

A IMPORTÂNCIA DOS SENTIMENTOS

Um outro olhar para a psicologia¹

Beatriz Breves²

Ainda como estudante, pude perceber que a construção teórica da psicologia — o estudo do comportamento humano, através de suas diferentes escolas de pensamento, se estruturava, conforme o pensamento científico do século XX, no paradigma cartesiano. Aprendi o ser humano modelado como uma máquina perfeita, tendo o sistema neuronal como engrenagem principal de onde surgiria a emoção — uma resposta química — e o sentimento como sendo a sua reação. Visão que consagra o materialismo e a primazia da razão.

Entretanto, vislumbrando a universalidade dos sentimentos, pois desde a pré-história o ser humano sente com a mesma semelhança vibracional, entendi que o sentir ultrapassava os tempos, as épocas e as culturas.

Amor, ódio, fé e os mais de quinhentos sentimentos conhecidos são vivenciados como constantes universais humanas, variando conforme a época e a cultura em suas expressões, mas não nos seus conteúdos vibracionais.

Não é difícil compreender alguém de outra época ou cultura se nos fala que sentiu desprezo, paixão, etc. e isto porque somos capazes de sentir a vibração de cada sentimento de maneira equivalente. Natural, há que se considerar a experiência subjetiva, ao exemplo de se ouvir uma música, mesmo a canção sendo a mesma, cada pessoa irá escutá-la conforme a sua experiência de vida.

Desta forma, comecei a estudar o sentir a partir da transdisciplinaridade. Além da psicologia, graduei-me em física tendo como objetivo compartilhar outro olhar de mundo. Nesta trajetória, partindo da psicologia, psicanálise, física, biologia e artes cheguei a um campo novo que nomeei de ciência do Sentir.

Meus estudos então migraram para o paradigma vibracional, onde a natureza, inclusive, a natureza humana, se fez compreendida como um complexo vibracional uno, inteiro e indivisível, onde o ser humano é concebido como um complexo vibracional cuja experiência de

¹ Publicado no site da Sociedade da Ciência do Sentir – www.socis.net.br – 21/08/2021.

² Presidente, membro efetivo e fundador da Sociedade da Ciência do Sentir (SoCiS), mestre em Psicologia pela American Word University - AWU/Iowa/USA, psicóloga, bacharel e licenciada em Física, com especialização em Física Moderna com base na Física Clássica pela Faculdade de Humanidades Pedro II - FAHUPE, psicanalista pela Sociedade Brasileira de Psicanálise SBPRJ, sociedade filiada à International Psychoanalytical Association – IPA, autora da Ciência do Sentir com vários livros publicados.

si mesmo é o Sentir. Sentir que se expressa através dos sentimentos — carinho, mágoa, etc.; das sensações — frio, calor, etc.; e dos pensamentos, que neste paradigma se apresenta como uma expressão do sentir, ou seja, aquela vibração que foi processada em pensamentos e que confirma que se acessamos ao que pensamos é porque podemos sentir os pensamentos.

Assim, mente e corpo são uno, representam imagens de um complexo que, em um universo hoje compreendido em dez dimensões de espaço e uma de tempo, tem a sua totalidade uma reduzida pelo sistema perceptivo humano em três dimensões de espaço, o que resulta na capacidade simbólica e na ilusão de divisão e materialidade.

Compreendidos por este olhar, os sentimentos são elevados ao lugar de atores principais nas cenas de nossas vidas, direcionando, dessa forma, a psicologia para o paradigma vibracional.

Não é difícil comprovar que o sentir, sendo uma complexidade, compõe o nosso Eu. Se estamos felizes se torna mais fácil lidar com a vida, mesmo e apesar das dificuldades. Mas se estamos insatisfeitos se torna mais difícil lidar com a vida, mesmo e apesar das facilidades.

A questão é que vivemos em uma cultura que desdenha os sentimentos, aponta como fraqueza demonstrar o que sente: o homem que é homem não chora e sentir vergonha nem se fala. Fez-se um mito de que o ser humano superior teria domínio integral de seus sentimentos, apresentando-se frio e calculista. E, nesse contexto, aprendemos a reprimir ou a tentar domar os sentimentos, quando de fato a riqueza e a evolução humana está na experiência dos sentimentos e em suas transformações.

Segundo a ciência do Sentir, os sentimentos seriam como um diamante que precisam ser lapidados para assim gerar riquezas internas, possibilitando as pessoas adquirirem recursos para gerenciar as suas relações, assim como a própria vida.

Neste paradigma emerge o Eu Sensível, aquele recorte do Eu que, conseguindo experienciar o sensível conscientemente, viabiliza o sabor do Eu, ou seja, o sentimento de Eu que cada pessoa possui de si mesma.



brevesbeatriz@gmail.com