudaron a los hombres de la medicina en el diagnóstico. Los sueños ofrecían una pista vital para los sanadores, en la búsqueda de lo que estaba mal con el paciente.

Soñar se puede ver como un lugar, donde su espíritu y el alma, salen todas las noches para ir a pasear. Los chinos creían que el alma abandonaba el cuerpo para entrar en este mundo.

Sin embargo, si debían ser despertados de repente, su alma podía no volver al cuerpo. Por esta razón, algunos hoy en día China, se resisten a los despertadores.

Algunas tribus de nativos americanos y las civilizaciones mexicanas comparten esta misma idea de otra de una dimensión distinta sueño. Ellos creían que sus antepasados vivieron en sus sueños y asumir formas no humanas como las plantas. Ellos ven que los sueños como una manera de visitar y tener contacto con sus antepasados. Los sueños también ayudaron a punto de su misión o papel en la vida.

Durante la Edad Media, los sueños eran vistos como el mal y sus imágenes fueron las tentaciones del diablo. En el estado de sueño vulnerable, el diablo se cree para llenar la mente de los seres humanos con pensamientos venenosos. Él hizo el trabajo sucio, aunque los sueños de intentar engañar a los seres humanos por un camino equivocado.

En el siglo 19, se descartó que el efecto de los sueños fueran fruto de la ansiedad, un ruido familiar o incluso la indigestión. Por lo tanto, no había realmente ningún significado para ello.

Más tarde, en el siglo 19, Sigmund Freud revivió la importancia de los sueños y su significado y necesidad de interpretación. Revolucionó el estudio de los sueños.

Sigmund Freud y los Sueños:

Sigmund Freud llama en realidad, a los sueños el "camino real hacia el inconsciente".

Esa declaración probablemente seguirá siendo así en la psicología para siempre. El libro clásico de Freud, La interpretación de los sueños, contiene algunas de sus mejores trabajos.

Freud creía que, cada sueño es el cumplimiento de un deseo, y mantuvo esta teoría hasta el final, a pesar de que renunció a su idea inicial de que todos los sueños tienen un contenido sexual.

Para Freud, el concepto de cumplimiento de un deseo, no implica necesariamente que se busque un placer en cada sueño, porque no hay duda que una persona mentalmente sana, no desea soñar en ser castigada, a propósito.

Sin embargo, esta idea de un "deseo secreto" enmascarada por un sueño, sigue siendo central para el psicoanálisis freudiano clásico.

Freud dijo: "Los sueños no son comparables a los sonidos espontáneos hechos por un instrumento musical tocado por alguna fuerza externa, en vez de por la mano de un artista.

Esto no tiene sentido, absurdo, no implican que una parte de nuestras ideas duerma, mientras que otro comienza a despertar.

Se trata de un fenómeno psicológico completamente válido, en particular el cumplimiento de los deseos, ya que pueden ser clasificados como la continuidad del estado mentales de vigilia, que se construyen a través de una actividad intelectual altamente complicada".

No fue hasta que Freud, se dio cuenta que al permitirles a sus pacientes asociar, librar ideas, con lo primero que les venía a la mente, que realmente ellos experimentaban una liberación espontánea.

El mismo Freud sufrió ataques de ansiedad profunda, y en parte era esto lo que le llevó a explorar la relación entre la asociación de ideas y los sueños. En 1897 le escribió a su amigo Wilhelm Fliess:

"No importa con que empiece, siempre me encuentro de nuevo con la neurosis, en el aparato psíquico. Dentro de mí hay un fermento hirviente, y yo espero que vuelva a surgir.

Me he sentido impulsado a comenzar a escribir sobre los sueños, con lo que me siento en tierra firme. "

Este movimiento hacia los sueños, puede haber surgido al permitirle a los pacientes el hablar y explorar con las asociaciones que surgían - asociación libre -. Freud comenzó a tomar nota de sus propios sueños y explorar las asociaciones que despertaban.

Al hacerlo, fue la primera persona para explorar consciente y consistentemente un sueño en sus profundidades a través del descubrimiento, y después de las asociaciones obvias y ocultas, las emociones relacionadas con la imágenes de los sueños.

Investigadores de los sueños anteriores, obviamente, se habían dado cuenta de que las imágenes de los sueños se asociaban con problemas personales, pero Freud se abrió paso a ver la conexión con los sentimientos sexuales, con el trauma de la niñez temprana, y con las sutilezas de la psiquis humana.

El hizo esto, para hacer frente a su propia neurosis, y en este periodo dijo: " He pasado por algún tipo de experiencia neurótica, con estados de ánimo extraños, no comprensibles por la conciencia, con pensamientos nublados, y dudas veladas, con apenas algún rayo de luz por aquí y por allá"

Al utilizar los sueños para su auto-análisis, Freud descubrió que los detalles antes olvidados de su infancia fueron capturados junto con los sentimientos y estados de ánimo, como nunca había conocido antes.

Él escribió en este período, "Algunos secretos tristes de la vida se remontan a sus primeras raíces, el origen humilde de mucho orgullo y prioridad están al descubierto.

Ahora soy yo quien experimenta todas las cosas que he sido testigo pasando en mis pacientes, días en los que me escabullí en la depresión, porque no había comprendido nada de los sueños de ese día, ni de las fantasías, o del estado de ánimo. "

Sin esta experiencia poderosa y personal de trabajar con sus sueños, emociones y fantasías, que brotan del inconsciente, Freud no se habría creído con tanta pasión en sus teorías sobre los sueños y el inconsciente.

Por supuesto, como gran parte de las teorías de Freud, los sueños relacionados con el sexo. Uno de sus puntos de vista básicos de los sueños, es que el propósito de los sueños es que nos permiten satisfacer las fantasías de los impulsos instintivos que la sociedad juzga como inaceptables, tales como las prácticas sexuales.

Esto fue en parte la razón de la enorme oposición y la crítica que generó.

Durante el período de su vida temprana, los hombres sólo se creen que tienen grandes deseos sexuales. Cuando Freud demostró que los deseos sexuales reprimidos, son igualmente evidentes también en las mujeres, esto creó una conmoción social.

Quizás su segundo hallazgo en lo que respecta a la sexualidad lo sorprendió incluso a él. Durante su análisis de las pacientes mujeres, el avance o asalto sexual del padre de la mujer, era revelado a menudo.

Freud luchó con esto, preguntándose, si estos asaltos eran la memoria de un acontecimiento real, o una reproducción psíquica de la misma.

Con el tiempo llegó a la conclusión de que el comportamiento histérico y neurótico a veces, era devenido de un trauma causado por un asalto sexual temprana por los padres.

Donde no había evidencia de asalto físico, luego vio que la neurosis, podía se a causa del conflicto sexual o de un trauma causado por algún otro evento. Este conflicto se manifiesta a menudo a través de sueños.

Esto llevó a Freud a ser rechazado por sus colegas universitarios, colegas médicos, e incluso por los pacientes.

Otro experto en el campo de los sueños y la interpretación de los sueños fue Carl Jung.

Carl Jung sobre los sueños

Jung estudió bajo la tutela de Sigmund Freud. Sus puntos de vista diferentes sobre los sueños y las interpretaciones de los sueños llevaron a una ruptura permanente, que les llevó a ir por caminos separados.

Al igual que Freud, Jung creía en la existencia del inconsciente. Sin embargo, no vio al inconsciente instintivo animal, y sexual, lo vio como algo más espiritual.

Los sueños eran una forma de comunicación con el inconsciente. Los sueños no trataban de ocultar nuestros verdaderos sentimientos de la mente despierta, sino que eran una ventana a nuestro inconsciente.

Que servían para guiar el auto despertar a alcanzar su plenitud. Los sueños ofrecen una solución a un problema que nos enfrentamos en nuestra vida de vigilia.

Jung ve el ego como un sentido del yo, y de cómo nos representa en el mundo.

Parte de la teoría de Jung era que todas las cosas pueden ser vistos como opuestos en pares (es decir, bien / mal, hombre / mujer, o de amor / odio). Y por lo tanto trabajar en la oposición al ego, es la "lucha contra el ego", o lo que él denomina la sombra.

La sombra representa los aspectos rechazados de uno mismo que uno no quiere reconocer. Se considera un aspecto de si mismo que es algo más primitivo, inculto y torpe.

Él dijo, "Los sueños son la principal fuente de todo nuestro conocimiento sobre el simbolismo". Esto significa que los mensajes que recibe de sus sueños se expresan simbólicamente, y deben ser interpretados para encontrar su verdadero significado.

Jung dice que rara vez los símbolos en los sueños tienen un solo significado. Y en la interpretación de los mensajes en sus sueños, él sugiere ir con su primera corazonada, confiando en sus habilidades intuitivas, antes de aplicar métodos más racionales de la interpretación de los sueños.

Quizás uno de los teóricos del sueño más fascinantes podría ser Edgar Cayce. Hoy en día, lo llamaría un psíquico.

Cuando estaba vivo, él era una persona fascinante que, al parecer, podía hablar con los muertos, hacer predicciones sobre el futuro, y dar una idea de las áreas donde la persona normal no podría ir.

Edgar Cayce y los sueños

Cayce fue capaz de obtener casi una cantidad ilimitada de conocimiento en un número ilimitado de temas. Uno de estos temas son los sueños y la interpretación de sueños. Cayce era capaz de asombrar a la gente mediante la interpretación de sus sueños y darles conocimiento de su psique, la vida e incluso vidas pasadas. Cayce reveló que los sueños son en realidad los viajes en el mundo de los espíritus.

Edgar Cayce dijo una vez: "Los sueños, visiones, impresiones, en la entidad del estado de sueño, son las representaciones de las experiencias necesarias para el desarrollo, si la entidad las aplicaría en la vida física. Estas pueden ser tomadas como advertencias, como asesoramiento, condiciones que deben cumplirse, condiciones para ser vistas de una forma, lecciones, como verdades, que se presentan en diversas formas y maneras. "

Cayce creía que nuestros sueños cumplen varias funciones. Sueños somáticos - sueños refiriéndose al cuerpo - son muy importantes para tener en cuenta. Muy a menudo los sueños ofrecen soluciones a los problemas de salud. Por ejemplo, un hombre estaba plagado de alergias a los alimentos durante muchos años, pero fue incapaz de encontrar la fuente de su malestar. Entonces, una noche se fue a dormir y soñó con una lata de café. Dejó de beber café y desaparecieron los síntomas.

Cayce también, creía que los amigos fallecidos y miembros de la familia de vez en cuando nos visitan en nuestro estado de sueño. Estos hechos pueden ofrecer una comunicación directa con aquellas personas, y nos permite resolver nuestros sentimientos acerca de su muerte.

Durante el estado de sueño, y la experiencia de los diferentes niveles de conciencia, se recibe información de los diferentes ámbitos del mundo de los espíritus. A través de los sueños, se tiene un acceso especial a nuestro espíritu interior. De acuerdo con las lecturas de Cayce, no hay pregunta que no puede responderse desde lo más profundo de nuestra conciencia interior cuando la sintonía adecuada se realiza.

Un sueño puede ser de naturaleza física, mental o espiritual, y puede hacer frente a todo tipo de manifestaciones psíquicas. Estos incluyen la telepatía, la clarividencia, visiones proféticas, viajes del cuerpo, el recuerdo de vidas pasadas, la comunicación

con seres de otros reinos incluyendo amigos y familiares fallecidos, los guías espirituales, ángeles, Cristo, e incluso la voz de Dios.

Los sueños también pueden proporcionar información muy valiosa sobre el estado de la masa.

Cayce sentía que no existe una dimensión de la vida humana, ya sea social, económica, emocional o físico, mental o espiritual con la que el sueño no se pueda tratar. Los sueños pueden alentar o amonestar, instruir o engañar, seducir o inspirar, guiar o confundir.

El potencial de una inmensa gama de experiencias en la conciencia siempre está ahí. Lo que en realidad, recibe depende de nuestras actitudes, motivaciones, la medida de nuestra sintonía, y la medida en la atención que relacionen los primeros sueños, con las experiencias de vigilia.

El mundo de los sueños es un lugar extraño y fascinante! Hay diferentes tipos de sueños. Echemos un vistazo a los de la próxima sección.

TIPOS DE SUEÑOS

Sueña despierto

Los estudios demuestran que todos tenemos la tendencia a fantasear un promedio de 70 a 120 minutos al día. Soñar despierto es clasificado como un nivel de conciencia entre el sueño y la vigilia. Se produce durante las horas de vigilia, cuando dejamos que nuestra imaginación nos lleve lejos. Como nuestra mente comienza a vagar y nuestro nivel de conciencia disminuye, nos perdemos en nuestro escenario imaginado y la fantasía.

Sueños Lúcidos

Los sueños lúcidos se producen cuando se da cuenta de que estás soñando. "Espera un segundo. Esto es sólo un sueño!" La mayoría de los soñadores se despiertan una vez, y se dan cuenta que solo estaban soñando. Otros soñadores han cultivado la habilidad de permanecer en el estado de lucidez de los sueños. Se convierten en un

participante activo en sus propios sueños, toman decisiones en sus sueños e influyen en el resultado del sueño sin despertar.

Pesadillas

Una pesadilla es un sueño perturbador que provoca que el soñador se despierte sintiéndose ansioso y asustado. Las pesadillas pueden ser una respuesta al trauma y situaciones de la vida real. Este tipo de pesadilla pertenece a una categoría especial llamada post-traumático de estrés Pesadilla (PSN).

Las pesadillas pueden también ocurrir porque hemos ignorado o negado aceptar una situación de vida particular. La investigación muestra que la mayoría de las personas que tienen pesadillas regulares han tenido una historia familiar de problemas psiquiátricos, las malas experiencias de drogas, personas que han contemplado el suicidio, y / o relaciones traumáticas.

Las pesadillas son un indicio de un miedo que necesita ser reconocido y confrontado. Es una manera para que nuestro subconsciente "Preste atención!". Vamos a tener más adelante en el libro acerca de las pesadillas y los pasos que puede tomar para superarlos.

Sueños recurrentes

Los sueños recurrentes se repiten con poca variación en la historia. Estos sueños pueden ser positivos, pero más a menudo son de pesadillas. Los sueños pueden repetirse porque un conflicto representado en el sueño sigue sin resolverse o se ignora. Una vez que haya encontrado una solución al problema, sus sueños recurrentes cesarán.

Los sueños de curación

No tienes que interpretar tus sueños con el fin de resolver tus problemas. Pero así como existe el dicho de que "la muerte el tabaquismo cura," podrías encontrar que al entender tus sueños puedes ayudarte a ti mismo, a resolver algunos problemas antes de que estos sucedan o sean mayores.

Tienes que tener en cuenta que el significado de los sueños no es literal, sino metafórico. O sea que si sueñas que estás enfermo, nada tiene que ver de que eso está pasando dentro de ti, por supuesto que no.

Pero tal vez si interpretas tú sueño y descubres que cuando sonabas que estabas enfermo y recuerdas algún detalle como que, mientras estabas enfermo sentías miedo que te ibas a morir, lo que significa tus sueños es que tal vez tengas miedo al cambio.

Los sueños proféticos

Los sueños proféticos también se conocen como precognición o sueños psíquicos, Son sueños que parecen predecir el futuro. Una teoría racional para explicar este fenómeno es que nuestra mente es capaz de soñar juntando fragmentos de información, y observaciones que normalmente se pasan por alto o que no consideramos seriamente.

En otras palabras, nuestra mente inconsciente sabe lo que viene antes de conscientemente reconstruir la misma información.

Los sueños de Señales o Avisos

Los sueños de señales o avisos, ayudan a resolver problemas o tomar decisiones en su vida de vigilia.

Los sueños Épicos

Los sueños épicos (o grandes sueños) son tan grandes, tan convincentes, y tan vivos que no se puede ignorar. Los detalles de esos sueños permanecen con usted durante años, como si los soñó la noche anterior.

Estos sueños tienen mucha belleza y contienen muchos arquetípica simbología. Cuando se despierte de un sueño, te sientes que has descubierto algo profundo o sorprendente sobre ti mismo o sobre el mundo. Se siente como una experiencia que cambia la vida.

Usted podría preguntarse qué es exactamente lo que está pasando en tu cabeza cuando sueño.

¿Por qué soñamos?

El cerebro recibe estímulos de muchas fuentes diferentes durante todo el día. Hay demasiados estímulos para que sean procesados. La mente da prioridad a los estímulos y te hace ser consciente de que necesitan atención inmediata (el bebé que

llora, el coche fuera de control, solicitud de su jefe, etc.), y tu actúas en ante estos estímulos.

Los estímulos que no son conscientes son, sin embargo señal para el cerebro, pero en un nivel subconsciente (el goteo del grifo del agua del baño, el comentario de un compañero de trabajo mientras estaba en el teléfono, etc.)

Además, sientes emociones durante todo el día. Algunas te hacen responder instantáneamente, y actuar (es decir gracias y sonreír cuando te saludan, por ejemplo.) Algunas que reprimimos o no te dejan para actuar (un puñetazo a tu jefe en la nariz cuando te dice que el informe que has trabajado durante una semana ya no es necesario.)

Las experiencias traumáticas o demasiado dolorosas que ocurren, se tienden a negar y enviarlas profundamente a Tu subconsciente (represión.)

Además de todas estas emociones y estímulos que el cerebro tiene que procesar cada día, se ocupa de mantener el funcionamiento de tu cuerpo, que recuerdes nombres y caras, te permite hablar y caminar, mascar chicle (a veces todos al mismo tiempo), y realiza muchas otras actividades que ni tomamos en cuenta conscientemente.

Usted debe admitir - que es mucho por hacer. Por la noche, cuando su cuerpo debe descansar, la mente sigue trabajando. Cuando ya no se llama a escribir cartas y hacer las compras del supermercado, el cerebro se concentra en el procesamiento de todos los estímulos subconscientes y las emociones (sin dejar de mantener la temperatura corporal y la respiración, etc.)

Es por eso que sueña. Sólo que no se despierta para recibir las señales a un nivel consciente - no se puede escuchar o ver o tocar (en un nivel consciente), mientras usted está durmiendo. El cerebro tiene que recurrir a otros medios para obtener las señales a través de su mente consciente. Es por eso que se sueña de manera que lo hacemos.

La mente usa todo a lo que ha estado expuesto, para hacer llegar el mensaje. En pocas palabras, el sueño es la forma en la mente de procesamiento de todos los estímulos y emociones que ha recibido o reprimido durante el día.

Si no le da sentido a sus sueños, se está perdiendo de un sinnúmero de oportunidades para aprender acerca de sí mismo y aprovechar su vida al máximo.

A pesar de que lo hemos tratado antes, vale la pena repetirlo. ¿Por qué debería tratar de recordar sus sueños?

¿Por qué recordar sus sueños?

Cuando su mente sueña tiene acceso a la información que no está fácilmente disponible para usted cuando está despierto. Sus sueños pueden revelar sus secretos, deseos y sentimientos subconscientes.

Al recordar sus sueños, tendrá un mayor conocimiento sobre sí mismo, logrará la auto-conciencia y auto-curación. Los sueños son una extensión de cómo se percibe a sí mismo. Ellos pueden ser una fuente de inspiración, sabiduría y alegría.

Usted no tiene que interpretar sus sueños con el fin de resolver sus problemas. Pero así como existe el dicho de que "la muerte el tabaquismo cura," usted podría encontrar que la escucha de sus sueños puede ayudar a resolver algunos problemas antes de que estos sucedan o sean mayores.

Los sueños son siempre "verdaderos": lo que quieren decir no siempre es lo que pensamos que quieren decir. A veces un sueño le da una advertencia de peligro, pero si usted presta atención a esos sueños, y tiene más cuidado, el peligro no va a ocurrir necesariamente.

El significado de un sueño es metafórico, no literal.

Por ejemplo, una mujer puede soñar que su marido tiene una aventura sexual, pero sería un error concluir que su marido tiene realmente una aventura. El sueño simplemente proporcionar la evidencia gráfica de que la mujer que de alguna manera se siente traicionada por su marido.

Una vez que se reconoce ese sentimiento, entonces ella puede empezar a examinar su vida consciente y honestamente, para averiguar por qué se siente traicionada y lo que tiene que hacer al respecto.

Todos los sueños en esencia nos dicen una cosa importante: "¡Despierta!", Es decir, del mismo modo que debe despertar de un sueño que recuerde, el sueño en sí mismo le dice "despierta" a la verdad que se intenta ocultar en ti mismo.

Por supuesto, existe una relación positiva, así como un aspecto negativo en la memoria y la interpretación de sus sueños.

El lado negativo es que esto puede venir a través de una parte de si mismo que realmente no les gusta o tienen miedo de conocer.

Usted puede descubrir que su infancia no fue todo helado, patinar y parques de atracciones. Usted puede terminar dando a luz los lugares oscuros y secretos, recuerdos siempre reprimidos. Esto puede ser cosas de miedo.

El lado positivo es que usted pasará por una metamorfosis o catarsis, y llegará a ser - usted. Verdaderamente.

Se convierte en el "Usted", en el/la que siempre quiso ser. Usted será, más fiel a si mismo y por lo tanto, usted encontrará que es más feliz.

Aprender a recordar sus sueños puede ayudarlo a ser una persona más creativa. Al recordar sus sueños, usted está expresando y enfrentando sus sentimientos. Recordar sus sueños puede ayudar a llegar a un acuerdo con los aspectos estresantes de su vida.

Pero esto puede ser más fácil decirlo que hacerlo. Cinco minutos después del final del sueño, la mitad del contenido se ha olvidado. Después de diez minutos, el 90% se pierde.

Soñadores, que se despiertan después del sueño REM, son capaces de recordar sus sueños más vivamente que aquellos que duermen por la noche hasta la mañana.

Obviamente, recordar sus sueños es de vital importancia para la interpretación. Así que,

¿Cómo puede recordar mejor sus sueños?

Al iniciar los pasos hacia la interpretación de sus sueños, muchas personas encuentran que es útil llevar un cuaderno - un diario de sueños, si se quiere - al lado de su cama con una pluma o un lápiz. Apenas se despierte, comience su diario.

Escriba su sueño tan pronto como lo recuerde. Anote todo lo que recuerde, aunque no tenga sentido. Muy a menudo, las partes que no tienen sentido o están fuera de lugar son los más valiosos.

Cada detalle, incluso el más mínimo elemento en su sueño es importante y debe ser considerado en el análisis de sus sueños.

Mira de cerca a los personajes, animales, objetos, lugares, emociones, e incluso el color y los números que se representan en sus sueños.

Pregúntese: "¿Qué me recuerda esto?" Escriba lo primero que viene a su mente. Esta será probablemente la situación real en su vida que se simboliza en el sueño.

¿Qué es lo que la vida real, te hacen sentir? Si este es el mismo sentimiento representada en su sueño, está en el camino correcto.

A menudo, cuando hay más de una parte de su sueño (más de una línea de la historia), que generalmente significa que hay dos cosas que su subconsciente está tratando de decirle.

Recuerde que tenemos entre cuatro y siete sueños por noche. Si usted se despierta de un sueño, anótelos. No se dé la vuelta para volver a dormir. Si no lo escribe, nunca lo recordará en la mañana! Por lo menos, se puede anotar la premisa básica del sueño y volver por la mañana para completar el resto de los detalles como los sentimientos, etc

Sugiera a sí mismo todas las noches mientras se duerme, "voy a recordar mis sueños". Diga esto una y otra vez. Su subconsciente actuará sobre esta sugerencia sutil. Practique la observación aguda en sus sueños a través de auto-sugestión antes de dormir. Cuando se enfrenta un problema, es posible que desee preguntar por la oración de orientación para ser enviado a usted a través de sus sueños.

Confíe en sus instintos! Si algo le parece importante, probablemente lo es. Así que tienes tus sueños en un papel. ¿A dónde vas ahora? El siguiente paso sería la interpretación.

INTERPRETACIÓN DE TUS SUEÑOS

La interpretación de sus sueños puede ser muy divertida. Como hemos dicho, también le puede dar información valiosa. Los sueños son como mensajes codificados de tu mente inconsciente. Al decodificar, tendrá acceso a una gran cantidad de sabiduría intuitiva.

Recuerda que sólo usted puede interpretar sus sueños. O un terapeuta.

Muchas personas han publicado "diccionarios de sueños" que describen lo que cada parte del sueño simboliza. En realidad, el mismo sueño puede tener significados infinitos, dependiendo de la persona que lo soñó. Lo importante es, ¿qué significa para usted?

Interpretación de los sueños no es algo que se puede recoger y convertirse en un experto. Se necesita tiempo y práctica. En primer lugar, mantener las cosas en cuenta lo siguiente:

- Los sueños son la reacción del ser interior a la actividad durante el día y, a menudo muestran el camino para salir del dilema. Así que ellos se refieren a la actividad actual, y a veces también a hechos retrospectivos.
- Observe cuidadosamente los sueños recurrentes. Estos a menudo ilustran los logros o fracasos.
- Ser práctico en sus interpretaciones. Siempre busque primero una lección. ¿Qué ha negado enfrentar, o que ha ignorado?
- Los sueños vienen a guiar y ayudar, no para que divertirse. Ellos dirigen su atención a los errores de omisión, y le dan coraje para que se enfoque en lo correcto. También nos dan la oportunidad de orar por los demás y ayudarles a llevar sus cargas.
- Busque las experiencias de vidas pasadas en sus sueños. Estas se manifiestan no sólo en el color, pero en el vestuario adecuado y en el periodo de tiempo q están ocurriendo. Ellos vienen a advertirlo, para no repetir los mismos viejos errores, para explicar su relación y las reacciones a determinadas personas y lugares, para reducir la confusión, para que pueda entender mejor la vida.

- Los sueños que no se han modificado a través de los años, indican la resistencia del que sueña al cambio.

La dificultad más tiene la gente, con la interpretación de sus sueños es que no son suficientemente objetivos. Su familiaridad con las personas y lugares en sus sueños oscurece el significado de los sueños. Los expertos han llegado con la formula "Yo soy y lo que necesito", diseñada para superar esto. Así es como funciona.

Una vez que tenga su sueño escrito en papel, tenga dos bolígrafos de colores diferentes.

Utilizando un color, subraye cada palabra o frase negativa en el sueño lo que indica la limitación, la falta de respeto, de contención, para evitar daños.

Usando el otro color, subraye cada palabra o frase positiva. Ahora haga dos listas.

Lista de las palabras negativas y frases en una columna titulada *Yo Soy*.

Lista de las palabras y frases positivas en una columna titulada *NECESITO*.

Usted está casi listo para interpretar su sueño.

Determine el tema del sueño. El lugar donde se lleva a cabo, el sueño es uno de los mejores métodos para hacerlo. Cuando haya determinado el tema, tome cada una de las frases o palabras de la lista *YO SOY*, columna y encajarlos en la siguiente frase.

Cuando se trata de mi (tema) Yo soy (frase o palabra clave)

Cambie la frase o palabra clave para forzar un poco la frase y que tenga sentido.

Este ejercicio le dice cómo se siente, o cómo reacciona con ese tema del sueño. Cuando usted ha hecho esto a través de la lectura "*YO NECESITO*", conocerá lo que debe hacer para corregir el problema.

Para obtener el significado poner cada una de las frases o palabras en la oración,

Quando se trata de mi (objeto) yo necesito (frase o palabra clave)

Tomemos un ejemplo. Usando la frase "La mujer muerta estaba en el piso, fría y dura".

Las palabras clave negativas: muerta, fría y dura.

Las mujeres, en los sueños, pueden representar las emociones por lo que en este caso, las oraciones podrían quedar así:

Cuando se trata de mis emociones estoy muerto.

Cuando se trata de mis emociones tengo frío.

Cuando se trata de mis emociones me siento tensa, dura.

El significado es obvio. Con el análisis de una sola frase de un sueño hemos aprendido mucho sobre el soñador.

Usando esta técnica, ahora tiene toda la información que necesita para empezar la interpretación de sus sueños. Sin embargo, se necesita práctica para poder aplicar lo que ha aprendido. Sea paciente con sus esfuerzos.

No todas las interpretaciones de los sueños son “cara y seca”, o sea determinantes, pero es una manera de mantener la objetividad cuando se analiza lo que significan sus sueños, y la mejor forma de poner los mensajes que están transmitiendo a buen uso en su vida.

Tenga en cuenta que la mayoría de los sueños * NO * son premonitorios, y una vez que uno aprende la sutil diferencia entre un sueño pre cognitivo frente a un sueño regular, será fácilmente discernir el significado de ellos.

La primera cosa que todo el mundo debería tener en cuenta es la típica simbología universal de las imágenes del sueño.

Por ejemplo, la muerte simboliza el final de algo que está listo para el cambio, y un nuevo comienzo. La mayoría de la gente se resiste a los cambios, y ve cualquier cambio inminente en su vida como algo premonitorio y con miedo.

Los Sueños de muerte son por lo general el cambio.

Los símbolos y lo que representan, es la parte más fascinante de la interpretación de los sueños. Hay literalmente cientos de ellos. No tenemos el espacio para abordar todos ellos, pero vamos a tocar algunos de los temas más recurrentes en los sueños, así como los símbolos de los sueños y lo que significan.

Las imágenes del sueño más Comunes

Una cosa muy importante a tener en cuenta es la interpretación de los símbolos en el contexto del sueño, en lugar de pieza por pieza, que dejan demasiado margen para el error.

Hay miles de símbolos, y depende del contexto de su propio sueño personal en cuanto a lo que significa todo esto para usted.

Mírelo de esta manera... un sueño es como un rompecabezas, y aunque hay varias piezas, será rápidamente reconstruido debido a que es su sueño. El rompecabezas, no está completo hasta que todas las piezas se colocan juntas, poco a poco.

Entonces usted tiene el cuadro completo ... hasta entonces, sólo tendrá imágenes inconexas que no suman nada coherente, y aun será todo confuso.

Así que por favor recuerde esto, y trate poco a poco de analizar su sueño ... tiene que ser totalmente interpretado, o lo más probable se equivoque en la interpretación.

Echemos un vistazo a algunas de las imágenes de los sueños más comunes y lo que podrían significar.

Se caen los dientes

Esta es probablemente la imagen del sueño más frecuente que la gente informa. Es preocupante porque afecta a la vanidad y la apariencia personal - pero sólo en el sueño!

Un sueño sobre los dientes cayendo por lo general es símbolo de que el soñador tiene un vergüenza de que su voz no sea escuchada o que no sean tomadas en cuenta.

Esto puede referirse a sus conversaciones con una persona en particular como su jefe, o un amigo. Esto también puede pasarle a personas que son tímidas.

El soñador tiene que poner al día las habilidades de conversación, cree en el valor de su propia opinión, y aprender a ser menos intimidado por personas agresivas, tener una actitud más firme y hacer oír su voz.

Una vez que lo hace, este sueño (que es un sueño recurrente común) debe evolucionar y mostrar una mejora ... o desaparecer por completo.

Otra teoría es que los sueños de los dientes reflejan su ansiedad acerca de su apariencia y cómo otros lo perciben. Lamentablemente, vivimos en un mundo en el que verse bien es muy valorado, y los dientes juegan un papel importante en la transmisión de esa imagen.

Los dientes se utilizan en el juego de coqueteo, si se trata de una sonrisa deslumbrante y brillante o cariñoso besuqueo.

Estos sueños pueden provenir de un miedo a la impotencia sexual o las consecuencias de envejecer. Los dientes son una característica importante de nuestro atractivo y la presentación a los demás. Todo el mundo se preocupa por la forma en que ven los demás. La preocupación por nuestra apariencia es natural y saludable.

Hay interpretaciones culturales de este tipo de sueño también. Una interpretación de las escrituras de dientes en mal estado o la caída indica que usted está poniendo su fe, confianza y creencia en lo que el hombre piensa más que en la palabra de Dios.

En la cultura griega, cuando sueñas con dientes flojos, podridos, indica que un familiar o amigo está muy enfermo o incluso la muerte cerca.

De acuerdo con los chinos, hay un dicho que sus dientes se caerán si usted está diciendo mentiras.

También se ha dicho que si en el sueño de los dientes se caen, entonces, simboliza dinero. Esto se basa en la historia del hada de los dientes o el ratón Pérez. Si usted pierde un diente, y lo deja bajo la almohada, un hada de los dientes le dejara dinero.

VOLAR

Los sueños de volar por lo general representan la libertad del cuerpo físico, pero en lugar de utilizar nuestro cuerpo físico, utilizamos nuestro cuerpo mental y espiritual.

Es una de las primeras cosas que intentamos hacer cuando ganamos el control de los sueños, y comenzamos a tener sueños lúcidos.

Todo el mundo parece tener una inclinación natural a querer volar, a menos que tenga miedo a volar debido a un incidente aterrador de su vida de vigilia.

Volar = libertad, ya sea un deseo de libertad, un "escape" de las restricciones en su vida física (como unas mini-vacaciones para la mente) o cualquier número de posibilidades.

¿Qué estaba haciendo en su sueño, además de volar? ¿Cómo lo hacía sentir? Además, el tipo de vuelo aquí es la persona que viaja por su cuenta sin un avión o aviones.

Eso sería un símbolo diferente tratar con la conciencia espiritual, entre otras cosas.

Sueños de volar caen bajo la categoría de los sueños, donde se da cuenta de que está soñando, conocido como el sueño lúcido. Muchos soñadores han descrito la capacidad de volar en sus sueños como una alegre estimulante, y la experiencia liberadora.

Si usted está volando con facilidad y disfrutando de la escena y el paisaje por debajo, entonces se sugiere que usted está en la parte superior de una situación.

Se han elevado por encima de algo. También puede significar que usted ha ganado una perspectiva diferente sobre las cosas. Los sueños de vuelo y la capacidad de controlar su vuelo es representativo de su propio sentido de poder personal.

Teniendo dificultades para mantenerse en vuelo indica una falta de poder en el control de sus propias circunstancias.

Usted puede estar luchando por mantenerse en el aire y mantener el rumbo. Cosas como las líneas eléctricas, árboles o montañas más puede obstaculizar su vuelo. Estas barreras representan un obstáculo o persona en particular, que está de pie en su camino en su vida de vigilia.

Es necesario identificar quién o qué está impidiendo que se mueva hacia adelante.

Si usted siente miedo cuando está volando o usted siente que está volando demasiado alto entonces se sugiere que usted tiene miedo de desafíos, o al éxito.

En realidad, no tenemos la capacidad de volar. Así, estos sueños pueden representar lo que está más allá de nuestras limitaciones físicas.

Otra forma de interpretar los sueños de vuelo es que estos sueños simbolizan la mente fuerte y la voluntad. Se siente invencible y nadie puede decirle lo que usted no puede hacer y lograr. Sin duda esos sueños tienen un gran sentido de la libertad.

ATRAPADO EN UNA GRAN TORMENTA

Este símbolo indica confusión emocional, como en un "torbellino de emociones", y / o cambios rápidos o súbitos en su vida.

Es un signo de "Levántese y Tome el control" en lo que, posiblemente, este fuera de control y tratar más eficazmente con sus emociones.

La meditación y la búsqueda de algunos momentos privados, "tiempo para pensar" por sí mismo, sería una buena idea.

ESTAR DESNUDO/A

Soñar que usted está totalmente o parcialmente desnudos es muy común. La desnudez simboliza una variedad de cosas en función de su situación de vida real.

Cada vez mortificado por la conciencia de que está caminando desnudo en público es a menudo un reflejo de su vulnerabilidad o vergüenza.

Usted puede estar ocultando algo, o tiene miedo a los demás, sin embargo puede ver a través de usted.

Metafóricamente ropa es una forma de encubrimiento. Con la ropa, puede ocultar su identidad o ser otra persona. Pero sin ellos, todo está saliendo para que todos lo vean. Que se quedan sin defensas.

El sueño puede decir que usted está tratando de ser algo que realmente no lo es. O que tienen miedo de ser ridiculizado y humillado. Si usted está en una relación nueva, usted puede tener algunos temores o temor a revelar sus verdaderos sentimientos.

También simboliza estar atrapado con la guardia baja. Encontrarse desnudo en el trabajo o en un aula, sugiere que no está preparado para un proyecto en el trabajo o la escuela.

Usted puede estar mal informado para tomar una decisión bien formada. Con todos los ojos en usted, usted tiene el temor de que algún hecho ante la opinión pública. Tienes miedo de que la gente verá a través de su verdadero yo, y que será expuesto como un fraude o un farsante.

Muchas veces, cuando se da cuenta que está desnudo en su sueño, nadie parece darse cuenta. Todos los demás en el sueño se dedican a sus negocios, sin dar un segundo vistazo a tu desnudez.

Esto implica que sus temores son infundados, nadie se dará cuenta, excepto usted. Es posible que magnifique la situación y este haciendo un problema de la nada. Por otro lado, estos sueños pueden significar su deseo (o fracaso) de llamar la atención.

En un pequeño porcentaje puede significar que se siente orgulloso de su desnudez, y no muestra ninguna vergüenza o pena, entonces, simboliza la libertad sin restricciones. No tiene nada que ocultar y estamos orgullosos de lo que somos.

El sueño es acerca de un nuevo sentido de honestidad, transparencia, y una naturaleza despreocupada.

SER PERSEGUIDO

Estos sueños a menudo surgen de los sentimientos de ansiedad en su vida.

La forma de responder a la ansiedad y la presión en la vida real se manifiesta típicamente como un sueño de persecución. Correr es una respuesta instintiva a las amenazas físicas en el medio ambiente.

A menudo, en estos escenarios del sueño, está siendo perseguido por algún atacante, que quiere hacer daño o, posiblemente, te matan. Usted está huyendo, ocultándose, o tratando de burlar a su perseguidor.

Sueños de persecución podrían representar a su manera de lidiar con los temores, el estrés o las diversas situaciones en su vida de vigilia. En lugar de enfrentar la situación,

que están huyendo y evitarlas. Pregúntese a usted mismo que es el que lo persigue, y podrá ganar un poco de comprensión y conocimiento sobre el origen de sus miedos y presiones.

El perseguidor o intruso que lo persigue en sus sueños también pueden representar una parte de sí mismos. Sus propios sentimientos de ira, los celos, el miedo y el amor, posiblemente, pueden suponer la aparición de la figura amenazante.

Usted puede estar proyectando estos sentimientos en el cazador desconocido. La próxima vez que tengo un sueño de persecución, de la vuelta y enfrentarse a su perseguidor. Pregúntele por qué se le está persiguiendo.

Uno puede ser consumido por su propia ira, los celos, el amor, o el comportamiento autodestructivo. Por ejemplo, es posible que beber demasiado o exhibir hostilidad abierta hacia los demás a su alrededor.

Que inconscientemente pueden estar amenazado por estas acciones que han sido poner en peligro sus relaciones y / o carrera. Sus sueños son una forma de llamar la atención sobre estas acciones auto-destructivas.

Un análisis más directo de los sueños de persecución es el temor a ser atacados. Tales sueños son más comunes entre las mujeres que los hombres, que pueden sentirse físicamente vulnerables en el entorno urbano. Estos sueños son inspirados por el temor a la violencia y asalto sexual en el que estamos más expuestos a los medios de comunicación. La violencia que los medios representan aumenta nuestros temores.

LA CAÍDA

La caída es otro tema que es bastante común en el mundo de los sueños. Como hemos dicho antes, al contrario de un mito popular, que en realidad no va a morir si no se despierta antes de chocar con el suelo durante una caída.

Como con la mayoría de los temas de sueños comunes, la caída es un

indicio de inseguridad, inestabilidad y ansiedad. Se siente abrumado y fuera de control en una situación en su vida de vigilia.

Esto puede reflejar la manera en que siente en su relación o en su entorno de trabajo. Usted ha perdido su punto de apoyo, que con tantas actividades en su día, teme no terminar todo lo que tiene pendiente

Si cuando usted se cae en el sueño, se siente más o menos que no puede revertir ese movimiento en bajada, y que no tiene ningún tipo de control. Puede ser que en su vida real, este perdiendo el control, en alguna situación.

La caída a menudo refleja un sentimiento de fracaso o inferioridad en alguna circunstancia o situación. Puede ser el miedo a fracasar en su trabajo / escuela, o el fracaso en el amor.

Si siente vergüenza o falta de orgullo. Puede significar que se sientes incapaz de mantener al nivel que usted desea.

Según la teoría freudiana, los sueños de caída indican que usted está contemplando dar a un paso en su vida sexual.

La caída en los sueños ocurre típicamente durante la primera etapa del sueño.

Sueños en esta etapa son a menudo acompañados de espasmos musculares en los brazos, las piernas y todo el cuerpo, o contracciones repentinas.

A veces, cuando tenemos esos sueños de caídas, sentimos que nuestro todo el cuerpo está contraído y el reflejo instantáneo es despertarse.

Se cree que esta acción de despertarse es parte de un mecanismo de excitación de cuerpo, que ocasiona rápidamente como un alerta que permite despertarnos.

De acuerdo a las interpretaciones bíblicas, los sueños de caídas, tiene un matiz negativo y sugieren que el hombre actúa y camina de acuerdo a su propia manera de pensar y no los del Señor.

TOMANDO UN EXAMEN O TEST

Soñar que está tomando un examen indica que está siendo puesto a prueba, o siendo objeto de estudio de alguna manera.

Estos sueños revelan sus sentimientos de ansiedad y agitación. Usted puede encontrar que usted no puede contestar alguna de las preguntas de la prueba o que la prueba está en algún idioma extranjero.

Se acaba el tiempo y se encuentra con que no se puede realizar el examen a tiempo permitido? ¿O tarde para el examen? ¿Su lápiz se sigue rompiendo durante el examen?

Estos factores contribuyen a que usted no la está superando.

Estos sueños suelen tener que ver con la autoestima o la falta de confianza. Le preocupa que usted no esté haciendo el grado y la medición de las expectativas de los demás hacia usted.

Usted también puede experimentar el temor de no ser aceptado, no estar preparado, o no ser lo suficientemente bueno. Usted se siente nervioso, inseguro y tiende a creer lo peor de ti mismo.

Estos sueños también sugieren que es posible que no se sienten preparado para un desafío. En raras ocasiones, son estos sueños sobre el contenido de la prueba, sino más bien el proceso y cómo se siente durante el examen proceso de toma.

Por lo general, se siente angustiado y frustrado. Estos sentimientos pueden ser análogos a cómo se siente en un desafío o una situación particular en su despertar como.

Los sueños de esta naturaleza son también una indicación de que usted está siendo

juzgado y este sueño es una señal para que usted pueda examinar un aspecto de ti mismo que puede haber sido dejado de lado y la necesidad de prestar atención.

Que pueden albergar algo de culpa por su negligencia en la preparación de un examen escolar, reuniones, proyectos de negocios, o desafiar a algunos.

La mayoría de las veces las personas que tienen estos sueños, es poco probable que no pasen una prueba en la vida real. Este sueño se remonta a su miedo y ansiedad propia que no puede cumplir con otras normas de ellos. Ellos tienen miedo de dejar a otros.

Ahora echemos un vistazo a algunos símbolos específicos que aparecen en los sueños y lo que significan.

ANÁLISIS DE LOS SÍMBOLOS

Los Animales

Para ver los animales en su sueño, representa su propia característica física, deseos primitivos, y la naturaleza sexual, en función de las cualidades del animal en particular. Los animales simbolizan los aspectos salvajes que se encuentren.

Por lo tanto, al soñar que usted está luchando con un animal representa una parte oculta de sí mismo que usted está tratando de rechazar, y hacer retroceder en su subconsciente. Consulte el animal específico en su sueño.

Para soñar que los animales pueden hablar, representa el conocimiento superior. Su mensaje es a menudo una forma de sabiduría. Por otra parte, un animal que habla denota el potencial de ser todo lo que puede ser.

Para soñar que usted está salvando la vida de un animal, sugiere que usted está reconociendo con éxito ciertas emociones y características representadas por el animal. El sueño también puede provenir de sentimientos de inadecuación o abrumado ser.

Para ver los animales de laboratorio en su sueño, sugiere que un aspecto de ti mismo está siendo reprimido. Usted siente que no son capaces de expresar plenamente sus

deseos y emociones. Por otra parte, sugiere que es necesario experimentar con sus miedos, las opciones y creencias. Trate de no límite.

Personas

Toda persona que aparece en un sueño, se supone que representa un aspecto de uno mismo, y en realidad no se acerca a esa otra persona en todo, sino que es una cualidad o característica de esa persona que su sueño se centra en, y cómo se aplica a USTED.

Trate de pensar en qué aspecto (s) podría ser. Puede ser algo que usted admira y desea emular, e incorporar en su propia personalidad, o podría ser una característica más negativa que puede tener aversión intensa en su vida de vigilia, pero que le está diciendo algo acerca de usted y sus juicios creencias, y actitud.

Podría ser una llamada a alterar su forma de pensar de alguna manera, con el fin de ser más abierto, y la aceptación de este aspecto en su propia personalidad, ya que está dificultando su crecimiento espiritual y hacer la vida más difícil para usted.

La otra persona en su sueño siempre es reflejo de algo acerca de ti mismo. Trate de descubrir qué es ese algo, e ir de allí.

Una vez que usted lo consigue definir, será mucho más exitosa la interpretación de sus propios sueños.

BEBES O EMBARAZADAS

Soñar que usted está embarazada, simboliza un aspecto de sí misma o algún aspecto de su vida personal que está creciendo y desarrollándose.

No podría estar lista para hablar de ello o actuar en consecuencia. Esto también puede representar el nacimiento de una nueva idea, dirección, proyecto o meta.

Soñar que usted está embarazada y que el bebé muere dentro de suyo, sugiere que un proyecto en el que había puesto mucho esfuerzo se está cayendo a pedazos y se deteriora poco a poco. Nada funciona de la manera que usted desea.

Si usted está embarazada y tiene este sueño representa sus inquietudes acerca del embarazo. En el primer trimestre, sus sueños por lo general consisten de pequeñas criaturas, animales peludos, flores, frutas y agua.

En el segundo trimestre, sus sueños reflejan su ansiedad por ser una buena madre y la preocupación por las posibles complicaciones en el parto.

Los sueños de dar a luz a un bebé no humano también son comunes durante este período del embarazo. Finalmente, en el tercer trimestre, se tenderá a soñar con su propia madre.

Para un hombre soñar que él consiguió a una muchacha embarazada, advierte que su actividad sexual indiscriminada puede volver a perseguirlo

Ver a un bebé en su sueño significa inicios inocencia. Los bebés pueden simbolizar algo en su propia naturaleza interna, que es puro, vulnerable, y / o incorrupto.

Los bebés pueden representar un aspecto de si mismo que es vulnerable e indefenso. Si sueña que se le olvidó que había un bebé, entonces se sugiere que usted está tratando de ocultar sus propias vulnerabilidades. Usted no quiere que los demás sepan de sus debilidades.

Si sueña que está en camino al hospital para tener un bebé, entonces significa que tiene problemas de dependencia y su deseo es de ser completamente cuidado. Tal vez usted está tratando de salir de la parte de la responsabilidad.

Si usted está embarazada, entonces una interpretación más directa puede significar simplemente que usted está experimentando algunas ansiedades de lo que es en el hospital cuando llegue el momento.

Soñar con un bebé llorando, es indicativo de una parte de sí que está privado de atención y necesita un poco de la crianza. Por otra parte, que representa sus metas incumplidas y una sensación de falta en su vida.

A soñar con un bebé muerto de hambre, representa su dependencia de los demás. Usted está experimentando alguna deficiencia en su vida que necesita atención inmediata y la gratificación.

Soñar con un bebé muy pequeño, simboliza su impotencia y su miedo de dejar que otros tomen conciencia de su vulnerabilidad y la incompetencia. Es posible que tenga

miedo de pedir ayuda, y como resultado tienden a tomar el asunto en sus propias manos.

Ver un bebé muerto en su sueño, simboliza el final de algo que es parte de ti.

Soñar que usted está sumergiendo un bebé dentro y fuera del agua es significativo de regresión.

Usted está retrocediendo a una época en la que no tenía preocupaciones y responsabilidades. Por otra parte, es de recordar el pasado cuando el bebé está en el feto y en su zona de confort.

De hecho, algunas mujeres embarazadas hasta dar a luz en una piscina, porque el ambiente en el agua imita el medio ambiente en el útero. Es menos traumático para el bebé. Así que tal vez el sueño es la búsqueda de su propia zona de confort.

SEXO

A soñar con relaciones sexuales, se refiere a la realización psicológica y la integración de los aspectos contrastantes del ser. ¡Tiene que ser más receptivo e incorporar los aspectos de su pareja sexual en su propio carácter.

Por otra parte, una interpretación más directa del sueño, puede ser una forma de libido que le dice que ha pasado mucho tiempo desde que han tenido relaciones sexuales. Se puede indicar deseos sexuales reprimidos y su necesidad de amor físico y emocional.

A soñar con relaciones sexuales con alguien que no sea su cónyuge o pareja, sugiere que la insatisfacción con el aspecto físico de su relación. Por otro lado, puede ser una fantasía inocua. En tales situaciones, es posible que usted sea menos inhibido sexualmente e incluso se puede llevar ese sentido de la aventura a tu relación actual.

Soñar que usted está teniendo relaciones sexuales con un ex o alguien que no es su pareja actual, se refiere a sus reservas acerca de embarcarse en una nueva relación o situación.

Usted puede sentirse nervioso por su exposición, o siente actualmente un resurgimiento de las viejas emociones y sentimientos que se sintió de nuevo cuando usted y su ex estaban juntos.

Lo crea o no, no es raro que la gente se acerque a la boda y quiera vivir aventuras eróticas, especialmente con los socios que no sean sus cónyuges previstos.

Esto puede ser debido a la intensidad de su pasión sexual con su novio. También se relaciona con las nuevas funciones que se asumen y la incertidumbre que esto pueda traer.

Si usted es heterosexual y sueña que tiene relaciones sexuales con alguien del mismo sexo, no significa necesariamente el deseo homosexual, sino una expresión de amor propio y una mayor aceptación. ¡Tienes que ser en un mejor contacto de su lado femenino o masculino!

SERPIENTES

Las serpientes son símbolos complicados y tienen dos significados positivos y negativos.

Ver una serpiente o ser mordido por una en su sueño, significa temores ocultos y las preocupaciones que le están amenazando. Su sueño puede significar alerta en algo en su vida real, que no es aun consciente o que no ha aparecido todavía.

La serpiente también puede ser visto como símbolo de la sexualidad fálica y por lo tanto peligroso y prohibido.

La serpiente también puede referirse a una persona a tu alrededor que es cruel, despiadado, y no se puede confiar. Como un símbolo positivo, las serpientes representan la transformación, el conocimiento y la sabiduría. Es un indicio de auto-renovación y cambios positivos.

Las serpientes también pueden representar la energía primaria la tentación y el mal. Estos podrían ser los pensamientos y sentimientos que pueden estar tratando de suprimir. En la constante represión de sus sentimientos, con el tiempo se desbordará hasta el punto en que se ven obligados a hacerles frente.

Fuego

Dependiendo del contexto de su sueño, si ve destrucción con el fuego simboliza pasión, el deseo, la iluminación, la transformación, la iluminación, o la ira.

Se puede sugerir que algo viejo está pasando y algo nuevo está entrando en su vida. Sus pensamientos y opiniones están cambiando

En particular, si el fuego está bajo control o contenidos en un área, es una metáfora de su propio fuego interno y la transformación interior. También representa la unidad y la motivación.

Soñar con que está siendo quemado por el fuego, indica que la paciencia se está saliendo de control. Algún problema o situación la está quemando por dentro.

Soñar que una casa se está incendiando indica que usted necesita someterse a algún tipo de transformación. Si usted tiene sueños recurrentes de su casa de la familia en el fuego, entonces se sugiere que aún no está listo para el cambio o que están luchando contra el cambio.

Por otra parte, destaca la pasión y el amor de quienes le rodean.

Soñar que usted apaga el fuego significa que va a superar los obstáculos en su vida a través de mucho trabajo y esfuerzo.

TRENES

Ver un tren en su sueño, representa la conformidad y estar de acuerdo con lo que hacen los demás. Usted tiene la necesidad de hacer las cosas de una manera ordenada y secuencial.

En particular, si usted ve un tren de carga, entonces se refiere a las cargas y los problemas que está acarreado en todo.

Soñar que usted está en un tren, es un símbolo de viaje en su vida, y sugiere que usted está en el buen camino en la vida y se dirigió hacia la dirección correcta.

Por otra parte, tiene una tendencia a preocuparse innecesariamente por una situación que resultará de trabajo en el final.

Soñar que usted está en un accidente de tren, sugiere el caos. El camino hacia el logro de sus metas, no va de acuerdo con la forma en que lo planeado. O puede ser que carecen de confianza en sí mismo y tener dudas en su capacidad para alcanzar sus metas.

Soñar que usted es el ingeniero significa que usted está en completo control de una situación particular en su vida de vigilia.

Soñar que se le pasa un tren denota las oportunidades perdidas o casi escapar de su muerte.

CONDUCIENDO SU AUTO

Soñar que usted está conduciendo un vehículo significa el viaje de su vida y su camino en la vida. El sueño es revelador de cómo se está moviendo y navegando a través de la vida.

Si usted está manejando y no puede ver el camino delante, entonces indica que usted no sabe hacia dónde se dirige en la vida y lo que realmente quiere hacer con usted mismo. Que se carece de dirección y metas.

Si usted está manejando en una carretera sinuosa, entonces indica que usted está teniendo dificultades en el logro de sus objetivos y los cambios asociados a ella.

Para soñar que algún otro le está conduciendo representa su dependencia del conductor. Usted no está en control de su vida y siguiendo los objetivos de los demás en vez de su cuenta.

Si usted está conduciendo del lado del pasajero de un coche, entonces se sugiere que usted está tratando de hacerse con el control de la ruta en su vida. Usted está comenzando a tomar sus propias decisiones.

Soñar que usted está conduciendo un taxi o un autobús, simboliza el trabajo de baja categoría, con pocas oportunidades de ascenso.

Para soñar que usted está conduciendo un coche en sentido contrario indica que usted está experimentando retrocesos importantes en sus objetivos.

En particular, si conduce un vehículo en sentido contrario en una piscina de agua, entonces quiere decir que las emociones, literalmente, se lo impide.

Soñar que usted está conduciendo borracho indica que su vida está fuera de control. Alguna relación o que alguien te está dominando.

Soñar que usted conduce en una carretera de montaña sugiere que cuanto más alto se sube en la vida, más difícil es mantenerse en la cima. Usted siente que su posición avanzada es precaria. Es necesario un gran trabajo para permanecer en la parte superior. También puede sentir que no es capaz de estar a la altura de las expectativas de otros.

Al ver un accidente en su sueño representa obstáculos y barreras para lograr sus metas. Usted siente que está siendo retenido o que usted no está haciendo ningún progreso.

El coche o vehículo en sí se supone que le simbolizan en su vida consciente, en su cuerpo físico. Su cuerpo físico es utilizado por el alma más o menos como se utiliza un coche... es impulsado por un tiempo y le damos gas / alimento y las reparaciones necesarias hasta que deja de funcionar, y luego volvemos a casa.

Preste atención a su coche, que simboliza su cuerpo físico. ¿Está usted detrás del volante, o es otra persona en control?

Usted quiere estar a cargo de su vida, de forma natural.

¿Cuál es el color y condición de este vehículo? ¿le parece que lo conduce de la manera correcta, por un camino seguro en buenas condiciones, o es el camino rocoso y sinuoso, o de repente termina en un acantilado? Eso sería señal de que necesita cambio de dirección.

Cuanto más grande sea el vehículo, más energía que puede ser utilizado con éxito para sus lecciones diarias, dependiendo del contexto de su sueño. Tenga en cuenta todas las pistas en cuanto a cómo les va, y hacer los ajustes necesarios.

EX PAREJAS

Al soñar con su ex-novio o novia, o ex esposo/a que usted y su ex volvieron a estar juntos de nuevo, sugiere que algo o alguien en su vida actual que está llevando a cabo los mismos sentimientos que sentí durante la relación con su ex.

El sueño puede ser una manera de alertar la conducta igual o similar en una relación actual. ¿Qué aprendiste de esa relación anterior puede ser necesario aplicar a la actual, de modo que usted no cometer el mismo error.

Por otra parte, los amantes del pasado a menudo destacan la experiencia positiva que tuvo con esa persona.

En particular, para ver a su ex en su sueño indica que usted se encuentra en una situación que no quiere estar adentro. Se sugiere que usted está experimentando una relación similar o situación que lo hace sentir infeliz e incómodo.

Soñar con su ex compañero, sugiere que es posible que sea usted mismo en comparación con el ex. El sueño está tratando de decirle que no cometa los errores misma relación que terminó esa relación.

Por otra parte, ver a su ex en su sueño significa también aspectos de sí mismo que tiene tachado o descuidado.

Soñar con un viejo ex-novio o novia de la infancia en su sueño se refiere a una sociedad más libre, relación menos gravada.

El sueño sirve para traer de vuelta a una época donde las responsabilidades de la adultez (o matrimonio) no interferir con la espontaneidad de romance. Es necesario recuperar la emoción, la libertad y la vitalidad de la juventud que no existe en su relación actual.

Soñar que su ex novio o novia le da consejos sobre su relación actual sugiere que el inconsciente le está diciendo que no repitan los mismos errores que había hecho con el ex.

Soñar que usted está siendo masajeado por su ex sugiere que usted necesita dejar de lado algunos de los que la actitud defensiva que se han llevando hacia delante.

Es posible que haya sido la colocación de un muro o una armadura que lo rodea. Tiene que aprender a confiar en la gente otra vez.

Soñar que su ex le da un peluche sugiere que usted está buscando para tranquilizar y fomentar los aspectos de una relación.

Esto no quiere decir que usted quiere que su ex este atrás. Por otra parte, el sueño puede representar algún tipo de relación inmadura que puede (o no) describir la relación que tenía con su ex.

Soñar que usted vea a su ex vestido con un traje en un hospital indica que usted ha llegado a un acuerdo con esa relación y han completado el proceso de curación.

ENGAÑAR

Soñar que usted está engañando a su cónyuge, compañero, novio, o significativo otros sentimientos sugieren la auto-culpa y traición. Usted puede haber puesto en peligro sus creencias o su integridad y / o está perdiendo su tiempo y energía en esfuerzos inútiles.

Por otra parte, refleja la intensidad de su pasión sexual y áreas de exploración de su sexualidad. En realidad, es una reafirmación de su compromiso.

Además, no es raro que personas que se acercan a una boda a tener sueños acerca de las experiencias eróticas con socios que no sean sus cónyuges previstos. La mayoría de los sueños es probable, como representar a la novedad de su pasión sexual. También puede significar la ansiedad de cambiar su identidad - la de un cónyuge.

Para soñar que su pareja, cónyuge, o pareja lo engaña indica su temor a ser abandonado. Usted puede sentir una falta de atención en la relación.

Alternativamente, usted puede sentir que no están a la altura de las expectativas de los demás.

Esta idea puede deberse a problemas de confianza o autoestima. El sueño también puede indicar que está inconscientemente, recogiendo pistas y señales que su pareja

no está siendo completamente verdadero/a o no está plenamente comprometido en la relación.

Soñar que usted está haciendo trampa en un juego, sugiere que usted no está siendo honesto con usted mismo.

ESCUELA

Este tipo de sueño se relaciona con su actual "lección de vida", y si usted aprende a interpretar, se darás cuenta cómo está progresando. Piense en ello como tomar un examen y obtener clasificado en él!

Nuestro "verdadero yo" nuestra su alma, y no nuestros cuerpos físicos. Usted es un espíritu / alma que tiene un sueño físico, no al revés.

Piensa que su vida es como un juego, y que está actuando en un papel que ni siquiera entienden, incluso a ti mismo sorprende con sus acciones a veces? ¡Bingo!

Cuando dormimos, el proverbial "velo del olvido" que nos impide "hacer trampa en el examen" se levanta, y se nos muestra qué tipo de progreso que estamos haciendo o no haciendo y la orientación dada en qué hacer a continuación.

Siempre tenemos el libre albedrío en nuestra vida física de vigilia, sin embargo, y si se niegan obstinadamente a terminar nuestras pruebas, entonces tenemos que el derecho - pero estamos condenados a repetirla hasta que lo pasan, y cada vez que se alejan de ella , la próxima vez será más desagradable, hasta que finalmente nos vemos obligados a reconocer su importancia para nuestro crecimiento.

Las cosas que consideramos de vital importancia en nuestra vida física de vigilia no son tan importantes como la verdadera razón que estamos aquí, que es la superación de nuestras limitaciones, para que podamos estar más cerca de nuestra Fuente / Dios / Poder Superior.

No evitar el aprendizaje de la lección o se vuelva a repetir las mismas tareas una y otra vez sin progresar.

CASA

Soñar con una casa simboliza un aspecto más de su Ser, y los aspectos de sí que hacen el todo. Cada habitación se dice que simboliza un aspecto diferente de su Yo, por ejemplo:

ÁTICO:

Simboliza su Ser Superior, y su desarrollo espiritual y el progreso. Mire otros símbolos en el ático de su sueño, y trate de evaluar lo que significan.

También preste atención a la sensación que experimenta en su sueño ... es pensativo, revelador o qué, exactamente? Todas estas cosas son claves para usted.

BAÑO:

Simboliza la necesidad de limpieza / depuración / eliminación de algo en su vida que no es del todo prospero, o algo que no ha cumplido su propósito, y ahora es el momento de seguir adelante.

COCINA:

Simbolizaría la necesidad o el acto de suministrar el alimento para el cuerpo / mente / alma. Lo que sea, que se está "cocinando" o en desarrollo en su vida. Si la comida es abundante, tiene lo que usted necesita. Si la alacena este vacía, tiene que ir de compras para el alimento nuevo, y hay que averiguar lo que se necesita para la "lista de compras". O sea analice que es lo que le esta faltando en su vida, y vaya por ello.

COMEDOR:

Es similar a la cocina, pero tiene más que ver con las necesidades inmediatas de suministro y utilización de nutrientes, y menos con la preparación. Debe hacer un balance de esas necesidades.

LA SALA PRINCIPAL o LIVING:

Simboliza sus interacciones diarias con los demás, y muchas veces tiene otras personas que aparecen en sus sueños en esta sala. Recuerde, que representan aspectos de si mismo, y no ellos mismos.

HABITACIONES:

Simbolizan el aspecto inconsciente de su ser, el descanso, los sueños, a veces temas de sexualidad en su vida.

LA PLANTA ALTA:

Simboliza su aspecto espiritual, la conciencia de sí mismo, o el Ser Superior que posee todas las llaves o el conocimiento para el papel en esta vida.

La planta baja / sótano simboliza su aspecto subconsciente, que se ocupa de los hábitos, viejas habilidades de afrontar, la automatización, el ego. Eso es por lo general la parte de nosotros que nos hace sentir "desgarrados" entre saber que debemos hacer una cosa, e inexplicablemente terminamos haciendo lo contrario.

Los viejos patrones de creencias y miedos tienen que ser corregidos, si ese es el caso. Haga frente y supérelos, y usted se sentirá mucho más tranquilo acerca de su vida.

LA PLANTA BAJA:

De una casa representa su agenda diaria, lo que está pasando actualmente en tu vida.

REVISIÓN

Casas antiguas de la niñez o en los primeros tiempos: Esto apunta a cuestiones que, probablemente, están resurgiendo en su vida actual, y la necesidad de ser visto, analizado. Para sanar esa parte y que pueda seguir adelante y no mirar hacia atrás.

Si descubre que está repitiendo los mismos errores viejos, y deba hacer frente a los mismos temores viejos, lo más probable es que tenga este sueño.

PASILLO:

Simboliza que ha llegado a un área donde es necesario hacer un recorrido con el fin de llegar al otro lado, y puede ser un camino estrecho que hay que recorrer con cuidado y conciencia.

Si usted siente en el sueño, "sensación de claustrofobia", entonces usted necesita expandir su conciencia / abrir su mente a más posibilidades para completar esta fase de su viaje.

Un porche simboliza tal vez una metáfora de ser indecisos, como dice el dicho: "Yo todavía estoy en el porche o hall, de esa decisión".

Podría ser un símbolo de ser contemplativo, no comprometido.

Podría ser algo totalmente diferente, como ser en el umbral de un nuevo sentido o una extensión de sí mismo.

Depende del contexto total del sueño. ¿Está en la parte de atrás? ¿Es abierto, sucio o limpio, escasa o amueblada?

Todos estos detalles, los debe añadir al simbolismo en general.

COLORES

Los expertos creen que casi todo el mundo sueña en color. Si una gran parte de su sueño refleja un color consistente, esto podría tener algún tipo de significado en la interpretación de ese sueño. A continuación se muestran los colores más importantes y lo que podría significar.

Negro:

Negro simboliza lo desconocido, el peligro inconsciente, el misterio, oscuridad, muerte, odio llanto, malicia.

Si la sensación en el sueño es de alegría, podría implicar la espiritualidad oculta y cualidades divinas.

A soñar en blanco y negro, sugiere que usted necesita ser más objetivo en la formulación de sus decisiones. Usted puede ser demasiado inflexible en su proceso de pensamiento y por lo tanto necesita encontrar algún tipo de equilibrio entre dos puntos de vista opuestos. Considerar las opiniones y las opiniones de los demás. Por otra parte, los sueños en blanco y negro pueden ser signos de depresión o tristeza. Usted puede sentir que no hay suficiente emoción en su vida

Azul:

El azul representa la verdad, la sabiduría, el cielo, la eternidad, la devoción, la tranquilidad, la lealtad y la franqueza.

La presencia de este color en su sueño, puede simbolizar su guía espiritual y el optimismo del futuro. Usted tiene claridad en la mente.

Dependiendo del contexto de su sueño, el color azul también puede ser una metáfora de "azul" y sentirse triste.

Marrón:

Denota lo mundano, lo práctico, el confort doméstico, el conservadurismo y un carácter materialista. Marrón también representa la tierra.

Oro:

El color dorado refleja su recompensa espiritual, la riqueza, el refinamiento y la mejora de su entorno.

Verde:

Verde significa un cambio positivo, buena salud, el crecimiento, la curación, la esperanza, el vigor, la vitalidad, la paz y la serenidad.

El verde es también un símbolo de su esfuerzo para ganarse el reconocimiento y establecer su independencia. Dinero, la riqueza y los celos se asocian a menudo con este color.

De color verde oscuro indica el materialismo, el engaño, y / o dificultades con el intercambio. Es necesario encontrar un equilibrio entre sus atributos masculinos y femeninos.

Gris:

El color gris indica el miedo, depresión, mala salud, ambivalencia y confusión. Usted puede sentirse emocionalmente distante o separado.

Naranja:

Naranja denota amabilidad, cortesía, la sociabilidad, y una naturaleza saliente. Es posible que desee ampliar sus horizontes y mirar hacia nuevos intereses.

Rosa:

Rosa representa el amor, la alegría, la dulzura, la felicidad, el cariño, la bondad. Estar en el amor. La curación a través del amor también está implícita en este color.

Púrpura:

El violeta es indicativo de la dedicación, habilidades curativas, amor, bondad y compasión. También es el color de la realeza, de alto rango y dignidad.

Rojo:

Indicación de la energía en bruto, fuerza, vigor, pasión intensa, agresividad, potencia, coraje.

El color rojo tiene profundas connotaciones emocionales y espirituales.

El rojo es también el color del peligro, la vergüenza, los impulsos sexuales. Tal vez usted necesita detenerse y pensar sobre sus acciones.

Blanco:

El blanco representa la pureza, la perfección, la paz, la inocencia, la dignidad, los principios de la limpieza, lo nuevo.

Usted puede estar experimentando un despertar o tener una nueva perspectiva sobre la vida.

Sin embargo, en las culturas orientales, el blanco se asocia con la muerte y el duelo.

Amarillo:

El color amarillo tiene connotaciones tanto positivas como negativas. Si el sueño es agradable, entonces el color amarillo es el símbolo de la inteligencia, la energía, la agilidad, la felicidad, armonía y sabiduría.

Por otro lado, si el sueño es desagradable, el color representa la cobardía y la enfermedad.

Usted puede tener un temor, o incapacidad para tomar una decisión o acción. Como resultado, usted está experimentando muchos contratiempos

MUERTE

El soñar con la muerte de un ser querido, sugiere que se carece de un determinado aspecto o cualidad que la persona amada encarna.

Pregúntese a si mismo lo que hace a esa persona especial, o lo que le gusta de él/ella.

Es justamente esta la cualidad, la que le falta en su propia relación o circunstancias.

Por otra parte, indica que todo lo que esa persona representa, no tiene presencia actual en su propia vida.

Soñar que usted muere en su sueño, simboliza los cambios internos, la transformación, auto-descubrimiento y el desarrollo positivo que está sucediendo dentro suyo o en su vida.

A pesar de tales sueños pueden provocar sentimientos de miedo y ansiedad, no es motivo de alarma y es a menudo considerado un **símbolo positivo**.

Los sueños de experimentar su propia muerte por lo general significan que grandes cambios están por delante de usted. Que significa que se están moviendo hacia un nuevo comienzo y dejando atrás el pasado.

Estos cambios no implican necesariamente un giro negativo de los acontecimientos. Metafóricamente, la muerte puede ser vista como un fin o terminación de una de sus viejas costumbres y hábitos.

Por lo tanto la muerte, no siempre significa una muerte física, pero si al final de algo.

Como nota negativa, soñar que se muere puede representar la participación en relaciones profundamente doloroso, o conductas no saludables y destructivas.

Usted puede sentirse deprimido, o se siente asfixiado por una situación o persona en su vida de vigilia.

Tal vez su mente está preocupada con alguien que tiene una enfermedad terminal o esta moribundo.

Alternativamente, usted puede estar tratando de salir de una situación de responsabilidad, u otras.

Ver a alguien morir en su sueño, significa que sus sentimientos por esa persona están muertos, o una pérdida importante, que algo cambio, algo está ocurriendo en su relación con esa persona.

Alternativamente, usted puede desear reprimir ese aspecto de si mismo que es representado por la persona que está muriendo.

Amor / lujuria

Soñar con el amor de enamoramiento, sugiere intensos sentimientos prorrogados a partir de una relación de vigilia.

Implica la felicidad, satisfacción con lo que tiene y dónde se encuentra en la vida.

Por otro lado, usted puede no estar recibiendo suficiente amor en su vida diaria. Como es natural, siempre por el sentido de pertenecer y ser aceptado.

Ver una pareja de enamorados, expresando amor el uno al otro, indica mucho éxito por delante para usted.

Soñar que su amigo/a está enamorado de usted, puede ser cumplir un deseo. Tal vez usted ha desarrollado sentimientos por su mejor amigo/a, y es para que se pregunte cómo se siente.

Está tan preocupado/a con estos pensamientos que es inevitable que busque respuestas en su mente soñadora.

Por otro lado, el sueño también puede sugerir que usted ha aceptado ciertas cualidades de su mejor amigo/a, y se incorporaran en su propio carácter.

Soñar que usted está haciendo el amor en público o en lugares diferentes, se refiere a algún tema abiertamente sexual o la necesidad.

Su sueño puede estar diciendo que usted necesita expresarse de forma más abierta.

Por otra parte, representa sus percepciones sobre su propia sexualidad en el contexto de las normas políticas y sociales.

Es posible que se cuestione sus sentimientos sobre el sexo, el matrimonio, el amor y los roles de género.

A soñar con la lujuria, sugiere que está insatisfecho/a en algunos aspectos de su vida. Por otra parte, es necesario ejercer un poco de auto-control.

EXTRANJEROS o EXTRATERRESTRES

Soñar que usted es un extranjero, simboliza la parte desconocida de sí mismo. Su manifestación como un extranjero puede ser su manera de "escapar" de la realidad.

Los sueños de esta naturaleza también simbolizan sus ideas extravagantes y su imaginación salvaje.

Soñar que usted está siendo secuestrada por extranjeros indica su temor de su entorno cambiante o el miedo de perder su hogar y su familia. Usted siente que su espacio y / o privacidad está siendo invadido.

Verlos en su sueño significa que usted está teniendo dificultades para adaptarse y ajustarse a su nuevo entorno.

Se siente invadido. A nivel psicológico, al ver extranjeros extraterrestres, puede representar un encuentro con un aspecto desconocido o descuidado de su propio ser.

ÁNGELES

Ver a los ángeles en su sueño significa una alteración inusual en su alma.

Los ángeles simbolizan la bondad, la pureza y la protección y el apoyo y el consuelo. Preste especial atención al mensaje que los ángeles están tratando de transmitir.

Estos mensajes sirven como una guía hacia una mayor realización y felicidad. Los ángeles pueden aparecer en su sueño, como resultado de sus actividades maliciosas y descorazonadas.

Ver un ángel que sostiene un pergamino en su sueño, indica un sueño muy espiritual. Su futuro y las metas son claras para los sueños de este tipo. El mensaje en el libro es especialmente significativo.

NIÑOS

Ver a los niños en su sueño, significa su propias cualidades infantiles o un retorno a un estado infantil.

Es una extensión de su niño interior en una época de inocencia, la pureza, la sencillez, y una actitud despreocupada.

Es posible que la añore el pasado y la posibilidad de satisfacer los deseos reprimidos y las esperanzas incumplidas.

Dedica algo de tiempo y atender a su niño interior dentro. Tal vez hay algo que tiene que ver crecer y nutrido.

Soñar que sus propios hijos mayores ahora, pero los ve como niños, indica que todavía los ve como pequeños y dependientes. Usted quiere sentirse necesitado e importante.

Soñar que usted está observando a niños, pero ellos no saben que usted está allí, es

una metáfora de un conocimiento oculto o un talento latente que no ha sabido reconocer.

Salvar a un niño significa su intento de salvar una parte de sí mismo de ser destruido.

GENTE MUERTA

Ver a los muertos en su sueño advierte que está siendo influenciado por gente negativa y esta alrededor de la gente equivocada.

Usted puede sufrir la pérdida de material.

Este sueño también puede ser una forma de resolver sus sentimientos con los que han fallecido.

Ver y hablar con su padre muerto en su sueño significa que usted está a punto de entrar en una transacción de mala suerte. Revise sus decisiones antes de tomar una decisión.

Para ver a su madre muerta en su sueño, significa su naturaleza negativa, hacia los demás a su alrededor.

Ver a sus padres muertos en sus sueños, puede significar el temor de perderlos, o de su forma de enfrentar la pérdida. Es posible que desee la última oportunidad para decir su último adiós a ellos.

Para ver a su hermano muerto, un pariente o amigo en su sueño predice que pronto serán llamados de ayuda y asistencia.

También puede significar que los echa de menos y están tratando de revivir sus viejas experiencias que tuvo con ellos.

Al tratar de mantenerse al día con el ritmo de su vida de vigilia todos los días, los sueños pueden servir como su única salida para hacer frente y llegar a un acuerdo con la pérdida de un ser querido.

No temas conversar con los llamados "muertos" en los sueños. Si la comunicación es

unilateral, denota telepatía. Si ambos participan, puede ser un encuentro real de la conciencia sin cuerpo.

ACCIDENTES

Soñar que usted está en un accidente significa culpa reprimida y que su sub-consciente quiere auto castigarse.

Soñar con un accidente de coche simboliza su estado emocional. Que pueden ser portadores de profundas ansiedades y temores.

¿Es usted "quien conduce" a sí mismo de un modo demasiado duro?

Este sueño le puede decir que reduzca la velocidad antes de llegar a un desastre. Es necesario volver a pensar, o volver a planificar el curso de las acciones y ponerse en un camino mejor.

Soñar que muere un ser querido en un accidente indica que algo en usted, ya no es funcional y está "muerto". Es también un símbolo de su propia relación con esa persona. Tal vez usted necesita dejar de lado esta relación.

Los sueños de accidentes también pueden representar sus miedos de estar en un accidente real, físico.

Puede ser simplemente nervios por ponerse al volante. Este sueño puede ser una clara advertencia para tener cuidado de los vehículos que se aproximan.

Esta es sólo una lista parcial en general - por supuesto. Cada detalle en su sueño podría tener algún significado oculto.

Usted necesita descubrir la relación entre todas estas imágenes y lo que podría significar. Este proceso es un poco como "conectar las partes" del rompecabezas que revela una imagen oculta.

Psicológicamente, sólo hay que entender lo que esta red de asociaciones del sueño le

está diciendo concretamente, en este preciso momento de su vida, sobre sus problemas y los conflictos actuales.

Muy a menudo, estas asociaciones son puramente emocionales, es decir, que usted puede tomar una imagen de un sueño particularmente gráfica, analizar sus reacciones emocionales ante ella, mirar hacia atrás en su pasado los momentos en que sintió las mismas emociones, y si tiene alguna relación con lo que está sucediendo en tu vida ahora.

Sueños recurrentes indican que no ha resuelto el significado de ese mensaje del sueño. Si no "despierta" con el significado inconsciente de los sueños, estos persisten hasta que se cumpla ese deseo o necesidad.

Casi todo el mundo ha experimentado una pesadilla en un punto o momento de su vida.

PESADILLAS

Los niños, sobre todo, son propensos a las pesadillas. Las pesadillas son comunes en los niños, comenzando típicamente alrededor de los 3 años y ocurriendo hasta la edad de 7-8.

Las personas con trastorno de ansiedad también pueden experimentar lo que los expertos llaman "terrores nocturnos". Estas son en realidad los ataques de pánico que se producen en el sueño.

Es especialmente difícil de recordar este tipo de sueños, ya que evocan imágenes terroríficas que nos olvidemos pronto.

En la antigüedad, en el mundo pagano de la mitología, la pesadilla era un ser cruel, terrible.

La palabra pesadilla deriva del inglés Nightmare: (night = noche, y mare = yegua).

Esa Yegua proviene de la mitología donde se creía que era un espíritu malo, o demonio, que perseguía a las personas para sofocarlas cuando estaban durmiendo.

Y así, en el mundo de hoy, cuando se habla de una pesadilla que significa un sueño espantoso acompañado por una sensación de opresión e impotencia.

El aspecto sanguinario de la pesadilla mitológica, sin embargo, puede dar una buena pista acerca de las pesadillas, en general, en términos psicodinámicos, las pesadillas son representaciones gráficas de las emociones crudas y primitivas, como la agresión y la rabia que no se han incorporado a la psiquis consciente.

Así, tienden a encontrar estos "feos" aspectos de nuestra vida inconsciente, como las imágenes del sueño aterrador, en cuya presencia nos sentimos completamente indefensos.

Las pesadillas son muy comunes en la infancia, porque este es un momento de nuestro desarrollo emocional, cuando todos tenemos que llegar a un acuerdo, bueno, emociones crudas y primitivas, como la agresión y la rabia.

Pesadillas traumáticas también pueden ocurrir como uno de los muchos síntomas de trastorno por estrés postraumático.

Pesadillas repetitivas, intrusivas después de un trauma a menudo contienen temas simbólicos que reflejan el trauma original, y se refieren a la amenaza a la vida, amenaza de abandono o muerte, o pérdida de identidad.

Por lo tanto, pesadillas traumáticas deben ser tratados de manera diferente que los otros sueños.

No basta con "saber" intelectualmente las razones psicológicas por las que se tienen estas pesadillas.

Un evento es traumática porque interrumpe el que antes era seguro, y lo ilusorio sentido de "yo".

Y así, para recuperarse de un trauma, se debe tomar la iniciativa para hacer cambios conscientes en su vida, para dar cabida a la ruptura traumática de sus ilusiones de vida y la identidad.

Algunos creen que las pesadillas son de naturaleza fisiológica, así. Edgar Cayce creía

que las pesadillas, traen consigo una incapacidad para moverse o gritar, por lo general indican una dieta errónea. Para poner fin a los sueños de pesadilla cambiar su dieta. Hemos encontrado una línea técnica que puede ayudar a las personas que sufren de pesadillas recurrentes. No pretende ser una cura para todo. Es sólo un tratamiento sugerido para hacer frente a las pesadillas aterradoras.

La idea es utilizar este tratamiento todas las noches hasta que la pesadilla ha sido resuelta. Se llama terapia del Ensayo de Imágenes.

Estos son los pasos de la terapia del Ensayo de Imágenes:

1. Con el texto escrito de la pesadilla. Cuente la historia, no importa cuán aterradora haya sido, escríbala con el mayor detalle que pueda recordar.
2. Crear un nuevo final para la historia de su pesadilla y escribirlo.

Tenga cuidado, sin embargo, y que el nuevo final sea pacífico. Recuerde que la pesadilla se basa en emociones como la ira, que ha sido provocado por un traumatismo.

El punto de un nuevo final es la de "domesticar" las emociones, liberar la violencia y la venganza.

3. Ensayar la nueva versión de la historia en su imaginación todas las noches antes de ir a dormir.

Haga esto lo más cerca posible de conciliar el sueño, sin ningún tipo de actividad entre el ensayo y el sueño.

4. Realizar un ejercicio de relajación.

Haga esto inmediatamente después del ensayo, como una forma de conciliar el sueño en paz.

Puede utilizar cualquier técnica con la que están familiarizados. Esto podría ser la meditación, el yoga o ejercicios de respiración.

SUEÑOS MOLESTOS

No son pesadillas, pero son muy molestos. Se puede hacer la pregunta de qué es exactamente lo que su subconsciente está tratando de decirle.

En primer lugar, los sueños pueden ser el asesoramiento inconsciente.

Tal vez de alguna manera se está traicionando, olvidando de algo, Por ejemplo, las personas de mediana edad pueden tener sueños de estar en la escuela, a la búsqueda de un salón de clases que falta, o que se encuentren en una clase a punto de tomar un examen final, mientras se da cuenta que olvido por completo para asistir a la clase durante todo el año.

Así, el sentimiento de pánico en el sueño apunta a la verdadera sensación de pánico en su vida actual sobre el fracaso de su carrera actual.

En segundo lugar, los sueños pueden ser una advertencia, basada en la culpa.

Imagine, por ejemplo, que está malversando el banco para el que trabaja. Entonces usted comienza a tener sueños acerca de que los ladrones irrumpen en su hogar. Pues bien, los sueños son simplemente una representación de algo que sucede a usted que es similar a la lesión o daño moral que se inflige a otra persona.

Esta misma dinámica ocurre con frecuencia en las pesadillas de los niños: en la vigilia, los niños suelen experimentar sentimientos de ira hacia sus padres y sin embargo carecen de la capacidad cognitiva de expresar estos sentimientos abiertamente, de modo que, en el inconsciente de culpa, la ira se vuelve en contra sí mismos como una amenaza imágenes de pesadilla.

En tercer lugar, los sueños pueden ser indicios de un trauma reprimido.

Como ya he dicho anteriormente, las pesadillas a menudo acompañan el dolor emocional de un evento traumático experimentado en la edad adulta.

Pero si un trauma en la infancia se reprime, los sueños que refleja la intensidad emocional del trauma pueden persistir durante toda la vida-como una repetición compulsiva, hasta que el trauma es finalmente llevado a la conciencia y sanado.

Por último, los sueños pueden ser premoniciones psíquicas. Este es un fenómeno raro, pero sucede a algunas personas.

El mejor consejo que he encontrado acerca de los sueños inquietantes es **simplemente ignorarlos.**

Puede tratar de analizar las imágenes, pero que es muy probable que no vaya a dar con las respuestas que necesita.

CONCLUSIÓN

El análisis de los sueños y la interpretación, no es la ciencia mística que parece ser. Se trata simplemente de recordar sus sueños y luego averiguar lo que su subconsciente está tratando de decirle sobre su vida, y todo lo que pueda estar sucediendo en ella.

Usted debe tener en cuenta que el análisis de los sueños no es más que una interpretación de ellos, no una respuesta definitiva para todos los que le "aflige", por así decirlo.

Si usted está teniendo algunos problemas importantes de vida, le sugerimos que busque la ayuda de un profesional capacitado.

Preste atención sin embargo, preste mucha atención a sus sueños, y repórtelos con su terapeuta para una idea de sus problemas.

Sus sueños son únicos para usted. Pueden representar todo lo bueno en usted, y todo lo que usted necesita mejorar.

Al comprender mejor sus sueños, podrá entenderse a usted mismo

Que duerma bien!