



Revista Transdisciplinar

Uma oportunidade para o Livre Pensar

Vol. 10 - Ano 5 - Nº 10 - Julho / 2017
<http://revistatransdisciplinar.com.br/>

ISSN 2317-8612
www.artezen.org

4 – INSTINTO OU INTUIÇÃO

Dulce Magalhães*

Todos somos dotados de instintos e da capacidade de intuir. Porém, é preciso que compreendamos o papel de cada uma dessas matrizes em nós. Todos os animais recebem instintos para garantir a segurança e preservar a vida. Há três fontes básicas que comandam nossos instintos: medo, raiva e carência.

Essas três emoções são fundamentais para garantir nossa sobrevivência. É graças ao medo que não nos colocamos em riscos que possam comprometer nossa integridade física e nossa vida. A raiva garante nossa capacidade de agir frente aos obstáculos, e a carência é que faz o bebê chorar quando sente fome, frio, solidão ou desconforto e alerta aos adultos da necessidade de oferecer cuidado.

Assim, um indivíduo saudável deve apresentar essas emoções para lidar com aspectos da vida, contudo o problema se instala quando essas emoções passam a reger toda a vida e não apenas circunstâncias e condições específicas.

Se gerimos a vida através do núcleo de nossos instintos, vamos oferecer determinadas e condicionadas respostas frente a todos os desafios, sejam eles de que natureza for. O medo vai nos levar ao desejo de controlar a realidade para que esta seja de acordo com nossa visão de como as coisas devem ser. Naturalmente esse controle é irrelevante, pois a realidade vai se apresentar como é e não como gostaríamos que fosse. Assim, vivemos como consequência a frustração, onde julgamos que determinada coisa, pessoa ou comportamento não poderiam ser como são. Mera ilusão.

A carência vai nos conduzir à necessidade de preservar, ao desejo de manter determinadas coisas, pessoas ou circunstâncias em nossa vida. Como tudo é impermanente, essa é a natureza essencial do mundo, acabamos vivendo com um permanente senso de falta que precisamos completar com alguém ou com algo, afetando nossa capacidade de autorresponsabilidade, pois

criamos a fantasia de que outra pessoa, certa situação ou condição, ou ainda determinado objeto é que nos trará o senso de completude, a vivência da felicidade. Como já sabemos bem, isso não ocorre e vivemos continuamente à busca desse “algo” que poderá nos completar.

A raiva vai nos condicionar a determinadas reações pré-programadas, tornando- nos reativos frente aos constantes e mutantes desafios da vida. Seja qual for a situação lançamos mão do mesmo procedimento de sempre: atacar ou defender, orientados por uma emoção que nos faz agir dentro dessas condicionantes.

Tudo isso já nos é bem conhecido, pois usamos cotidianamente nossos instintos para gerenciar os processos da vida e alcançamos resultados indesejados como o estresse, que é fruto de nossa necessidade de controlar o incontrolável, dores físicas pela tensão produzida pelo senso de falta, pela necessidade de buscar continuamente e cansaço pela enorme energia que aplicamos para fazer o básico em função de nossa reatividade que utiliza respostas prontas e ineficazes para novos e inéditos desafios e oportunidades.

A grande tarefa educacional é promover uma mudança na esfera da consciência. Passar do instinto para a intuição, que é a qualidade humana de ler o momento e criar a história a partir de cada contexto. O uso da intuição nos permite ver com novos olhos a cada instante do caminho. Abrirmo-nos para a oportunidade e percebermos o que está oculto ou não tão aparente. O tempo todo a vida oferece sinais para trilharmos com maior vigor e entusiasmo, porém só a intuição nos permitirá vê-los.

Com o exercício intuitivo saímos dos instintos básicos e ao invés de preservar vamos poder fluir com a experiência, ao invés de controlar, confiar no fluxo e na capacidade de dar conta do que viver, na medida que ocorrer e, o mais motivacional de tudo, ao invés de sermos reativos

* Dulce Magalhães - Filósofa, Educadora, Pesquisadora.

podemos nos tornar criativos e inventar novas respostas frente a novos desafios. Isso vai nos economizar enorme energia, liberar-nos do estresse e do cansaço, evitar uma série de frustrações e fazer da vida uma experiência muito mais divertida.

Gerir a partir da intuição em lugar do instinto é como mudar de vida. Isso exige um treino especial, a capacitação da consciência. É preciso

educar-se, rever valores, crenças e conceitos, liberar certezas arraigadas, lidar e superar medos, aprofundar o autoconhecimento e transcender a raiva básica que nos move, encontrar um novo olhar que nos liberte da prisão da carência. Talvez isso lhe pareça muito trabalho, mas a alternativa é uma vida limitada, dolorosa, estressante e cansativa. Pense a respeito de qual alternativa você prefere.

