

ALTA SENSIBILIDADE ENERGÉTICA

Potenciais adormecidos

Adilson Mota e Tatiana Máximo

Publicado na edição 181 do Vórtice - junho/2023

A alta sensibilidade energética é uma condição inata cujos traços podem se manifestar desde a infância, mas que se desenvolve, geralmente, a partir da fase de juventude. Traz algumas características que permitem ao seu portador perceber e captar com facilidade as energias de outros campos como pessoas, ambientes, objetos e Espíritos. Isto não é sem consequência, pois se o indivíduo não desenvolveu em si mesmo mecanismos de proteção, sente desconfortos diversos quando estes fluidos encontram um sistema vital descompensado, chegando a apresentar uma predisposição para certas doenças físicas, psicossomáticas ou transtornos mentais.

Há, porém, o lado positivo que deve ser valorizado e explorado. Vamos apresentar a seguir alguns desses aspectos que representam potenciais que podem ser utilizados a seu benefício e de outras pessoas. Ressaltamos que essas informações foram obtidas de dois anos de pesquisa sobre o tema através dos diversos grupos focais, entrevistas individuais, partilhas de experiências no grupo do WhatsApp e das rodas de conversa:

1. Instinto para detectar ameaças e perigos

Acontece com frequência com as pessoas com alta sensibilidade energética ao chegarem em determinado ambiente e logo sentirem uma vontade inexplicável de ir embora ou uma sensação de que ali há algo ruim. Não se trata do desejo de não estar num ambiente com o qual não se afina. Trata-se de uma vontade sem justificativa consciente, racional.

Muitas vezes já aconteceu isso.

Ontem inclusive, houve um show que eu estava com muita vontade de ir e fui.

Mas não me senti bem quando entrei, uma vontade enorme de ir embora.

E não consegui aproveitar o show do lado de dentro, comecei a ficar enjoada, precisei sair. Aí quando saí, me senti 90% melhor.

As pessoas que estavam me acompanhando não entenderam nada. (F. T.)

Alguns animais possuem alta sensibilidade energética o que lhes dá uma certa vantagem evolutiva ao fazê-los perceber com antecipação quando determinado ambiente oferece perigo. Essa espécie de instinto pode ser desenvolvida e aprimorada pelos humanos servindo no dia a dia para prevenir ou livrar de certas situações embaraçosas.

2. Maior capacidade de empatia

A alta sensibilidade energética gera uma facilidade em estabelecer conexão com outras pessoas. O *Dicionário Oxford* define empatia como sendo “capacidade de se identificar com outra pessoa, de sentir o que ela sente, de querer o que ela quer, de apreender do modo como ela apreende etc.” As pessoas dessa condição conseguem se identificar com o outro, perceber e sentir o que os outros sentem. Dessa forma elas possuem um meio que facilita

compreender a dor do outro. Se bem aproveitada, essa capacidade lhes faculta um recurso muito útil para ajudar os outros, já que conseguem melhor mensurar o que o outro passa e sente.

Geralmente, as pessoas vêm muito conversar comigo para contar coisas, até pessoas que eu não conheço, contando coisas que eu fico até sem entender, coisas tão íntimas. Eu fico meio assim... é muita confiança. Mas aí eu nunca me questioneei sobre isso, porque achei que se estou sendo útil ouvindo-a, então tá bom. (L. N.)

Eu conseguia intuir, eu conseguia me sentir útil em intuir o que aquele aluno estava sentindo, eu conseguia construir vários projetos para combate de violência dentro da instituição, eu conseguia perceber as coisas antes de chegarem a me falar, eu me sentia útil, eu gostava muito disso. (D. D.)

Tem sido bastante comum ouvir das pessoas com alta sensibilidade energética o quanto são procuradas por outras, inclusive desconhecidas, que às vezes se sentem bastante à vontade para contar seus problemas, como se uma sensação íntima ou vaga intuição lhes mostrasse que ali se encontra alguém em condições de lhes compreender. O recurso existe, porém, depende de cada um aproveitá-lo ou não.

3. Melhor percepção do outro

A facilidade para ser empático leva a maioria das pessoas com alta sensibilidade energética a ter uma melhor percepção do outro e a analisar melhor a situação em que ele se encontra.

Enquanto a pessoa está falando, eu estou observando dentro dela e estou vendo diferente das coisas que ela está dizendo. (Q. M.)

Em muitas situações as pessoas que possuem alta sensibilidade energética conseguem apreciar melhor o que os outros falam, com maior profundidade e riqueza de detalhes. Dir-se-ia que possuem uma espécie de dupla vista com a qual identificam melhor as intenções ocultas das outras pessoas entendendo até o que não foi dito.

4. Criatividade e capacidade de sentir em profundidade

A criatividade é latente nas pessoas com sensibilidade energética alta e flui naturalmente delas. Também possuem a capacidade de apreciar uma obra de arte, uma música ou um quadro, por exemplo, ou ainda uma cena do dia a dia com mais profundidade e diversidade de detalhes numa experiência rica em sensações e emoções. Podem assistir a um filme e sentir em si mesmas as emoções de algum personagem ou chorar facilmente ao ouvir uma história qualquer.

Eis o que Z. Q. sentiu ao observar o quadro *Banho*, de Joaquín Sorolla:

Com esse quadro senti o quanto somos privados e limitados. Com ele percebi o quanto a liberdade é necessária, para sermos quem somos, para vivermos o que nos surge à nossa frente, sem que possamos nos privar do senso crítico que a sociedade impõe. E observei que somos muitos com esse desejo de ser livres e

vivermos sem privações e que outros, encontram em nós, a inspiração para também serem livres. O mar, em plena agitação, reflete que as circunstâncias da vida estão em movimento favorecendo as oportunidades de conseguirmos usufruir de aprendizados, uns pequenos e outros grandiosos. Os peixes seriam essas oportunidades que passam e que só conseguimos pegar uns poucos, e desses poucos, ainda tem os que escapam, mas o que vale disso tudo, é ser quem somos e sermos feliz com o que temos.

Quando vou assistir concertos de orquestra, mais ainda com canto lírico envolvido, sinto meu corpo esquentando, pequenos choques no corpo e uma emoção que em nenhum outro momento musical ocorre. (I. Q.)

Eu também tenho essa percepção com a natureza, é como se nunca houvesse silêncio, porque a gente sempre escuta o som até mesmo do vento. (K. T.)

Eu acho que captamos a vibração da música. De fato, a música sempre mexeu com meus sentimentos. Humor. Energia. Desde muito nova. Livros também; eu sentia a energia das histórias. (Z. D.)

5. Intuitividade

Geralmente são bastante intuitivas conseguindo direcionar-se, em certas situações, sem o uso do raciocínio. A intuição é a comunicação da alma com o ser encarnado. É uma mensagem que a alma envia para a personalidade, assim, muitas vezes, livrando de um perigo ou situação difícil.

Antes achava que era coisa da minha cabeça. Agora percebo que não e vou tentando compreender e filtrar para seguir; a energia chega primeiro que a ação e como percebemos com mais amplitude, é como se estivesse olhando de um outro lugar ou através de uma lente, não sei bem explicar em palavras. (Z. C.)

No meu caso costumava ignorar minhas intuições, mas sempre que fazia isso a situação ocorria o contrário porque não a seguia, mas agora eu paro e analiso e vejo mais diferença! São pequenas coisas, mas fazem uma diferença enorme! (B. R.)

6. Predisposição para os fenômenos psíquicos

Devido à sensibilidade mais desenvolvida e à capacidade de conexão fácil com os outros é que as pessoas com alta sensibilidade energética possuem maior predisposição a desenvolver algumas faculdades psíquicas. A dupla vista, a mediunidade e o desdobramento estão na lista.

Desdobramento é a faculdade que possibilita um desprendimento do Espírito com relação ao corpo físico adquirindo a alma uma certa independência que lhe faculta utilizar os recursos espirituais quanto maior seja o afrouxamento dos laços que prendem o Espírito ao corpo. Não sabemos ao certo o motivo pelo qual a sensibilidade energética influi nessa disposição. Acreditamos, todavia, como hipótese, que as energias absorvidas funcionem como uma automagnetização facilitando o descolamento dos fluidos que conectam perispírito e corpo.

Algumas dessas pessoas possuem uma facilidade para realizar o que eu chamo de semidesdobramento. Uma capacidade de alhear-se, desconectar do ambiente quando este se torna desfavorável ou causa desconfortos. Sentem-se como se ali não estivessem, apesar de continuar interagindo com as pessoas, mesmo que limitadamente.

Quando estou em um local com outras pessoas, numa festa, por exemplo, se o ambiente estiver muito barulhento, eu, involuntariamente, me ausento mentalmente do local, assim o barulho não me incomoda. Eu estou ali, mas é como se não estivesse. (I. N.)

Eu me sinto como em outro mundo. Fui em vários psiquiatras e nada. As pessoas falam e é como se apenas ecoasse. Depois de ter sido tachado de mal-educado procuro agora olhar nos olhos da pessoa e a partir de então me concentro na conversa. (E.)

Quanto à dupla vista, “que dá aos que a possuem a faculdade de ver, ouvir e sentir além dos limites dos nossos sentidos” (O Livro dos Espíritos, questão 455), é notória a facilidade que as pessoas com alta sensibilidade energética possuem de conectar-se às outras e sentir o que elas sentem ou perceber o que se passa com elas, sem que para isso faça uso de qualquer dos sentidos físicos. Sentem em si mesmas as dores, dificuldades físicas e emocionais das pessoas com as quais são simpáticas.

Quando eu começo a investigar e vejo os órgãos dela e as doenças, aí eu não falo para ela o que ela tem, mas falo para a pessoa da Casa que é a orientadora e indico o especialista que tem que procurar e os exames que ela tem que fazer e quando vem o diagnóstico, é exatamente aquilo que eu tinha visto. (Q. M.)

Esta semana chegou aqui em casa uma mãe com uma menina que estava com febre. Ela entrou para pegar o remédio e eu fiquei do lado de fora de casa. Com alguns minutos eu comecei a sentir o sintoma de febre, e mal-estar na região do umeral. (Q. T.)

Acontece de às vezes captar as energias do ambiente e perceber o teor daquilo que se encontra nelas registrado, numa espécie de psicometria.

Muitas vezes a gente percebe a energia da outra pessoa, mas como é uma coisa sutil; a gente não sabe explicar como, mas aquela energia traz aquela informação para a gente, que tem uma coisa errada ali, a gente não sabe explicar de onde vem essa informação, mas muitas vezes é da energia que você percebeu no ambiente ou na pessoa. (Z. N.)

Eu venho observando em algumas partes da casa de meu pai ou em outras casas que eu frequento que há certos locais que eu não me sinto bem. Exemplo: aqui na casa de meus pais eu não consigo ficar sentado muito tempo no sofá, eu sinto muito mal-estar e acabo saindo de tanta sensação indesejável. (Q. T.)

Ou ainda ao tocar ou usar certos objetos:

Outro caso foi com um boné que meu sobrinho me deu. Quando eu coloquei o boné na cabeça senti um leve mal-estar na cabeça. No outro dia, coloquei novamente o boné e senti o mesmo mal-estar. (O.T.)

Certa vez visitei o meu cunhado que falou do seu medo de ter algum problema cardíaco. Quando fui embora fiquei sentindo um mal-estar no peito que associei à conversa que tive com ele. No outro dia, nem lembrava mais do ocorrido, vesti a mesma camisa do dia anterior e senti novamente o mesmo mal no peito. Eu não tenho qualquer problema no coração. (Z. N.)

Da percepção e conexão com a energia de outrem à captação do pensamento dos Espíritos é somente um passo. Daí a predisposição que as pessoas com alta sensibilidade energética apresentam para desenvolver a mediunidade.

A pesquisa quantitativa que realizamos de julho a dezembro de 2021 apresentou uma prevalência de alta sensibilidade energética entre os médiuns (57,1%) enquanto as de média, baixa ou baixíssima sensibilidade apresentaram-se com maior frequência entre os não-médiuns (51,4%, 60,5% e 71,4%, respectivamente).

Vou encerrar esse artigo com uma frase de Du Márcio:

Existem dois lados da minha vida que me define... um que traz risco e adrenalina, outro que traz paz e tranquilidade, isso se repete dia após dia.

A sensibilidade energética é assim. Possui dois lados: um que incomoda, que pode causar doença, desconforto, mal-estar. E o outro que possibilita a eclosão de potenciais que podem e devem ser aproveitados de modo a que o lado desconfortável seja suplantado por este proporcionando ao seu portador bem-estar, autoconhecimento e crescimento. Conhecer as diversas faces da sensibilidade energética é importante, mas também se dispor a explorá-la seguindo através das suas sinuosidades, numa jornada de autoconhecimento e crescimento no aproveitamento dos recursos que lhe são oferecidos dos quais comentamos alguns nesse artigo.

Sem falar que o conhecimento nos ajuda a encontrar estratégias para melhor lidar com alta sensibilidade energética, seja de proteção, de drenagem fluídica ou de reernegização. Mesmo os desconfortos que ela apresenta podem ser reduzidos quando nos conhecemos, aceitamos a condição de altamente sensíveis, nos acolhemos e buscamos melhor aproveitá-la.