

La sensibilità è un super potere

Non siamo tutti sensibili allo stesso modo

21 FEBBRAIO 2022, NICOLETTA TRAVAINI



Essere altamente sensibili è realmente un superpotere

Nel mondo animale la sensibilità spiccata e la super specializzazione di certi canali percettivi non solo non è rara ma è anche segno di evoluzione e qualità eccelsa in una specie.

I sensi degli animali sono più di cinque e alcune specie sono riuscite a sviluppare diverse abilità sensoriali che gli esseri umani non possiedono: per garantirsi sopravvivenza e adattamento molti animali hanno sviluppato abilità insolite che tra gli umani verrebbero definiti super poteri.

Le api, ad esempio, riescono a orientarsi grazie ai cristalli di ferro che hanno sul ventre e percepiscono così i cambiamenti dei campi magnetici sulla terra.

E che dire degli elefanti? Possono sentire suoni che hanno frequenza impercettibili per gli esseri umani e sono così sensibili da rilevare la presenza di altri animali a dieci miglia di distanza.

Credi che siano eccezioni? Non proprio. Tra gli animali che frequentano di più le nostre case, i gatti, per esempio, possiedono una membrana sensibilissima negli occhi che riflette la più piccola porzione di luce ricevuta: è grazie a questa riflessione che sono in grado di vedere anche al buio.

Le mosche per quanto piccole hanno occhi super sensibili, formati da migliaia di piccoli ocelli in grado di percepire i movimenti fino a 200 fotogrammi al secondo.

Il cane ha un udito superspecializzato capace di percepire suoni che si trovano a 30 km di distanza e possono percepire se si avvicina una tempesta.

Studi recenti hanno dimostrato che le protuberanze che coprono il corpo dei coccodrilli sono in realtà degli utili strumenti per il tatto e sono in grado di percepire lievi variazioni di pressioni e vibrazioni che si propagano nell'ambiente riuscendo così ad individuare facilmente le prede.

Madre natura ha una saggezza così profonda che non possiamo non aspettarci che anche l'uomo sia dotato di un qualche super senso.

Spesso sentiamo dire che l'essere umano è all'apice della catena evolutiva ma cosa significa davvero? Che possediamo competenze che ci rendono più sviluppati tra le specie viventi.

Ma viste le premesse, qual è la nostra?

L'intelligenza? Beh, sappiamo che non ne siamo dotati solo noi.

Il pollice opponibile? Sì d'accordo ma anche gli scimpanzé ce lo hanno.

Il linguaggio? Certo ma sappiamo che certi animali comunicano tra loro anche senza il nostro codice, come delfini e balene, attraverso un sonar naturale.

Queste specializzazioni hanno permesso ad animali piuttosto primitivi come, ad esempio, il serpente, di sopravvivere migliaia di anni intoccato dall'evoluzione.

Forse hai notato che più si sale nella catena evolutiva verso i mammiferi e verso l'uomo e più queste super sensibilità servono a funzioni diverse dalla caccia e dall'istinto predatorio, quanto invece a competenze più sottili, come la comunicazione, la relazione di gruppo, il rapporto parentale e il prendersi cura l'uno dell'altro.

La connessione profonda e immediata tra individui.

L'empatia.

La facile decodifica delle emozioni attraverso la mimica e la prossemica.

La percezione del clima emotivo quando si entra in un luogo.

La comprensione dei codici interpersonali invisibili.

L'anticipazione di rischi e conseguenze.

La creatività e l'arte.

Il pensiero divergente.

Il problem solving.

Una elevata sensibilità è esattamente questo.

Non siamo tutti sensibili allo stesso modo e le ultime ricerche di psiconeurologia confermano che la sensibilità si struttura su un range di sfumature tra una bassa una media e un'alta sensibilità.

L'alta sensibilità è un tratto di personalità naturale del 20-30% della popolazione.

Siamo affascinati dai film di fantascienza dove si narrano storie di lettura del pensiero e bilocazione quando alcune persone altamente sensibili già possono sperimentare mentalmente una connessione l'un l'altro tale da rasentare la telepatia e l'anticipazione degli eventi.

Siamo colpiti dal sonar naturale dei cetacei, ma chi ha una spiccata sensibilità possiede una sorta di antenne interiori che letteralmente risuonano sia in vicinanza degli stati emotivi altrui ma anche a distanza se il legame è molto stretto tra due persone.

Questo aspetto naturale dell'essere umano – che in gergo tecnico si chiama environmental sensitivity, sensibilità ambientale - è ancora poco conosciuto in Italia e rappresenta un tema che accomuna moltissime persone che a causa della propria alta sensibilità si sentono strane diverse incomprese.

Essere altamente sensibili è realmente un superpotere che però - come tutti i super eroi ci insegnano - ha lati luminosi e lati difficili da gestire e va quindi conosciuto, disciplinato, addomesticato e valorizzato.

374
Shares

Email

Share

Tweet

Share

Pin



Nicoletta Travaini

Psicoterapeuta, autrice Rizzoli, TED speaker, motivatrice, ricercatrice e terapeuta esperta e in Alta Sensibilità e Psicosomatica, mamma & stepmother. Ho lottato contro il cancro e ho vinto. Scrivo di psicologia, sensibilità, resilienza e relazioni. Ho deciso che a quarant'anni posso concedermi di disturbare un po' e dire cose scomode. Ed eccomi qui!

[Author profile](#)



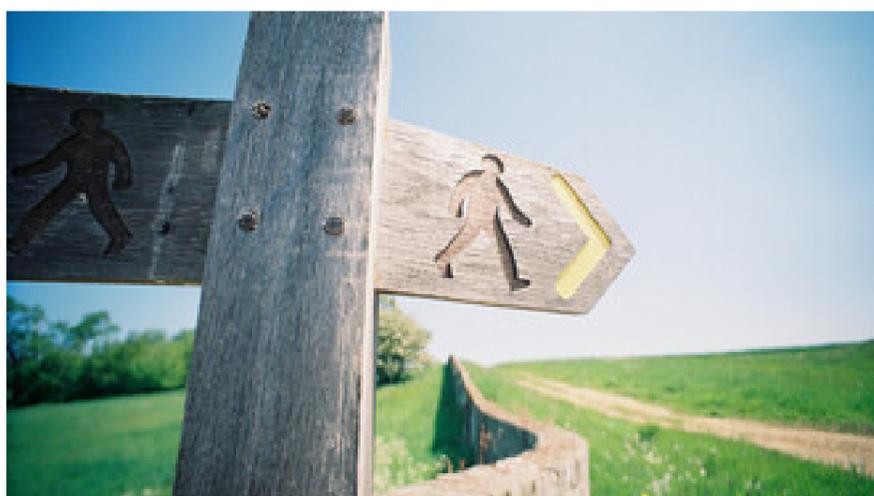






1. I sensi degli animali sono più di cinque
2. L'alta sensibilità è un tratto di personalità naturale del 20-30% della popolazione
3. I gatti possiedono una membrana sensibilissima negli occhi che riflette la più piccola porzione di luce ricevuta
4. Possediamo competenze che ci rendono più sviluppati tra le specie viventi
5. Le mosche hanno occhi super sensibili, formati da migliaia di piccoli ocelli in grado di percepire i movimenti fino a 200 fotogrammi al secondo
6. Le ultime ricerche di psiconeurologia confermano che la sensibilità si struttura su un range di sfumature tra una bassa una media e un'alta sensibilità

ARTICOLI CORRELATI



[Trovare lo scopo della propria vita](#)
Quanto e perché è importante avere uno "scopo"



[Autunno: tempo di scelte e buoni propositi](#)
Arrendersi al presente e alla grandezza delle nostre piccole vite



Autostima: la strada per il successo
Perché è fondamentale sviluppare una buona autostima?



L'appartenenza
Accarezzarsi l'anima con l'anima



Ti supporti o sopporti?
Le ossa come sostegno



Incontro con Paola Grasso
Un percorso di spiritualismo alchemico



Il bambino interiore
La parte fanciulla che è dentro di te



A tu per tu con Daniela Maffoni, founder di yoUBe
Cosmetics
Per una cosmesi responsabile e consapevole

Subscribe

Get updates on the Meer

Email address

Subscribe

