



Unidos pela intuição

Entenda como o poder intuitivo pode
estar associado a relacionamentos
amorosos, contribuindo para a
harmonia de ambos

TEXTO RAFAEL DE TOLEDO/ COLABORADOR
ENTREVISTAS RAFAEL DE TOLEDO/ COLABORADOR E GIOVANE ROCHA
DESIGN DOUGLAS NORONHA/COLABORADOR

“E

stou cismado(a)!” Essa pode ser uma afirmação que repercute em muitas situações do dia a dia sem que você se dê conta de que foi expressada. A reação a determinados fatos permite que a resposta do organismo seja intuitiva. Em relacionamentos, a situação não é diferente! Muitos casais são formados ou desfeitos com base na intuição de alguma das partes – ou de ambas. Isso é encarado, muitas vezes, de modo sobrenatural.

No entanto, o cérebro humano está apto a revelar reações como essas, baseado em experiências anteriores. Detalhes ligados ao comportamento de um possível parceiro em uma relação podem ser associados em encontros futuros. Isso ocorre porque a intuição é uma forma de conhecimento que caminha juntamente com a racionalidade, funcionando como ferramenta para construção de laços entre duas pessoas.

Interferência social

As relações amorosas, por vezes, são determinadas com a influência de agentes externos em detrimento daquilo que é inerente ao casal. De acordo com o psiquiatra e psicoterapeuta alemão Fritz Perls, a criação de grupos culturais barram o poder da intuição com a propagação de conceitos que o indivíduo absorve em prol da aceitação, deixando de lado interpretações baseadas na sua experiência.

Segundo a psicóloga e especialista em psicoterapia cognitivo comportamental Ana Cristina Bertagnolli, “vivemos em uma cultura que valoriza muito o pensamento racional e, por isso, as pessoas não se sentem à vontade para seguir a intuição na hora de tomar decisões. Porém, ela é especialmente importante nas decisões que envolvem emoções intensas, como as amorosas”. Para esse exercício, a autoconfiança é um dos elementos que possibilitam a inserção do indivíduo em uma atividade de reflexão, a fim de se obter outra perspectiva sobre o mundo. Assim como afirma a profissional, “a intuição é uma fonte de informação que nos fornece dados que ainda não estão disponíveis ao pensamento lógico”.

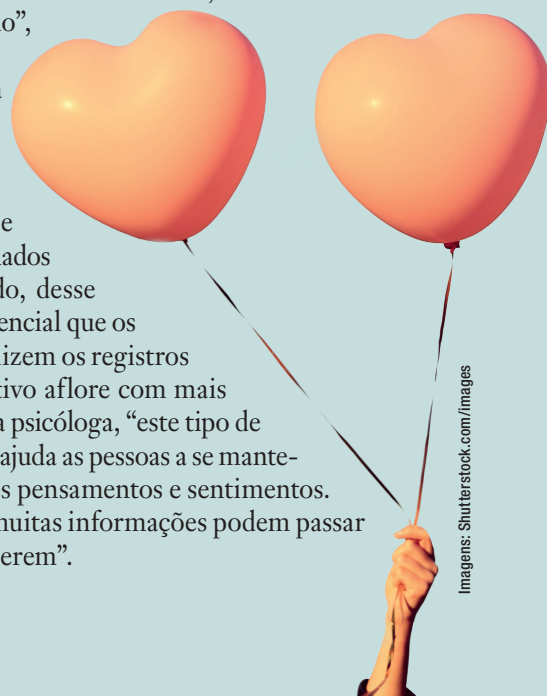
Não são apenas agentes sociais que inibem o poder da intuição em um relacionamento amoroso. Um dos conflitos enfrentados por quem está apaixonado é conciliar sua visão de mundo com a atração física, colaborando para a desconsideração do poder intuitivo. Para isso, o sexólogo Ricardo Vieira recomenda: “manter a autoestima elevada e exercitar o amor próprio são fundamentais para preservar os canais da intuição abertos e, assim, poder vivenciar uma sexualidade plena”.

Exercício a dois

Quem pensa que a intuição provém apenas de uma parte da relação está ligeiramente equivocado. Isso porque a mente humana não possui distinção de gênero e, portanto, permite a todos essa segunda forma de conhecimento. Segundo o psicólogo alemão Gerd Gigerenzer, essa vantagem no ser humano possibilita ao indivíduo tomar decisões mais assertivas. Para isso, um bom exercício a ser praticado é imaginar como a relação com a pessoa idealizada será no futuro.

Segundo Ricardo, “assim como os sentimentos, a intuição faz parte da energia que emana de todos nós, podendo ser também aprimorada e desenvolvida”. Portanto, o seu exercício deve ser realizado frequentemente, pois, assim como afirma a psicóloga Claudia Melo, a intuição antecede a percepção. “Ela age a favor quando o indivíduo está atento aos sinais que o outro emite sem perceber. Quando o sujeito se permite sentir e valorizar seus sentidos, esses sinais ficam mais evidentes para o mesmo”, enfatiza a profissional.

Um exercício para ativação da intuição, recomendado por Ana Cristina, é ter um diário no qual sentimentos e pensamentos sejam revelados sem pudores, auxiliando, desse modo na intuição. É essencial que os praticantes não racionalizem os registros para que o poder intuitivo aflore com mais naturalidade. Segundo a psicóloga, “este tipo de documentação também ajuda as pessoas a se manterem atentas aos próprios pensamentos e sentimentos. Sem a devida atenção, muitas informações podem passar despercebidas e se perderem”.



INTUIÇÃO FEMININA

Mediante a estudos envolvendo ressonância magnética do cérebro humano, a ciência já comprovou que a mulher apresenta em uma seção cerebral, chamada corpo caloso, um maior número de sinapses em comparação com a mesma região no homem. Isso ocorre devido à quantidade de dendritos presentes na região. Desse modo, as informações provenientes dos polos relacionados à emoção e à razão conectam-se com maior eficácia.

Portanto, quando se percebe que a mulher absorve com rapidez detalhes subjetivos daquilo que a cerca, não se deve deduzir que há algo de sobrenatural em sua reação. A capacidade que o cérebro feminino possui para relacionar detalhes que estão à sua volta garante percepções que, racionalmente, passam despercebidas e, conseqüentemente, suas ações refletem a atenção concedida a outros canais sensíveis aos estímulos externos.

CONSULTORIAS Ana Cristina Bertagnolli, psicóloga e especialista em psicoterapia cognitivo comportamental; Claudia Melo, psicóloga; Ricardo Vieira, sexólogo e terapeuta sexual.