

TENDENCIAS

Dime qué soñaste y te diré qué te preocupa: los 9 sueños más comunes

El Ciudadano · 16 de noviembre de 2015



Ian Wallace lleva 30 años estudiando el campo del sueño desde la psicología, y su interpretación de más de 150 mil sueños le dan la experiencia para elaborar esta lista de los 9 sueños más comunes y su significado. Además, se da la atribución de darte un consejo...

TOP 1. Soñar que te persiguen

Quiere decir que... Hay un asunto en tu vida al que te quieres enfrentar pero no sabes cómo.

Deberías... Este asunto es normalmente una oportunidad para ti, para que persigas tus ambiciones. Puede que tengas miedo de lanzarte a la aventura, pero el resultado valdrá la pena, porque probarás nuevos talentos de ti mismo que desconoces.

TOP 2. Soñar que se te caen los dientes

Quiere decir que... Tus dientes simbolizan cómo estás de confianza en ti mismo y qué tan poderoso te sientes. Así que si sueñas que se te caen los dientes es que alguna situación está haciendo que tu confianza se tambalee.

Deberías... En lugar de pensar que estás ante una situación que te quita poder personal, cálmate y piensa en esto como un reto.

TOP 3. Soñar que no puedes encontrar un baño

Quiere decir que... Los baños responden a una de nuestras necesidades más básicas. Soñar que te estás haciendo pis encima y no encuentras un baño significa, según Ian Wallace, que hay un asunto importante que no eres capaz de resolver (o eso crees). Y también tiene mucho que ver con no poder expresar tus propias necesidades en la vida.

Deberías... No preocuparte tanto por las necesidades de los demás sino por las tuyas.

TOP 4. Soñar que estás desnudo en público

Quiere decir que... Escogemos nuestra ropa para presentar nuestra imagen personal a los demás: la usamos como carta de presentación. Estar desnudo en público sugiere que estas en una situación que te hace sentir vulnerable y demasiado expuesto al resto.

Deberías... Afrontar lo que te puede resultar vergonzoso, abrirte a los demás y que ellos puedan conocer tus talentos y virtudes.

TOP 5. Soñar que haces un examen sin estar preparado

Quiere decir que... Los exámenes son la manera en que juzgamos nuestras habilidades así que indica que estás claramente examinando de manera crítica la forma en la que vives en este momento.

Deberías... En lugar de obsesionarte con una examinación crítica de tu vida y juzgarte constantemente, celebra tus logros y conocimientos.

TOP 6. Soñar que puedes volar

Quiere decir que... Te liberaste de un buen peso en la vida.

Deberías... Ese sentimiento de liberación no es coincidencia: por fin pusiste solución a algún problema en tu vida. El consejo de Wallace es que lo identifiques y sigas por ese camino.

TOP 7. Soñar que te caes al vacío

Quiere decir que... Te aferras con todas tus fuerzas a algo que es frágil y conflictivo en tu vida (una relación, una pequeña posibilidad...)

Deberías... Relajarte y dejarlo ir. En lugar de estar tan preocupado por perder el control, a veces solo debemos confiar en los demás y en nosotros mismos y dejar que la naturaleza siga su curso.

TOP 8. Soñar que perdemos el control del vehículo

Quiere decir que... El coche representa nuestra habilidad para hacer consistente el progreso respecto a un objetivo específico. En el camino de la vida debes sentir que no tienes el control sobre tu propio camino al éxito.

Deberías... En lugar de probar tomar el control de la situación, relájate, confía en tus instintos y conducirás tu vida al mejor objetivo.

TOP 9. Soñar que encuentras una habitación secreta

Quiere decir que... Las habitaciones de una casa representan diversos aspectos de tu carácter. Así que encontrar una que no está en uso sugiere que estás descubriendo un talento del que no te habías percatado antes.

Deberías... Así tan pronto como explores tus talentos ocultos, estarás más preparado para abrir otras puertas que conduzcan a otras posibilidades de futuro en tu vida.

Ian Wallace explica en su web que pasamos dos horas de la noche soñando, y aproximadamente cada uno de nosotros crea cerca de cinco episodios de sueño. Para analizar lo que hemos soñado debemos ser rápidos y acordarnos al minuto de despertarnos. ¿Cómo? Despiértate, relájate, no hagas nada (ni mires el reloj), tus recuerdos de lo que has soñado vendrán a tu mente. Después, rápidamente, dibuja o escribe lo que recuerdas. Olvidarlos es sencillo.

fuelle **El After**

Fuente: [El Ciudadano](#)