

SENSIBILIDADE E ENERGIA

Introdução

Adilson Mota

Desde a década de 90 do século passado que as pessoas altamente sensíveis vêm sendo estudadas, principalmente pela Psicologia. As PAS - sigla para pessoas altamente sensíveis – possuem uma condição genética que as torna fortemente afetadas por estímulos físicos e emocionais externos e internos. Essa é uma condição geralmente inata, nada tendo a ver com estado patológico ou desarmonia. Essa hipersensibilidade já era conhecida, mas não estudada ou pouquíssimo estudada. Encarni Muñoz Silva, psicóloga, em artigo de setembro de 2019 assim define as pessoas altamente sensíveis:

As Pessoas Altamente Sensíveis (PAS) são aquelas que têm a capacidade de captar pequenos detalhes e matizes de tudo aquilo que as rodeia. São pessoas delicadas e hipersensíveis, que demonstram ter um grau de compromisso extremamente alto com todas as coisas que realizam. (mundopsicologos.com).

Dentre os estudos desenvolvidos destaca-se o de Elaine Aron, psicóloga norte-americana que realizou diversas pesquisas nessa área, principalmente pela mesma fazer parte do grupo de PAS.

A alta sensibilidade pode ser explicada através da sigla PEES que resume as características principais das PAS:

P – profundidade de processamento

E – excesso de estímulos

E – Emotividade

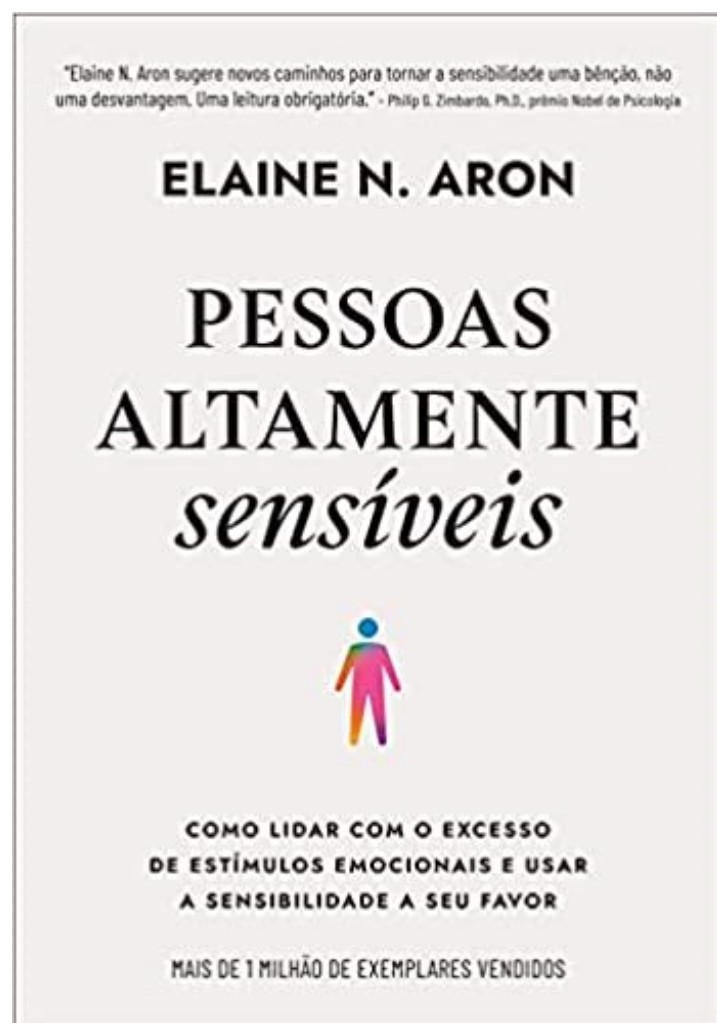
S – Sentir a sutileza

De forma mais detalhada, Encarni assim caracterizou as PAS:

- ◆ São pessoas empáticas e com muita intuição. São capazes de escutar os demais e viver o que está sendo contado como se fossem protagonistas da história. Se colocam no lugar do outro e entendem seus argumentos, dando conselhos que podem ser aplicados à realidade do outro, e não simplesmente passados pelo prisma de opinião alheia. Além disso, são pessoas detalhistas. São os primeiros a perceber que alguém cortou o cabelo, trocou os óculos, está usando um brinco diferente etc. Também percebem estados emocionais que o outro trata de dissimular. (Eu não diria que as PAS são empáticas, mas que têm maior propensão à empatia, pois conseguem perceber o que os outros sentem).
- ◆ São pessoas analíticas e com grande capacidade de processamento de informação. Isso não quer dizer que são inconstantes, ou mudam de ideia o tempo todo, mas que sabem dissecar um assunto para chegar às conclusões mais acertadas.
- ◆ São pessoas com um amplo leque emocional, que sabe como lidar com os sentimentos e são capazes de manter equilíbrio entre razão e emoção. Quando se expressam, costumam usar frases do tipo "sinto que" no lugar de "penso que". (São facilmente afetadas pelas emoções dos outros, nem sempre sabendo como lidar com as próprias emoções)
- ◆ São pessoas capazes de apreciar a solidão. Desfrutam da sua própria companhia e não necessitam preencher todas as horas do dia para estar fazendo alguma coisa com alguém. Ainda assim, são pessoas com grande capacidade para trabalhar em equipe.
- ◆ São pessoas que se sentem incomodadas pela superestimulação. Preferem ambientes mais tranquilos e com poucos estímulos, para poder desfrutar sem se sentir esgotadas. Preferem um encontro com poucos amigos que grandes eventos sociais, repletos de gente.

A capacidade das PAS de processar informações com profundidade, de perceber detalhes físicos ou emocionais que são indiferentes ou passam despercebidos para as outras pessoas, associadas ao incômodo que sentem com a abundância de estímulos as leva a se sentirem fatigadas com mais facilidade. Isso as faz procurar com certa frequência um recanto

ELAINE ARON, psicóloga americana de pesquisa clínica.



tranquilo onde possam se isolar e se recompor dos desgastes e da hiperestimulação.

As PAS são mais intuitivas, percebem nas entrelinhas, são mais criativas e têm uma mente fértil para ideias, mesmo conscientes de que não conseguirão realizá-las todas.

“Um dos aspectos notadamente negativos de ser uma PAS é o fato de serem incompreendidas e taxadas de ‘estranhas’ por grande parte das pessoas do seu entorno. Muitas vezes, são consideradas pessoas



frágeis em excesso, vulneráveis, com pouca estabilidade, o que pode ser uma grande fonte de frustração, especialmente em cenários competitivos e exigentes como pode ser o mundo laboral”, afirma ainda Silva. Certa vez fui taxado de estranho ao dizer que sentia mais prazer lendo um livro do que indo a uma festa.

O desconhecimento desse fator de hipersensibilidade por parte da PAS pode gerar sofrimento e a sensação de não-pertencimento. Além disso a necessidade de expor-se a muitos estímulos em certas circunstâncias pode ser doloroso, sem contar que as PAS são mais propensas ao estresse, à ansiedade e à depressão. Às vezes torna-se necessária a ajuda de um psicoterapeuta para que a PAS conheça a si mesma e aprenda a lidar com a característica de hipersensibilidade. Aprender a aceitar-se pode torná-la pessoa completamente inserida no meio em que vive.

Algumas pessoas que possuem esse traço mas não sabem, acham que há algo de errado com elas. “Ser altamente sensível não é um transtorno ou doença, é uma condição. É ter consciência muito maior de todos os detalhes em seu entorno. Uma percepção aguçada para cada estímulo externo” foi o que escreveu Tiago Belotte, especialista em Ciências Humanas e professor de pesquisa e análise de tendências na PUC Minas e no Uni-BH. (vidasimples.com; 10 janeiro 2022).

Como tudo na vida, há o lado positivo e negativo em ser altamente sensível. Para identificar as pessoas de alta sensibilidade, Elaine Aron desenvolveu um teste que apresenta 23 questões relacionadas à sensibilidade do processamento sensorial. Esse teste encontra-se no seu livro *Pessoas Altamente Sensíveis*. Ao responder esse teste, e de acordo com a pontuação apresentada, se pode determinar se o indivíduo apresenta ou não a alta sensibilidade. Elaine Aron concluiu que ser altamente sensível possui muitas vantagens como a intuição, uma maior criatividade e capacidade de per-

ceber detalhes que outros não percebem. Através dele se pode detectar quem é ou não PAS. (*Pessoas altamente Sensíveis*, 2001).

ENERGIA

Há energias de vários teores estudadas por diversas ciências, mas vamos aqui focar apenas em um tipo de energia que vamos chamar de animalizada, pois pertencente aos seres vivos, e mais especificamente ao ser humano.

A ideia de uma energia vital remonta à Antiguidade, fazendo parte da cultura milenar de vários povos, principalmente chineses e japoneses, nas tradições esotéricas e espiritualistas, conhecida como prana, chi, ki ou ainda luz astral, mana, força ódica, energia orgônica, tesma (Alexsandro Medeiros, 2017 *apud* Capra, 1989). Modernamente, o Espiritismo é um dos defensores da existência desse fluido que permeia todos os corpos orgânicos e preenche todo o espaço universal de forma latente, tendo herdado esse conhecimento da ciência do Magnetismo Animal, fundada e desenvolvida por Franz Anton Mesmer a partir de 1776.

Segundo Allan Kardec, em *O Livro dos Espíritos*, a animalização da matéria se deve à sua união com o princípio vital (*questão 62*). “Ele dá a vida a todos os seres que o absorvem e assimilam.” (*questão 63*). O princípio vital é “modificado segundo as espécies. É ele que lhes dá movimento e atividade e os distingue da matéria inerte, porquanto o movimento da matéria não é a vida. Esse movimento ela o recebe, não o dá.” (*questão 66*).

Compreendemos assim que esse elemento vital promove a vida na matéria, através da vitalidade que lhe imprime ao unir-se a ela, sendo parte integrante de todos os seres vivos, sem o que não possuiriam vida.

Nos comentários à *questão 70* da mesma obra lemos que

Os órgãos se impregnam, por assim dizer, desse fluido vital e esse fluido dá a todas as partes do organismo uma atividade que as põe em comunicação entre si, nos casos de certas lesões, e normaliza as funções momentaneamente perturbadas. Mas quando os elementos essenciais ao funcionamento dos órgãos estão destruídos ou muito profundamente alterados, o fluido vital se torna impotente para lhes transmitir o movimento da vida, e o ser morre. (Kardec)

Além de reiterar a necessidade do fluido vital para a manutenção da vida, Kardec ainda lhe indica uma propriedade reparadora da saúde. Informa ainda que a quantidade do fluido vital varia de indivíduo para indivíduo e também segundo as espécies, podendo se esgotar e tornar-se insuficiente para manter a vida, precisando ser renovada “pela absorção e assimilação das substâncias que o contém”. (*Comentários à questão* 70).

Dessa forma, cada ser vivo impregna-se de uma determinada cota dessa energia vital que funciona como “combustível” para cada célula e órgão, mantendo e reparando quando necessário para que a vida se manifeste plena e equilibrada. Essa energia forma um halo em volta dos corpos, o que muitos conhecem como aura, a qual expressa o padrão de pensamentos, sentimentos, interesses e vontades no homem, representando emanações dos aspectos mais sutis do ser como também das células. Essas energias, também conhecidas como fluido magnético ou elétrico, fazem parte de todo um circuito energético mais complexo e dinâmico quanto mais evoluída a espécie.

Por fim Allan Kardec informa que “o fluido vital se transmite de um indivíduo a outro. Aquele que o tiver em maior porção pode dá-lo a um que o tenha de menos e em certos casos prolongar a vida prestes a extinguir-se”.

Essa informação é o que dá a base para o funcionamento das chamadas terapias energéticas. Sob o influxo do pensamento e da vontade essa energia pode ser direcionada para a restauração da saúde de outrem.

Da mesma forma que podemos enviar nossas energias, também podemos atrair a energia de outrem para nós. No Novo Testamento há uma significativa passagem, da mulher hemorroíssa, que serve de exemplo para um melhor entendimento:

Então, uma mulher, que havia doze anos sofria de uma hemorragia — que sofrera muito nas mãos dos médicos e que, tendo gasto todos os seus haveres, nenhum alívio conseguira — como ouviu falar de Jesus, veio com a multidão atrás dele e lhe tocou as vestes, porquanto, dizia: “Se eu conseguir ao menos lhe tocar nas vestes, ficarei curada.” — No mesmo instante o fluxo sanguíneo lhe cessou e ela sentiu em seu corpo que estava curada daquela enfermidade.

Logo, Jesus, *conhecendo em si mesmo a virtude que dele saíra*, se voltou no meio da multidão e disse: “Quem me tocou as vestes?” — Seus dis-

cípulos lhe disseram: “Vês que a multidão te aperta de todos os lados e perguntas quem te tocou?” — Ele olhava em torno de si à procura daquela que o tocara.

A mulher, que sabia o que se passara em si, tomada de medo e pavor, veio lançar-se-lhe aos pés e lhe declarou toda a verdade. — Disse-lhe Jesus: “Minha filha, tua fé te salvou; vai em paz e fica curada da tua enfermidade.” (Marcos, 5:25 a 34.)

Em *A Gênese*, outra obra de Allan Kardec, encontramos a seguinte explicação para o fenômeno:

Estas palavras: *conhecendo em si mesmo a virtude que dele saíra*, são significativas. Expressam o movimento fluídico que se operara de Jesus para a doente; ambos experimentaram a ação que acabara de produzir-se. É de notar-se que o efeito não foi provocado por nenhum ato da vontade de Jesus; não houve magnetização, nem imposição das mãos. Bastou a irradiação fluídica normal para realizar a cura.

Considerado como matéria terapêutica, o fluido tem que atingir a matéria orgânica, a fim de repará-la; pode então ser dirigido sobre o mal pela vontade do curador, ou atraído pelo desejo ardente, pela confiança, numa palavra: pela fé do doente. (Kardec, 1868, grifo original)

A mulher atraiu pela sua vontade a energia de Jesus acreditando poder curar-se dessa forma. Há pessoas, porém, que atraem a energia de outras pessoas sem perceberem, inconscientemente. Aquelas que possuem algum conhecimento a respeito e que levam em conta o elemento fluídico acabam percebendo o que acontece consigo mesmas. Já outras, absorvem as energias alheias sem perceber e podem sentir diversos mal-estares ou mesmo sintomas de doenças que não existem objetivamente. Em matéria publicada no Vórtice de setembro de 2021 citei o artigo de Kardec intitulado *Ensaio Teórico das Curas Instantâneas* (Revista Espírita de 1868) no qual o Codificador escreveu, dentre outras coisas sobre as *doenças fluídicas*.

No mesmo artigo citei a opinião do dr. Larry Dossey sobre os hipocondríacos que, segundo ele, seriam pessoas que possuem a faculdade de telessomática (capacidade de sentir os sintomas de outras pessoas). Na atualidade essas pessoas são chamadas de empatas ou “esponjas”.

Da mesma forma que os seres humanos, os Espíritos

também são envoltos por uma atmosfera fluídica, assim como os seres inanimados também possuem sua contraparte fluídica. Há empatas que conseguem perceber não só as energias das pessoas, como também dos Espíritos e mesmo dos objetos. Se o indivíduo não souber lidar ou controlar essa habilidade poderá sentir alguns incômodos, como excesso de fadiga ou ser afetado pelas emoções alheias. Bem desenvolvida, essa que vamos chamar de sensibilidade energética, pode dar à pessoa a faculdade de psicomетria que é a capacidade de fazer a leitura das memórias impressas em objetos, ambientes ou em outro ser vivo.

Como magnetizador e psicólogo, a vontade de compreender mais profundamente as pessoas altamente sensíveis, para além da Psicologia, me levou a realizar uma pesquisa contando com a ajuda de Diego Neris, psicólogo e magnetizador, e de Tatiana Máximo, magnetizadora espírita e professora de pós-graduação na Universidade Federal de Sergipe. A pesquisa tem como objetivos responder as seguintes questões:

1) É possível que pessoas altamente sensíveis tenham, ao mesmo tempo, facilidade para captar energias de pessoas, Espíritos, ambientes e obje-

tos?

2) Se a resposta à pergunta anterior é verdadeira, o desconhecimento e a falta de habilidade para lidar com essas características poderia colocá-las no limiar entre a saúde e o transtorno mental?

Estas perguntas estabelecem uma ligação entre o Magnetismo e a Psicologia. Acredito que vale a pena estudar sobre esse tema para respondermos outra importante questão: como o Magnetismo pode contribuir nesta situação?

Na edição de fevereiro do Vórtice publicaremos os resultados da pesquisa. Portanto, não deixem de ler a continuação deste artigo na próxima edição. □

**Teriam as PAS alta sensibilidade energética?
Quais as consequências? Como lidar? Qual o objetivo, já que nada é inútil ou por acaso? Como ajudar?**

