## A EMOÇÃO

*A emoção é uma resposta através de um comprimento de onda afetando o próprio indivíduo ou um outro, que produz uma sensação e um estado de espírito. (palestra de 6 dez. 1966, lrh)*

O comprimento de onda da energia emocional produzida pelo thetan pode ser arbitrariamente classificado numa escala entre 0 e 4, sendo 0 a ausência de vibração quando o thetan se destaca do corpo por este ter morrido, e 4 sendo a emoção mais elevada que consegue afetar o corpo. É claro que, sendo a energia produzida pelo thetan, do tipo escalar, ela não tem propriamente comprimento de onda, mas sim qualidade da vibração emitida.

Como todas as células do corpo emitem e são influenciadas por este tipo de energia, as emoções ganham assim um caráter mental e físico.

Thetans sem corpo também têm emoções, mas elas manifestam-se de forma muito diferente. Além disso, um thetan sem corpo é capaz de produzir emoções muito acima e muito abaixo da gama que tem com um corpo.

Vejamos, de baixo para cima, a relação das emoções com o corpo.

**APATIA (0,05)**

A apatia é um estado perto da morte. Em termos de produção pelo thetan é uma turbulência que se cancela a si própria. Quando o thetan ocupa um corpo, essa energia afeta principalmente os lóbulos frontais e córtex límbico adjacente e o sistema produtor de dopamina.

Por seu lado, o mau funcionamento dessas estruturas amplifica a condição do thetan e corpo, diminui a força de vontade, diminui a energia para fazer coisas e pode mesmo provocar depressão crónica, ansiedade e transtorno bipolar.

Em termos da escala das emoções, a apatia abrange vários estados do ser humano:

NÃO MERECEDOR 0.3

AUTO-HUMILHAÇÃO 0.2

VÍTIMA 0.1

SEM ESPERANÇA 0.07

**APATIA 0.05**

INUTILIDADE 0.03

MORIBUNDO 0.01

As manifestações da apatia abrangem então a pessoa sentir que tudo é inútil, não há qualquer esperança, sensação de que é uma vítima e, nos patamares mais elevados, auto invalidação e que a pouca esperança que tem, ela não a merece.

A pessoa não exerce qualquer esforço visto que “tudo está perdido”.

**DESGOSTO (0,5)**

O desgosto tem lugar quando se reconhece uma perda ou um fracasso.

Em termos de energia é uma onda parada, um caos de frequências sem direção (uma ridge).

Essa emoção abrange:

ENTORPECIMENTO 0.94

COMPAIXÃO 0.9

BAJULAÇÃO- (MAIS ALTO DE
TOM- DÁ SELETIVAMENTE) 0.8

**DESGOSTO 0.5**

FAZER EMENDAS- (BAJULAÇÃO
NÃO SE CONSEGUE CONTER) 0.375

Esse tipo de vibração abala os circuitos cerebrais da dor bem como os da sua perceção somática.

O hipocampo[[1]](#endnote-1), a parte frontal do cérebro e os lóbulos temporais ficam ativos. Nas situações em que existe tristeza, trabalham muito mais. Consumindo mais energia, a necessidade de glicose aumenta, causando ansiedade quanto a comer coisas doces.

A produção de serotonina diminui o que pode provocar depressão, obsessões compulsivas e até episódios violentos.

O choro é perfeito para relaxar e liberar essa carga. Depois do choro começam a ser segregadas endorfinas que causam uma sensação mais relaxada. Então, é importante não se resistir quando se sente vontade de chorar.

Algumas pessoas optam por outras atividades que também ajudam a gerar endorfinas.

Os efeitos da tristeza na saúde podem ser muito negativos.

**MEDO**

A emoção de medo é um a dispersão de energia. Uma dispersão de energia faz uma pessoa sentir que quer fugir.

O medo é uma sensação que proporciona um estado de alerta demonstrado pelo receio de fazer alguma coisa, geralmente por se sentir ameaçado, tanto fisicamente como psicologicamente.

É também uma reação obtida a partir do contato com algum estímulo físico ou mental (interpretação, imaginação, crença) que gera uma resposta de alerta no organismo. Esta reação inicial dispara uma resposta fisiológica.

A resposta anterior ao medo é conhecida por ansiedade. Na ansiedade o indivíduo teme antecipadamente o encontro com a situação ou objeto que possa lhe causar algum mal. Sendo assim, é possível se traçar uma escala de graus de medo, no qual, o máximo seria o pavor e, o mínimo, uma leve ansiedade.

Esta emoção abrange assim as seguintes manifestações:

ANSIEDADE 1.02

**MEDO 1.0**

DESESPERO 0.98

TERROR 0.96

Um dos itens do corpo associado ao medo é a amígdala cerebral localizada na profundidade do cérebro, especificamente dentro dos lobos temporais.

A energia do medo afeta a amígdala e esta, por sua vez, desenvolve a sensação de medo para além de receber informações dos nossos sentidos: visão, olfato, tato, audição e paladar; bem como a dor.

Muito mais informação existe sobre a amígdala, mas basta dizer que ela afeta todo o organismo quando ativada.

Outra parte do corpo diretamente afetada pelo medo é o nervo vago, o maior nervo do organismo, provocando aquilo que se conhece como terror estomacal, ou terror do palco.

**IRA 1,5)**

A ira é também uma ridge total, um acumular de energias que permanecem sem direção. É, na realidade, um processo de tentar manter tudo parado. Logo acima ou abaixo temos uma dispersão.

Na sua banda mais elevada manifesta-se como antagonismo, uma sensação de aborrecimento e irritação causada pelos avanços das outras pessoas em direção ao indivíduo.

Logo abaixo temos a hostilidade, o rabugento, o indivíduo queixoso que não deixa passar o que acha errado. O tipo "direto e honesto" que dilacera os sentimentos mais ternos dos companheiros. Ainda nesta banda temos um tom de dor que pode ser consciente ou inconsciente, mas que provoca uma atitude de hostilidade e, por vezes, raiva para com os outros.

Nas gamas mais baixas da ira, vemos que esta é recalcada ou encoberta, aparecendo como ódio, ressentimento, frieza ou até uma atitude de falsa simpatia enquanto ele trabalha, inconscientemente ou não, para magoar ou destruir as vidas e a reputação das pessoas.

Temos assim nesta banda:

ANTAGONISMO 2.0

HOSTILIDADE 1.9

DOR 1.8

IRA 1.5

ÓDIO 1.4

RESSENTIMENTO 1.3

NENHUMA COMPAIXÃO 1.2

RESSENTIMENTO NÃO EXPRESSO 1.15

HOSTILIDADE ENCOBERTA 1.1

A ira provoca uma forte excitação do sistema nervoso, produz efeitos em todo o corpo. Ela devora seu sistema cardiovascular, o intestino e sequestra o sistema nervoso, extinguindo a capacidade de pensar claramente.

A libertação prolongada dos hormônios do estresse que acompanham a ira pode destruir neurônios em áreas do cérebro associadas ao julgamento e à memória de curto prazo, e enfraquecer o sistema imunológico.

No caso da ira, sabe-se que ela tem seus efeitos, principalmente, sobre toda a área do tronco e do estômago. Na realidade, são verdadeiras bombas-relógio que acabam se manifestando como cálculos biliares, problemas na vesícula e diferentes transtornos digestivos.

As pessoas que se irritam com frequência tendem a apresentar anomalias nas artérias carótidas. Isso, evidentemente, aumenta o risco de sofrer um acidente vascular cerebral. Do mesmo modo, os indivíduos que têm uma personalidade do tipo “antagônica”, geralmente apresentam um engrossamento das paredes arteriais.

Por outro lado, todo ataque de ira aumenta visivelmente a produção de alguns hormônios, como é o caso da adrenalina. O aumento dessa substância altera o equilíbrio do organismo e, eventualmente, pode levar a ataques cardíacos ou doenças cerebrais.

**TÉDIO (2,5)**

Esta emoção abrange, na escala de tom, os seguintes itens:

CONTENTAMENTO 2.8

DESINTERESSE 2.6

TÉDIO 2.5

MONOTONIA 2.4

O tédio ocorre em diversas situações. O sentimento que envolve o tédio é aquele no qual sente-se um vazio, ou então simplesmente a falta de vontade de realizar atividades rotineiras.

Quando há ausência de imprevistos, existe falta de motivação intelectual ou estímulo físico. Isto acaba por exercer sobre o individuo em questão uma espécie de cansaço por inatividade, ou seja, as energias que de outra forma seriam gastas no desenvolvimento de atividades estimulantes acabam por ser drenadas por essa mesma inatividade, exercendo um esgotamento progressivo.

Pessoas mais entediadas apresentam hábitos menos saudáveis, ou seja, hábitos sedentários ou prejudiciais assim como o consumo de cigarro e bebidas. Pessoas com vidas muito entediantes, apresentam mais chance de problemas como infarto e outras doenças do coração.

Quem sofre de tédio possui mais disposição a lesões na região do córtex frontal do cérebro. Essa parte é responsável por funções importantes de autocontrole.

**INTERESSE (3.5)**

O interesse pode ser definido como atenção com a intenção de dar ou atrair atenção.

Esta emoção abrange, na escala de tom, os seguintes itens:

INTERESSE FORTE 3.3

CONSERVADORISMO 3.0

INTERESSE LEVE 2.9

Há quatro substâncias químicas naturais em nossos corpos geralmente definidas como o "quarteto da felicidade": endorfina, serotonina, dopamina e oxitocina.

Quando o cérebro emite uma dessas substâncias químicas, a pessoa sente-se bem".

O certo é que essa substância química é acionada quando se dá o primeiro passo rumo a um objetivo e também quando a meta é cumprida.

A Dopamina pode ser gerada por um fato da vida cotidiana (por exemplo, encontrar uma vaga livre para estacionar o carro) ou algo mais excecional (como receber uma promoção no trabalho).

A dopamina é sintetizada no citoplasma dos chamados neurônios dopaminérgicos.

A melhor maneira de elevar a dopamina, é definir metas de curto prazo ou dividir objetivos de longo prazo em metas mais rápidas. E celebrar quando as atingir.

**ENTUSIASMO (4,0)**

Esta emoção abrange, na escala de tom, os seguintes itens:

ENTUSIASMO 4.0

ALEGRIA 3.5

O entusiasmo atua sobre a hipófise glândula pituitária ou pineal fazendo-a produzir as endorfinas e a serotonina.

Também atua sobre o o hipotálamo[[2]](#endnote-2), que produz a ocitocina ou oxitocina que é um hormônio depois armazenado e liberado na neuro-hipófise (hipófise posterior).

1. Hipocampo

Hipocampo é uma estrutura localizada nos lobos temporais do cérebro humano, considerada a principal sede da memória e importante componente do sistema límbico. Além disso é relacionado com a navegação espacial.
Seu nome deriva de seu formato curvado apresentado em secções coronais do cérebro, se assemelhando a um cavalo-marinho (Grego: hippos = cavalo, kampos = monstro marinho).[1]

 [↑](#endnote-ref-1)
2. O hipotálamo é uma região do encéfalo dos mamíferos (tamanho aproximado ao de uma amêndoa) localizado sob o tálamo, formando uma importante área na região central do diencéfalo, tendo como função regular determinados processos metabólicos e outras atividades autônomas.

O hipotálamo conecta o sistema nervoso ao sistema endócrino sintetizando a secreção de neuro hormônios (também chamado de "liberador de hormônios") sendo necessário no controle da secreção de hormônios da glândula pituitária — entre eles, liberação da gonadotropina (GnRH). Os neurônios que secretam GnRH são ligados ao sistema límbico, que está envolvido principalmente no controle das emoções e atividade sexual. O hipotálamo também controla a temperatura corporal, a fome, sede, e os ciclos circadianos.

 [↑](#endnote-ref-2)