

## SENSIBILIDADE ENERGÉTICA E AMBIENTE

Adilson Mota

Publicado na edição 178 do *Vórtice* - março/2023

As pessoas com nível alto de sensibilidade energética – que têm a capacidade de absorver as energias de pessoas, ambientes e objetos com facilidade - relatam sentir mal-estar maior quando em determinados tipos de ambiente, mais do que em outros. Esses ambientes são, principalmente, locais com aglomeração como shopping center, supermercado, rua movimentada, feira livre, bares, restaurantes, festas, casas de show e boates, academia de ginástica, hospitais, clínicas e postos de saúde, velório, cemitério, entre outros. Acreditamos que o comprometimento do sistema vital que leva ao desconforto e mal-estar se deve ao *quantum* de energia absorvida, associado ao teor das energias, já que nestes ambientes há uma grande heterogeneidade fluídica e uma grande profusão de fluidos, além de alguns desses lugares estarem envolvidos em energias deprimentes como bar, hospital, velório, cemitério etc.

Não são todas as pessoas com alta sensibilidade energética que se sentem pouco à vontade nesses locais e não acontece sempre, nem na mesma intensidade. Quando acontece, geralmente inicia com uma inquietação íntima e uma vontade de sair do local; na sequência podem sentir dor de cabeça, enxaqueca, náusea, desconfortos estomacais e tontura. Alguns têm a sensação de desmaio. Lembrando ainda que não ocorre da mesma forma com todos, variando ainda de acordo com o tipo de ambiente.

Muitas vezes ao deixarem o local, rapidamente as sensações ruins e os desconfortos desaparecem. De outras, o mal-estar persiste e sobrevêm cansaço e falta de energia fortes, necessitando de um bom descanso para que se restabeleça o bem-estar.

Para identificar melhor essas situações realizamos um levantamento contando com a ajuda de pessoas com alta sensibilidade energética que responderam a um questionário de pesquisa.

Numa escala de afetação a pesquisa apresentou o seguinte quadro:

| <b>Grau de afetação</b>  | <b>Ambientes</b>                                | <b>% de pessoas nessa condição</b> |
|--|---|------------------------------------|
| Grau 1:<br>Ambientes que afetam negativamente, mas ao sair do ambiente, rapidamente se recuperam.                | Táxi  | 43,6%                              |
|  | Restaurante                                     | 38,2%                              |
|  | Lanchonete, açougue, supermercado e feira livre | 34,6%                              |
| Grau 2:<br>Ambientes que afetam negativamente, e mesmo fora do local precisam de algumas horas para se recuperar | Bar   | 38,2%                              |
|  | Posto de saúde                                  | 36,4%                              |
| Grau 3:<br>Ambientes que fazem sentir-se muito mal, só ficando bem depois de dormir ou descansar                 | Hospital  | 27,3%                              |
|  | Festa de rua, Shopping center e                 | 25,4%                              |

|  |                      |       |
|--|----------------------|-------|
|  | transporte público   |       |
| Grau 4:<br>Ambientes que fazem sentir-se muito mal, e mesmo depois de dormir/descansar permanece o mal-estar | Velório              | 38,2% |
|  | Cemitério            | 30,9% |
|  | Boate e festa de rua | 20%   |
|  | Hospital             | 16,4% |
| Ambientes que afetam positivamente   | Praia                | 45,4% |
|  | Centro espírita      | 41,8% |

Percebe-se que velório e cemitério são os ambientes que causam os maiores desconfortos e mal-estares às pessoas com alta sensibilidade energética (38,2% e 30,9%). Diríamos que num grau 4 de afetação. Sentem tanto mal-estar que ainda permanece mesmo depois de dormir ou descansar.

Hospital - 27,3% dos pesquisados -, além de festa de rua, shopping center e transporte público contribuem bastante para os desconfortos e mal-estares sentidos pelas pessoas possuidoras de hipersensibilidade energética. Afetação grau 3. As pessoas se sentem muito mal, mas ficam bem após dormir ou descansar.

Bares (38,2%) e postos de saúde (36,4%) se classificam num grau 2 de afetação. O mal-estar passa após algumas horas fora do ambiente.

No grau de afetação mais baixo – grau 1 - situam-se ambientes como táxi, restaurante, lanchonete, açougue, supermercado e feira livre. As pessoas ficam bem ao saírem do ambiente.

Apesar de 9,1% dos pesquisados situarem o bar como sendo um ambiente que lhes afeta de forma muito severa (grau 4), algumas pessoas relataram que se o bar estiver com pouca gente e se as companhias forem agradáveis não são tão afetadas. Isso nos faz pensar se a alegria não seria um antídoto para a alta sensibilidade energética. Deixar-se envolver por uma alegria saudável e pelo otimismo poderia talvez criar uma aura protetora contra energias deprimentes.

Por outro lado, alguns dos pesquisados disseram não se sentir bem quando vão ao centro espírita ou à igreja. Para 10,9% dos pesquisados o ambiente do centro espírita lhes afeta em grau 1 e 5,5% em grau 4. Já com relação à igreja, 20 % são afetados em grau 1 e 3,6% dos pesquisados apontaram afetação em grau 4.

A praia também não será um ambiente prazeroso se estiver cheia de gente para algumas pessoas com alta sensibilidade energética. Para 5,5% a praia é um ambiente que afeta negativamente, mas rapidamente se recuperam ao deixá-la. O grau de afetação é 4 para 1,8% das pessoas pesquisadas.

I. M. nos relatou a seguinte história ocorrida quando estava em uma academia de ginástica para fazer um curso:

“Ao chegar na academia senti um impacto, como se um jato quente estivesse me abraçando. Senti vontade imediata de me retirar do local, mas disfarcei e procurei manejar as sensações desagradáveis. Quando me dirigi à parte de trás do salão onde

seria realizado o curso senti dificuldades para respirar. Quando sentei, pensei: será que vou aguentar?

Pelo compromisso assumido decidi enfrentar o desafio. Durante todo o período da manhã fiz um esforço hercúleo para ficar presente no corpo, pois estava dissociando. Chegando o horário do almoço, o pessoal combinou de ficar junto para almoçar, mas eu não tive condições de acompanhá-los. Aproveitei o intervalo do almoço e fui para casa me recuperar, assim poderia continuar participando no turno da tarde. Cheguei em casa esgotada, fazendo esforço para respirar, meu corpo doía. Deitei e meu marido fez uma massagem nos meus pés, eles estavam gelados, adormeci dormindo por cerca de uma hora. Ao acordar tive vontade de não retornar, mas como estava melhor, decidi seguir no compromisso assumido.

No período da tarde participei dos exercícios propostos e entrei no estado de letargia, segundo a explicação que recebi. Após esse momento fiquei em alerta para não dissociar e resolvi não participar dos demais exercícios e assim, permanecer no controle do meu corpo. Encerrando o período da tarde e chegando em casa, senti muita irritação, um cansaço exaustivo, dores no corpo, minhas pernas doíam, uma sensação de que meus ossos estavam esfarelado, demorei para conseguir dormir devido esse incômodo. No dia seguinte, já próximo do término do curso, ao chegar na academia, a sensação é que eu estava entrando num calabouço sem circulação de ar. Procurei ficar em silêncio, não participei dos exercícios, procurei ser cordial com os colegas e me manter firme, mas contando os minutos para sair da academia. Ao terminar o curso me apressei para sair do ambiente. Ao chegar em casa com muita dor no corpo novamente, me arrastando, sem forças, fui imediatamente dormir, minha casa é um refúgio e ao dormir na maioria das vezes me recupero. (Nesse percurso não dirigi). Após dois dias me senti normal e sem sintomas.

O que senti não foi relatado para o dirigente do curso nem para os colegas. Acho que não seria compreendida. Me habituei a não comentar sobre esses sintomas para evitar constrangimentos. As pessoas em geral não entendem.”

Na pesquisa, 25,5% dos pesquisados apontaram a academia de ginástica como nível 1 de afetação; 20% como nível 2; 12,7% nível 3 e nenhum dos pesquisados registrou como nível 4. Ao que parece I. M. é uma exceção. 7,3% responderam que o ambiente da academia lhes afeta positivamente.

Como Deus nada faz de inútil, essa capacidade não é somente fonte de transtornos, mas pode ser útil em muitos casos. Por exemplo, ao perceber que as energias de determinado ambiente não estão muito agradáveis, pode-se ajudar a mudar esse panorama através de uma prece silenciosa. Se sentir-se mal no contato com outra pessoa pode, além de uma prece, estimular um diálogo, um desabafo, quem sabe e assim, aliviar uma angústia que talvez ela esteja carregando.

Desta forma, há sempre meios de se utilizar de forma positiva os recursos que a Divindade colocou ao nosso dispor, mesmo aqueles que ainda causam desconforto e incômodo. Além disso, as pessoas com alta sensibilidade energética possuem uma facilidade maior para desenvolver certos recursos psíquicos como dupla vista e

desdobramento. Em os desenvolvendo, estarão ampliando as possibilidades de alcançar autoconhecimento e de ajuda ao próximo, se souberem bem conduzir essas possibilidades.

Certas estratégias podem ser utilizadas como medida de proteção para que não haja absorção de energias deprimentes ou desnecessárias. São medidas que devem ser tomadas antes de sair de casa. Uma delas, a mais comum, refere-se à criação fluídica de uma bolha, pirâmide, tela, campo de força etc. que permita a passagem de apenas energias salutares e necessárias fazendo uma filtragem mais elaborada dos fluidos ambientes.

Caso tenha absorvido energias que causaram mal-estares ou desconfortos, pode-se utilizar uma outra técnica para drenar essas energias, filtrá-las e transformá-las, devolvendo-as ao ambiente de onde se originaram, carreando consigo elementos de boas vibrações de saúde, harmonia e paz.

Há ainda técnicas de reenergização através da respiração profunda, diafragmática ou conectando-se à natureza, absorvendo dela as energias que necessita para abastecer-se com bons fluidos. Essas e outras estratégias fazem parte do capítulo de criações fluídicas onde o pensamento e a vontade são os instrumentos da mente para a manipulação de energias a nosso favor e do próximo.

O pensamento positivo, de gratidão e alegria são também boas providências a se tomar, seja ao acordar pela manhã, seja antes de sair de casa, antes de encarar os desafios ou necessidades do dia. Manter-se com a mente elevada sustentado por uma prece sincera ao Criador pode ajudar-nos a criar uma proteção natural e uma capacidade de filtragem maior pelos nossos centros vitais.