

## Come funziona l'interpretazione dei sogni

**Pubblicato:** Giovedì 2 Novembre 2023



**Sogniamo! La scienza afferma che solo chi ha delle emozioni è in grado di sognare.** Gli animali, in base ad alcuni studi scientifici, ha dimostrato che gli animali domestici (cani e gatti), come alcuni animali domestici, ma di “stalla”, come le capre, sono in grado di sognare. Le loro attività cerebrali, i versi e i movimenti compiuti durante il sonno dimostra che hanno la capacità di rielaborare le immagini e le **emozioni vissute, trasformandosi in sogno.**

Anticamente c'era la convinzione che i sogni fossero dei messaggi divini. Esiste uno studio esoterico che **dimostra che essi possono essere premonitori.** Molti studiosi affermano che parte del sogno deriva dai nostri ricordi, ma c'è qualcosa di **non spiegabile, di energie esterne, che appartengono alla magia in cui vi sono messaggi lontani.**

In Italia c'è perfino l'**Interpretazione dei sogni** che è molto radicata nella nostra tradizione. La smorfia napoletana ha tradotto i **sogni in numeri, unendo la divinazione dell'interpretazione a quella della numerologia. Insomma il sogno cos'è?** Difficile dirlo. Vero è che in psicologia viene utilizzata per riuscire a interpretare i messaggi del subconscio, vale a quelli che reprimiamo o ricordi che dimentichiamo.

### COME INTERPRETARE I SOGNI

**Interpretare o capire quello che vuole il nostro cervello, il nostro “IO” non è facile.** C'è chi cerca i famosi numeri nelle immagini che ricorda oppure spera di avere un messaggio chissà da chi.

Questo vuol dire che è necessario capire cosa si vuole **interpretare e cosa capir**. **Ad oggi è possibile, grazie ad internet, capire sia il lato emozionale che riuscire poi a collegarsi a qualcosa di mistico**. Però per un'analisi o studio approfondito occorre rivolgersi a dei professionisti. Tutto quello che si ritrova su *internet* molte volte è solo indiziario e invece di riuscire a dare risposta crea altre domande.

### **Psicologia e/o scaramanzia**

Uniamo i due discorsi vale a dire quello che è psicologico e scaramantico o tradizionale.

**Il nostro "Io" è costituito dal subconscio che è una parte emozionale che nascondiamo all'interno di noi stessi. Reprimendo alcune emozioni, controllandole oppure dimenticando traumi infantili, esso cresce e diventa qualcosa di nascosto. La psicologia mira a scoprire quello che vi è nascosto al suo interno e spesse volte, per trovare la strada giusta, è costretta ad analizzare i sogni che facciamo. Il sogno è una sorta di reazione del cervello che ci mostra delle immagini che non sono definite oppure dove siamo protagonisti di situazioni che non riusciamo a risolvere quando siamo svegli. In questa fase, cioè nella fase REM, di sonno profondo, il cervello non è cosciente ed è qui che si aziona il subconscio.**

**I sogni possono essere incubi oppure darci delle sensazioni che poi ricordiamo durante la veglia. Questo dimostra che ci sono dei conflitti irrisolti a cui solo delle immagini oniriche riescono a dare voce.**

C'è comunque chi è convinto che essi siano dei messaggi esterni, sogni premonitori oppure dati da energie sconosciute. In questo caso **esistono delle interpretazioni che sono dettate dalla divinazione che interpreta i messaggi in base a dicerie oppure a racconti che sono ormai parte della nostra tradizione.**

Redazione VareseNews  
redazione@varesenews.it