

La traición onírica: ¿qué significan los sueños sobre infidelidad?

Cuando mi esposo me trajo una taza de té a la cama una mañana, apenas pude musitar un "gracias". Estaba furiosa porque había pasado la noche divirtiéndose descaradamente con otra mujer (una amiga nuestra, ni más ni menos).

Da igual que solo hubiera sucedido en un sueño. Las emociones -traición, indignación, rechazo- se sintieron reales. Mis próximas palabras -"Soñé la noche pasada"- coincidieron con lo que Wilde afirmó ser la frase más aterradora en el idioma inglés.

Mi esposo probablemente estaría de acuerdo. Enrolló los ojos mientras se lo contaba. No es la primera proyección de esta película particular, aunque el elenco y la trama varían.

¿Revelan este tipo de sueños algo? ¿Una ansiedad generalizada? ¿Una desconfianza profundamente arraigada? ¿Una premonición? ¿O, como han postulado algunos investigadores, los sueños son un ruido sin sentido -un subproducto de la actividad neuronal frenética que tiene lugar durante la fase de sueño conocida como "movimiento ocular rápido" o sueño REM?

Jane Haynes es una psicoterapeuta con sede en Londres. Originalmente se formó como analista junguiano y todavía cree que hay un gran valor en trabajar con los sueños y el inconsciente. "Los sueños llevan un mensaje de algún tipo", dice Haynes. "Comunican en un lenguaje nocturno."

Sin embargo, no se trata de un lenguaje que se preste a una traducción universal. A pesar de las afirmaciones de la psicología pop en contrario, los sueños sobre dientes, o volar, o estar desnudo en público no tienen cada uno su propio significado único y a medida que simplemente puede ser descodificado.

"Como psicoterapeuta, estoy guiando, no decodificando", dice Haynes. "Siempre es el contexto lo que es importante cuando se trata de dar sentido a un sueño. Alguien que te dice lo que significa tu sueño te quita tu agencia."

Haynes, junto con el neurólogo y el médico del sueño Dr. Oliver Bernath, está curando un Simposio de Sueños en la Royal Institution en Londres el 21 de junio. Una de sus motivaciones es alentar a las personas a tomar los sueños más en serio. "Son una parte increíblemente importante de nuestras vidas", dice. Considere que pasamos aproximadamente una tercera parte de nuestras vidas dormidas -y alrededor del 20% del tiempo que estamos dormidos soñando- y es difícil argumentar en contra.

Antes de sumergirnos en la pregunta de por qué es que pasamos tanto tiempo en esencialmente un estado alucinatorio, delirante, un aviso a aquellos de ustedes que afirman no soñar en absoluto. Lo siento: están equivocados.

La investigación de laboratorio del sueño ha demostrado que cuando las personas que afirman no soñar son monitoreadas y despertadas periódicamente durante la noche, han estado soñando. Simplemente no lo recuerdan en la mañana.

Fase del sueño

Actividad neuronal

Fase REM

Aumento de la actividad neuronal en la corteza visual y motora, el cíngulo y la amígdala, y el hipocampo

Fase de sueño ondulatorio lento

Aumento de la actividad neuronal en la corteza prefrontal

El estudio de los sueños -llamado oneirología- tiene una larga historia. En la cultura tradicional china, los sueños eran una puerta al futuro; en la antigua Grecia, se creía que los sueños eran mensajes de los dioses. "Los dormitorios para dormir se llevaban a cabo en los grandes

anfiteatros, donde los ciudadanos podían acudir a incubar sus sueños, con 'guías de sueños' a mano para interpretarlos", dice Haynes.

Aunque ahora sabemos que los sueños provienen de adentro, aún no está del todo claro para qué sirven.

Es una pregunta que Prof. Mark Solms, un neurocientífico en la Universidad de Ciudad del Cabo y el orador principal en el simposio de la Royal Institution, ha estado investigando durante más de tres décadas. Su investigación ha arrojado luz sobre una función intrigante y aparentemente contradictoria del sueño.

Emily Wurramara: a historia de uma artista indígena australiana

Emily Wurramara era uma artista **pix bet globo** ascensão. A cantora e compositora indígena, então radicada **pix bet globo** Brisbane, acabara de lançar seu primeiro álbum "Milyakburra", nomeado **pix bet globo** homenagem à **pix bet globo** comunidade **pix bet globo** Bickerton Island no Território do Norte. O álbum recebeu críticas elogiosas e crescente interesse. Então, uma noite de 2024, **pix bet globo** vida desabou ao seu redor.

Ela se lembra de ter ido para a cama cedo, porque não se sentia bem. Ela foi acordada por seu irmão, que gritava. Ela abriu os olhos e viu uma pintura feita por **pix bet globo** avó na parede pegando fogo. O apartamento estava **pix bet globo** chamadas.

Wurramara pegou seu laptop e o bibe de **pix bet globo** filha. (Por sorte, **pix bet globo** filha estava hospedada **pix bet globo** outro lugar com a **pix bet globo** avó.) E elas correram.

Wurramara **pix bet globo** lutruwita/Tasmânia. Após o incêndio, ela sentiu a necessidade de começar tudo de novo e deixou Brisbane.

[kiedy bwin w polsce](#)

O incêndio começou sob o quarto dela. Levou onze equipes de bombeiros várias horas para controlá-lo. Wurramara e **pix bet globo** família escaparam com apenas as roupas que vestiam.

Mais tarde, Wurramara diz que teve uma epifania: "Eu tinha as pessoas que amava, minha irmã me deu o telhado sobre a cabeça, minha filha estava segura, todos estavam seguros."

O novo álbum de Wurramara chama-se "Nara". Na língua nativa de Anindilyakwa, a palavra significa "nada". Sua mãe tatuou a palavra **pix bet globo** seu antebraço direito; ela enrola o braço para mostrar-me.

"Foi quando percebi que tinha nada, que tinha tudo.", ela diz.

Estamos falando via Zoom. Após o incêndio, Wurramara se mudou para Dodges Ferry, 40 quilômetros de Hobart **pix bet globo** lutrawita/Tasmânia. Ela está vestida com um capuz da Nasa, tão longe de Milyakburra e do calor do Golfo quanto pode, mas seu coração está cheio.

Parte da satisfação é romântica. "Bem, eu me apaixonei", ela diz, rindo, quando perguntada sobre o motivo da mudança, mas havia mais por trás disso.

Em Dodges Ferry, ela está isolada e fria: "Meu primeiro inverno realmente me partiu." Em todos os sentidos, é um movimento contraintuitivo para Wurramara, que é a definição de uma pessoa social: sociável, entusiasmada, com uma permanente e infectante sorriso.

Ela diz que precisava se mudar para crescer, tanto como musicista quanto pessoa: "Eu estava muito confortável comigo mesma." A prova está **pix bet globo** "Nara". Apesar de **pix bet globo** autoimposição de isolamento, "Nara" é um segundo álbum confiante e aberto, desta vez escrito e cantado quase inteiramente **pix bet globo** inglês.

Isso também foi uma mudança intencional. Não foi por ganho comercial (os números de streaming de Wurramara já são saudáveis o suficiente), mas para resistir à estereotipação: "Eu acordo todos os dias como uma mulher negra e nada vai mudar isso, mas isso não é minha arte; isso é eu como pessoa. Eu deveria poder explorar minha arte sem caber **pix bet globo** nenhuma caixa."

Wurramara nasceu **pix bet globo** Darwin. Sua família se mudou para Brisbane quando ela tinha seis anos. Desde a **pix bet globo** infância, ela se lembra de ir e voltar para Bickerton, a oeste de Groote Eylandt no Golfo de Carpentária ocidental.

"As histórias do Sonho, os momentos que tive **pix bet globo** Bickerton tiveram um papel fundamental **pix bet globo** minha composição.

"Para mim, casa é onde meu coração se sente feliz."

[kiedy bwin w polsce](#)

Um dia antes de nossa conversa via Zoom, ela se deparou com Neil Murray, o compositor por trás de My Island Home. "É um hino para mim. Sempre que o ouço, penso **pix bet globo** meus avós, minhas tias, todas minhas famílias e linhagens. Mas também penso na tribo e na comunidade, porque casa pode ser representada **pix bet globo** diferentes perspectivas. Casa, para mim, é onde meu coração se sente feliz."

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: pix bet globo

Palavras-chave: **pix bet globo - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-08-28