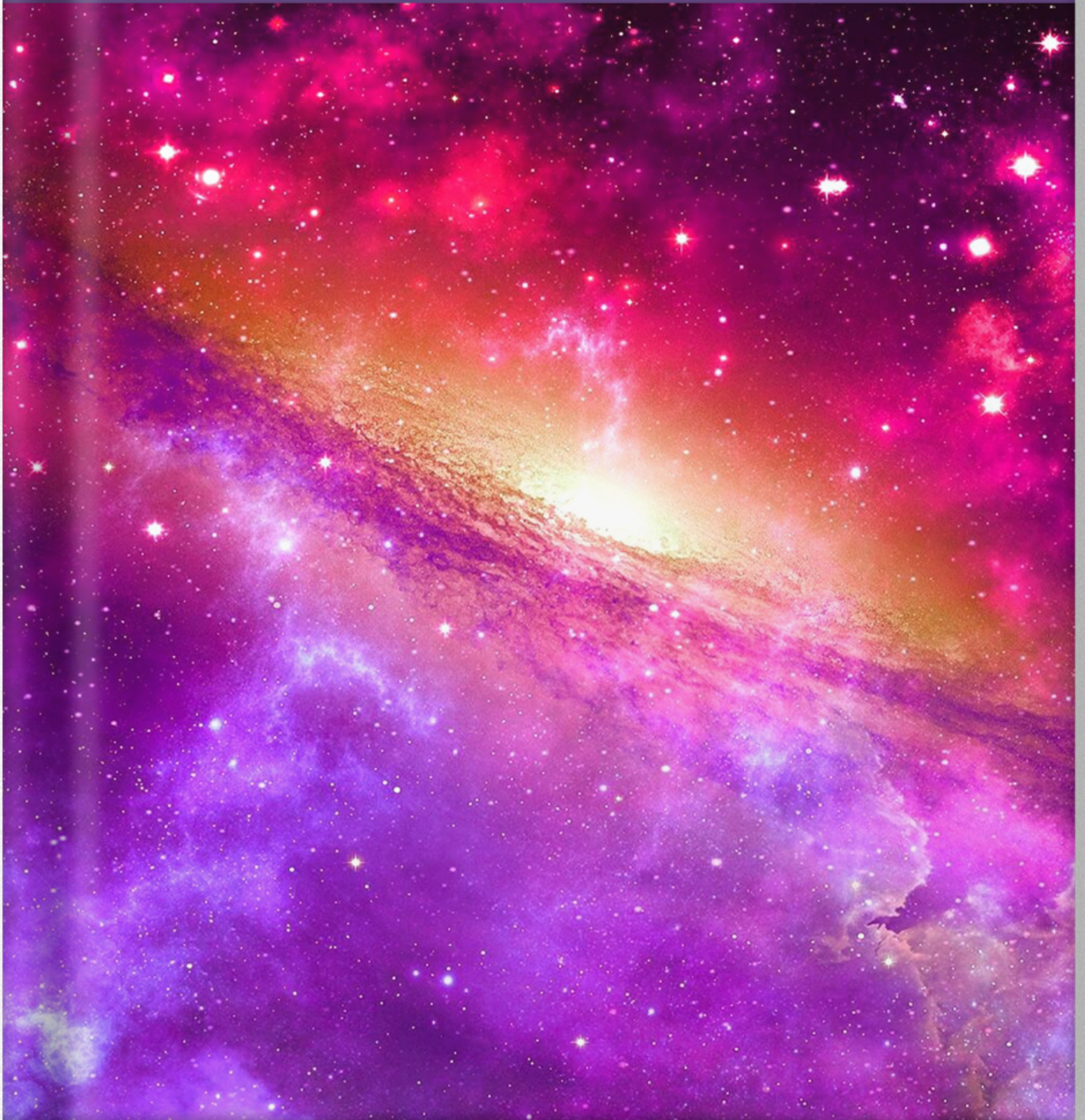


SIGNIFICADO DE **LOS SUEÑOS**



Introducción:

Los sueños siempre han fascinado a los humanos, los primeros relatos de sueños, encontrados en Mesopotamia, se remontan a más de 5.000 años.

Fue a partir del siglo XX cuando las ciencias realmente se interesaron por el significado y la interpretación de los sueños.

Psicólogos brillantes como Sigmund Freud o Carl Jung han pasado gran parte de su carrera estudiando el misterio de los sueños.

Alguna vez ha tenido sueños o pesadillas extraños. Pero, ¿qué hay detrás? Un mensaje ? La verdad ?

¿O tal vez fue una predicción? ¿O un signo del Universo? ¿Y quizás incluso la clave para lograr la abundancia?

Para la mayoría de las personas, estas preguntas siguen sin respuesta. Pero para ti, tus sueños ya no guardarán ningún secreto.

Prepárate bien ...

Porque nos embarcamos en una misteriosa aventura ...

Una aventura en el extraño y desconocido mundo de los sueños... El mundo donde todo es posible, el mundo que parece real.

Si está listo, podemos comenzar este viaje ...

Ten presente que corre el riesgo de hacernos descubrir mucho sobre nosotros mismos.

Toma tu bebida favorita ...

Ponte cómodo ...

Lleva un cuaderno ...

Coge un bolígrafo ...

Y de camino, querido amigo :)

Capítulo 1 :

La verdad sobre los sueños

"¿Por qué soñamos?" Además de esto, necesita saber más al respecto. Esta es la primera pregunta que debe hacerse ...

Si no tiene la respuesta, no podrá comprender el significado de sus sueños y pesadillas después.

Todo comenzó en 1950 con un investigador francés llamado Michel Jouvert que descubrió un nuevo estado de sueño: paradójico.

Es una situación particular donde el durmiente está dormido mientras su cerebro está despierto, por lo que la situación es paradójica.

Algunas áreas del cerebro permanecen activas, mientras que otras están totalmente dormidas. Por eso el sueño parece tan real.

Y son en particular las áreas visuales las que son operativas, lo que explica por qué los sueños son a menudo secuencias de imágenes.

Pero las áreas del cerebro que cuidan las proporciones, los colores de los objetos están anestesiados, por eso los sueños suelen ser extraños y fantasmagóricos.

Pero eso no responde a nuestra pregunta: Además de esto, necesita saber más al respecto. "*¿Por qué soñamos?*"

De hecho, el sueño nos permitiría asimilar las emociones del día.

Imagina que tu cerebro inserta los eventos fuertes del día en tu subconsciente. Como un registro.

Y si el cerebro utiliza un sueño para ello, es porque proporciona un entorno seguro, donde las emociones se pueden amplificar.

Los sueños también ayudan a consolidar la memoria y el aprendizaje.

¿Cómo recordar un sueño?

Tiene sentido, si no recuerdas tu sueño, definitivamente no podrás descubrir su significado.

Secreto n ° 1 : Pídale a su subconsciente que lo recuerde. Lo que tienes que hacer antes de acostarte es decirte a ti mismo, si tengo un sueño, lo recordaré. Esto aumenta en gran medida sus posibilidades de retenerlo y, por lo tanto, analizarlo.

Secreto n ° 2 : Escribe el sueño. Muy a menudo, cuando nos despertamos, recordamos nuestro sueño, pero unos minutos después, ya es demasiado tarde, nuestro sueño se ha ido volando y su mensaje con él. Así que ponga un bolígrafo y un cuaderno al lado de su cama y adquiera el hábito de anotar cada sueño cuando se despierte.

Secreto n ° 3 : La técnica del flashback consiste en contar todas las noches antes de dormir en la dirección opuesta. Por ejemplo: 60-59-58-57-56-55.

Secreto n ° 4 : Respiraciones mágicas. Tan pronto como se despierte, inhale durante 12 segundos. Aguante la respiración durante 12 segundos y visualice un rayo de luz en su columna vertebral. Y exhale 12 segundos mientras visualiza este rayo de luz que sale por su cuello.

Secreto n ° 5 : Coloque un pequeño objeto simbólico cerca de usted en su mesita de noche, como una carta del Tarot, un pequeño Buda. Luego invierte este objeto con el pensamiento. Concédale el poder de ayudarte a recordar los detalles de tus sueños.

Secreto n ° 6 : Toma un vaso de agua, medita con este vaso en tus manos y dirígete a él tu petición con respecto a tus sueños. Luego coloque este vaso en su mesita de noche o cerca de su cama. Si tiene

sed por la noche, también puede beber este vaso de agua. Por la mañana, vuelva a tomar el vaso en sus manos y escuche si le llega un mensaje sobre su vida.

Secreto n ° 7 : Y la mejor parte es dormir bien por la noche. Esto significa dormir en una habitación a 19 ° C, con un buen colchón y almohadas de seda. Recuerda también humedecer tu dormitorio.

Capítulo 2 :

Significado de los sueños

Puedes imaginar que me es imposible realizar una guía con todos los sueños que existen. Por eso decidí poner las grandes categorías y los grandes tipos de sueños en este capítulo.

Si desea más precisión o si su sueño no encaja en ninguna de mis partes, vaya a la parte de recursos al final del libro, allí encontrará los sitios de “diccionarios de sueños”.

Pero cuidado: un sueño puede tener varios significados y tu interpretación no es necesariamente la correcta desde el principio.

Tienes que dar un paso atrás y trabajar un poco en ti mismo para comprender tus sueños. Es un trabajo real que requiere esfuerzo.

Pero honestamente, las recompensas merecen el esfuerzo, porque las verdades sobre el Universo, tu futuro y tu identidad interior que puedes descubrir son simplemente fascinantes.

¿Estás listo para comenzar tu aventura hacia los extraños secretos que esconden tus sueños?

¿Estás listo para descubrir la verdad oculta sobre tu identidad y tu misión en la tierra?

¿Estás listo para atraer la abundancia decodificando los mensajes secretos que el Universo comparte contigo todas las noches?

Si respondió afirmativamente a una de estas preguntas... El resto puede agradarle.

Sueños de animales:

Los animales en tus sueños pueden representar emociones primarias y poderosas. Nos recuerdan nuestro lado animal. Forman un vínculo intermedio entre el mundo mineral y el mundo humano.



Sueños de muerte:

Podrías pensar que un sueño de muerte es negativo... pero no lo es. La muerte significa un nuevo comienzo, todo lo que muere da paso a la vida. Una muerte también puede indicar una decepción por venir.



Sueños de amor:

Soñar con el amor a menudo significa felicidad total para quien sueña. Si su amor es rechazado, es una promesa de esperanza y una señal de que sus esfuerzos se verán coronados por el éxito.



Sueños de caídas:

Soñar con caer al vacío se puede interpretar, desde el punto de vista freudiano, como una aspiración a dejar ir, abandonar, a no controlar más las situaciones. Caer al vacío es un vértigo que puede referirse a un sentimiento de profunda inseguridad en la vida real.



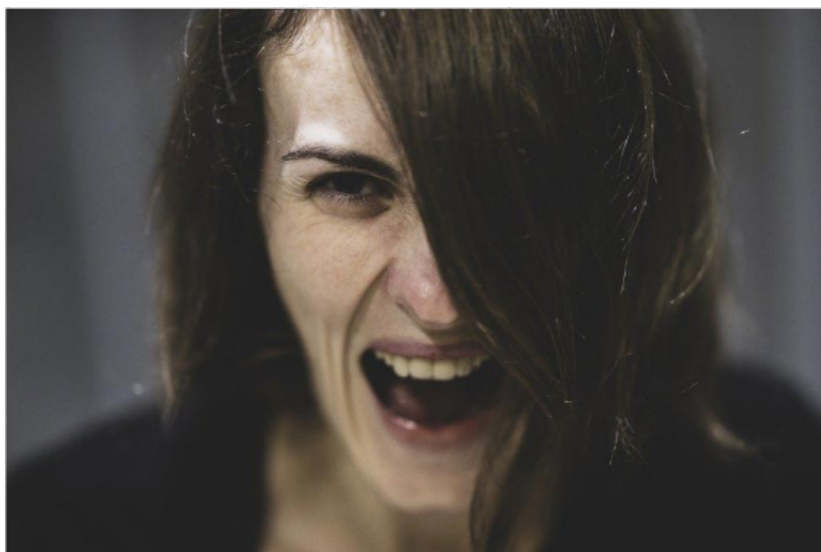
Sueños de bebé:

Soñar con un bebé es símbolo de renovación, inocencia y calidez. También es la imagen de la esperanza y el futuro. Soñar con un bebé, puede anunciar el regreso a la paz en la vida del soñador o del soñador.



Sueños de conflicto:

Soñar con discutir y tener una discusión en un sueño con tu mejor amigo te promete serios inconvenientes. Si soñó que estaba discutiendo por nada con alguien, podría ser una señal de algún problema de salud menor.



Sueños de la casa:

Soñar con una casa representa a la persona en su totalidad.

Cuando sueñas con una casa, estás en relación directa contigo mismo para recibir información útil sobre tu estado físico o mental.



Recursos:

El mejor diccionario de sueños:

- <http://www.signification-reve.com>