

# REVISTA ILUSTRADA DE CONSCIENCIOTERAPIA

Nº 1 | ANO 2023 | FOZ DO IGUAÇU . PR . BRASIL

## EDIÇÃO COMEMORATIVA DOS 20 ANOS DA OIC



A *Consciencioterapeuticologia* é a especialidade da Conscienciologia aplicada aos estudos específicos, sistemáticos, teóricos e práticos (teáticos) ou pesquisas e vivências do tratamento, alívio e remissão dos distúrbios da consciência, realizados por meio dos recursos e técnicas derivados da abordagem da consciência inteira, em suas patologias e parapatologias, profilaxias e paraprofilaxias. A *Organização Internacional de Consciencioterapia* (OIC) é a instituição conscienciocêntrica dedicada à pesquisa em Consciencioterapeuticologia, sem fins lucrativos, com fundação no dia 06 de setembro de 2003 na cidade de Foz do Iguaçu, Paraná, Brasil.

A *Revista Ilustrada de Consciencioterapia* é uma publicação comemorativa da OIC e possui o objetivo de fomentar a cultura consciencioterápica.

**Revista Ilustrada de Consciencioterapia**

Edição Comemorativa dos 20 anos da OIC | Nº. 1 | Setembro de 2023

**Organização Internacional de Consciencioterapia - OIC**

Av. Felipe Wandscheer, 6945 - Bairro Cognópolis  
Foz do Iguaçu / PR - CEP: 85.856-850

[www.oic.org.br](http://www.oic.org.br)  
[aco@oic.org.br](mailto:aco@oic.org.br)

**Editores:**

Flávia Aouar  
Ludmilla Alkmim  
Marco Almeida

**Revisores:**

Caroline Oliveira  
Guilherme Ribeiro  
Luísa Consciência  
Márcia Ebling  
Sissi Lopes

**Projeto Gráfico, Diagramação e Capa:**

Marco Polo Gomes de Azevedo

**Fotografia:**

Flávia Aouar  
Ludmilla Alkmim  
Rodrigo Remedios

**Impressão:**

Midiograf

**Tiragem:**

500 exemplares

*Os escritos divulgados nesta publicação são de responsabilidade dos autores e não refletem, necessariamente, os posicionamentos da OIC ou do editorial da Revista Ilustrada de Consciencioterapia.*



## EDITORIAL

### As DUAS PRIMEIRAS DÉCADAS DA OIC

A presente obra institucional explicita o somatório de trafores dos inúmeros voluntários, unidades fundamentais geradoras da força motriz desasse-diadora nos vários cenários na tarefa do esclarecimento consciencioterapêutico.

A Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC) é a instituição centrada na consciência, no indivíduo, e tem a *idea mater* fundamentada no auxílio aos interessados na promoção da autocura, sob a ótica do paradigma consciencial.

A *radiografia* da singular instituição componente da Comunidade Conscienciológica Cosmoética International (CCCI) pode ser vislumbrada inicialmente em 3 artigos: a vocação institucional quanto ao *trinômio formação-assistência-pesquisa*, elaborado por Flávia Aouar; o histórico das *itinerâncias e atendimentos consciencioterápicos* dentro e fora do país, alinhavado por Luís Consciência e Regina Estermann; e as experiências junto à *equipe extrafísica* da OIC, por Marco Almeida.

O olhar do assistido é explicitado no artigo *A Jornada do Evolucionista: Imersão na Bolha Consciencioterápica Intensiva*, breve mergulho experencial da consciencioterapeuta Ludmilla Alkmim, à época nos primeiros passos com os Atendimentos Intensivos.

O delicado registro do casal de pesquisadores residentes no *Campus OIC*, Ermania Ribeiro e Gelson Oliveira, descreve com rara sensibilidade as experiências da dupla em meio à fauna e à flora locais, mesclando a vida cognopolitana com as *Vidas no Campus Consciencioterápico*.

O valioso cabedal de experiências acumuladas ao longo de 30 anos da condução de atendimentos consciencioterápicos de Francisco Carvalho, querido *consciencioterapeuta decano*, é esmiuçado com os diligentes olhares semperaprendentes dos colegas Gláucia Menezes e Guilherme Ribeiro.

Os 18 *miniartigos consciencioterápicos* são breves experimentos objetivando funcionar ao modo de pequenas infusões gráficas de autodiscernimento, publicados desde 2020 no *site* da OIC, e agora compilados sob a forma impressa. De essência prá-

tica e indo *direto ao ponto*, intencionam a autorreflexão quanto a questões fundamentais, tais quais: a maior eficácia da autoconsciencioterapia, a natureza do ciclo autoconsciencioterápico, a calibragem ideal da bússola cosmoética pessoal, a falsa ideia da necessidade de sofrer para evoluir, a robotização existencial (robéxis), a importância das metas existenciais do intermissivista, o realinhamento racional da programação de vida, o gerenciamento lúcido dos apriorismos, a sustentação de rotinas úteis, a sabedoria em lidar com as perdas inevitáveis da vida humana, a evitação da pusilanimidade frente à programação de vida, os elementos causais da dispersividade pessoal, os aspectos basilares da saúde e da expressão corporal e vocal, e o combustível da vontade. A ampla gama de proposições ideativas foi elaborada segundo a bagagem paraterapêutica dos voluntários Christovão Peres, Ermania Ribeiro, Flávia Aouar, Giuliano Derroso, Lourdes Viana, Luís Consciência, Marco Almeida, Maximiliano Haymann, Meire Vieira, Regina Estermann e Tatiana Consciência.

Ademais, vale mencionar a recomendação de artigos, verbetes, livros e filmes pelos consciencioterapeutas Ana Ruiz, Bruna Seibel, Carina Freire, Ellen Quintela, Giuliano Derroso, Jaqueline Vilela, Luca Adan, Luiz Ferreira, Márcia Ebling, Marco Almeida, Marília Souza e Regina Estermann, *aperitivos intelectuais* a oferecerem a visão pessoal quanto à utilidade dos referidos artefatos do saber.

Essa publicação nasce após a aquisição de múltiplos aportes, inclusive dos experientes amigos voluntários da Conscienciologia, Nara Oliveira e Guilherme Kunz, editores da *Holotecologia: Revista do Megacentro Cultural Holoteca*, a quem somos muito gratos pelas conversas e orientações providenciais.

Agradecemos o esforço conjunto de cada voluntário e paravoluntário nesta revista comemorativa dos 20 anos da OIC e desejamos uma boa leitura.

*Editorial da Revista Ilustrada de Consciencioterapia*

**FLÁVIA AOVAR, LUDMILLA ALKMIM  
& MARCO AMEIDA.**

# SUMÁRIO

## A ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DE CONSCIENCIOTERAPIA (OIC)

O TRIPÉ DA CONSCIENCIOTERAPIA: COLOCANDO NA  
MESA OS PILARES DA CONSCIENCIOTERAPEUTICOLOGIA 09

A JORNADA DO EVOLUCIENTE: IMERSÃO NA BOLHA CONSCIENCIOTERÁPICA INTENSIVA	15
Os PARAONCENCIOTERAPEUTAS: A EQUIPE EXTRAFÍSICA DA OIC	21
POR ONDE A OIC JÁ PASSOU?	27
VIDAS NO CAMPUS CONSCIENCIOTERÁPICO	35
TRINTÊNIO CONSCIENCIOTERÁPICO	43

## MINIARTIGOS CONSCIENCIOTERÁPICOS

AUTOCONSCIENCIOTERAPIA: INDICAÇÕES E BENEFÍCIOS	56
VOCÊ CONHECE O CICLO AUTOCONSCIENCIOTERÁPICO?	60
COMO CALIBRAR A BÚSSOLA COSMOÉTICA PESSOAL?	62
O QUE É O MITO DA RECICLAGEM DOLOROSA?	64
COMO A CONSCIENCIOTERAPIA PODE AJUDAR A SUPERAR A ROBÉXIS?	66
QUAL É A SUA META EXISTENCIAL?	69
PROEXOTERAPIA NO REALINHAMENTO DE PROÉXIS	72

VOCÊ SOFRE DIANTE DAS PERDAS?	75
COMO É A SUA EXPRESSÃO CORPORAL, FACIAL E VOCAL?	77
VOCÊ IDENTIFICA APRIORISMOS NA MANIFESTAÇÃO PESSOAL?	80
COMO ENFRENTAR A PUSILANIMIDADE?	82
VOCÊ TEM O HÁBITO DA AUTORREFLEXÃO SADIA?	85
COMO MANTER O HOLOPENSENE SALUTAR?	87
COMO APLICAR A TÉCNICA DA ROTINA ÚTIL?	89
ESTA AÇÃO FOI ASSERTIVA OU ACERTADA?	92
QUAIS AS CAUSAS DA SUA DISPERSIVIDADE?	95
COMO USAR A LOGICIDADE AUTOPRESCRITIVA?	97
VOLICOLINA: O COMBUSTÍVEL DA VONTADE	100

## **BIBLIOTECA E FILMOTÉCA DO CONSCIENCIOTERAPEUTA**

ARTIGOS	104
VERBETES	106
LIVROS	109
FILMES	115



# A Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC)

- 1. O TRIPÉ DA CONSCIENCIOTERAPIA:  
COLOCANDO NA MESA OS PILARES DA  
CONSCIENCIOTERAPEUTICOLOGIA**  
*Flávia Aouar*
- 2. A JORNADA DO EVOLUCIENTE:  
IMERSÃO NA BOLHA CONSCIENCIOTERÁPICA INTENSIVA**  
*Ludmilla Alkmim*
- 3. Os Paraconsciencioterapeutas:  
A EQUIPE EXTRAFÍSICA DA OIC**  
*Marco Almeida*
- 4. POR ONDE A OIC JÁ PASSOU?**  
*Luísa Consciênciia & Regina Estermann*
- 5. VIDAS NO CAMPUS CONSCIENCIOTERÁPICO**  
*Ermania Ribeiro & Gelson Oliveira*
- 6. TRINTÊNIO CONSCIENCIOTERÁPICO**  
*Gláucia Menezes & Guilherme Ribeiro*



O VOLUNTARIADO NA OIC SE SUSTENTA EM UM TRIPÉ, SENDO AQUI REPRESENTADO VISUALMENTE POR ESSA MESA DE APOIO, UTILIZADA NO *EVOLUTIARIUM* NOS PRIMÓRDIOS DA INSTITUIÇÃO.

# O TRIPÉ DA CONSCIENCIOTERAPIA: COLOCANDO NA MESA OS PILARES DA CONSCIENCIOTERAPEUTICOLOGIA

Flávia Aouar

Um grupo de voluntários da Conscienciologia<sup>1</sup> volta-se para a interassistência técnica no âmbito do tratamento, alívio ou remissão de doenças conscientiais. O intuito geral é prover auxílio à autocura dos predispostos a eliminar travões pessoais e avançar em suas programações de vida.

Ao longo de mais de duas décadas, antes mesmo da oficialização do nascimento da Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC), esse trabalho é embasado no vínculo consciential e no voluntariado assistencial. Não há qualquer forma de monetização dos que colaboram enquanto consciencioterapeutas na instituição.

## *E quem somos nós, os consciencioterapeutas?*

Somos uma organização cooperativa, ou seja, empenhamo-nos em cooperar fraternalmente uns com os outros, a trabalharmos em equipe bem entrosada, tanto do ponto de vista intrafísico quanto do extrafísico. Sabemos ser esse o pivô, o agente central da interassistência profissional sadia desenvolvida pela instituição.

Buscamos somar fortalezas pessoais, energias homeostáticas, vontade de acertar, intenção cosmoética de interassistir, dentre outros elementos para alcançarmos um objetivo comum: oferecer o melhor auxílio possível a quem busca assistência técnica na instituição, o **evolucionante**.

Cada assistido merece ser detidamente acolhido em suas demandas, sejam estas explícitas ou não. Buscamos qualificar continuamente a atuação multidimensional<sup>7</sup>, bioenergética<sup>8</sup>, holossomática<sup>9</sup> e multiexistencial<sup>10</sup> a cada caso atendido.

1 Conscienciologia é a neociênciencia dedicada ao estudo da consciência, também denominada de individualidade, eu, ego ou self. A Conscienciologia transcende a abordagem materialista das linhas científicas convencionais, propondo o desafio teórico e prático (teatício) de percepção e análise da realidade íntima sob neoperspectiva racional, técnica, abrangente e universalista.

2 Conscienciólogo é a consciência intrafísica (conscin) empenhada no estudo permanente e na experimentação objetiva, dentro dos campos de pesquisas da Conscienciologia, na qualidade de agente de renovações evolutivas, no trabalho libertário da tarefa do esclarecimento das consciências, em geral, da ignorância quanto às verdades relativas de vanguarda (Lopes, 2017, p. 615).

3 Tenepes (tarefa energética pessoal) é o acróstico proposto para designar “a transmissão de energia consciential (EC), assistencial, individual; programada com horário diário da consciência humana, auxiliada por amparador ou amparadores; no estado da vigília física ordinária; diretamente para consciexes carentes ou enfermas, intangíveis e invisíveis à visão humana comum; ou conscins projetadas, ou não, próximas ou a distância, também carentes ou enfermas” (Vieira, 2011, p. 11).

4 Heterodesassédio diz respeito à desintrusão de consciexes (consciências extrafísicas) nos pensamentos, sentimentos e energias

*O consciencioterapeuta é o conscienciólogo<sup>2</sup> praticante da tenepe<sup>3</sup>, técnico no heterodesassédio<sup>4</sup>, coadjutor parapsíquico<sup>5</sup> lúcido no tratamento, alívio ou remissão das patologias e para-patologias<sup>6</sup> conscientiais, por meio da aplicação de recursos e técnicas da Consciencioterapia (Almeida, Haymann & Remedios, orgs., 2022, p. 270).*

*O evolucionante é a consciência intrafísica em processo de reciclagem intraconsciential pela autoconsciencioterapia, receptora ativa da assistência evolutiva conscientioperapêutica (Almeida, Haymann & Remedios, orgs., 2022, p. 397).*

(pensenes) do assistido. “Pela Consciencioterapia, o desassédio é alcançado através da assistência técnica bioenergética desenvolvida com discernimento, sem doutrinações nem envolvimentos sectários de qualquer natureza, buscando ser mais curativo e não mero paliativo” (Vieira, 2013, p. 468).

5 Parapsiquismo é a condição de capacidade inerente à consciência de vivenciar as percepções extrassensoriais, também conhecidas por parapercepções, além dos sentidos do corpo físico.

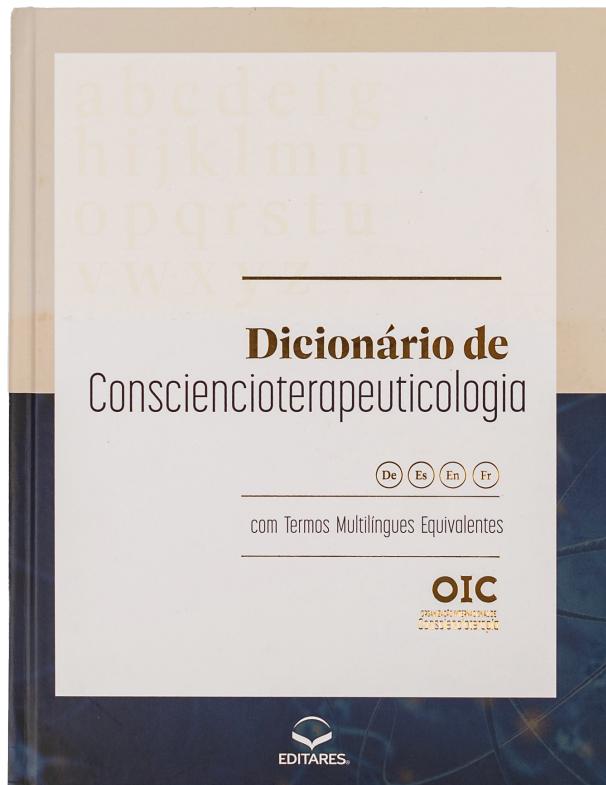
6 Parapatologias são as patologias ou doenças dos seguintes veículos de manifestação da consciência: energossoma, psicossoma ou mentalsoma.

7 Multidimensional refere-se à condição própria de a consciência viver e atuar, simultaneamente, em múltiplas dimensões existenciais.

8 Bioenergética é a percepção e a discriminação das energias conscientiais, pessoais e alheias.

9 Holossomática diz respeito ao holossoma, ou seja, ao conjunto de corpos utilizados pela consciência para se manifestar. O soma, o psicossoma, o energossoma e o mentalsoma são os veículos de manifestação da consciência intrafísica (conscin).

10 Multiexistencial indica a consideração da continuidade existencial em múltiplas vidas humanas, anteriores e posteriores à presente.



Sabemos ser o parapsiquismo fator fundamental nesse processo, contribuindo para o suporte aos desbloqueios energéticos, às renovações dos pensamentos, sentimentos e energias (pensenes) e aos desassédios à *entourage* extrafísica do evoluinte, aspectos tão necessários para a reversão de doenças conscientiais e para a sustentação dessa personalidade em um padrão convergente ao fluxo evolutivo do Cosmos.

Tendo em vista a seriedade desse trabalho interassistencial, o qual requer qualificação contínua, os voluntários dedicam-se à observância de 3 frentes de atuação:

### 1. Formação.

InSTRUÇÃO e formação técnica continuada para a interassistência profissional desempenhada pelos voluntários conscientiaterapeutas, firmada no princípio da *semperaprendentia*.

### 2. Assistência.

Tratamento a evoluentes em ambiente paraclínico (*Evolutiarium*<sup>11</sup>), tanto em atendimentos individuais quanto em grupo, pautado no princípio “*o menos doente assiste ao mais doente*”.

### 3. Pesquisa.

Atividade contínua de produção paracientífica, desaguando atualmente no Dicionário de Consciencioterapeuticologia e publicações derivadas, bem como em artigos e relatos na Revista *Conscientio-therapia*, baseada no princípio “*as assistências institucionais (fatos) norteiam as produções mentais somáticas do grupo (pesquisas)*”.

<sup>11</sup> O *Evolutiarium* é o “ambiente paratecnológico, estruturado em espaço físico especializado para a realização do atendimento conscientioterápico, otimizado para ampliar a autopercepção, a autocognição, e potencializar o movimento evolutivo do evoluinte” (Almeida, Haymann & Remedios, orgs., 2022, p. 405).

Desse modo, há a união indissociável entre a funcional tríade de compromissos no voluntariado da OIC: a formação de consciencioterapeutas, a assistência técnica ao evoluinte e o desenvolvimento de pesquisas na área da Consciencioterapiologia<sup>12</sup>.

E assim, pretendemos seguir, nas décadas e séculos vindouros, sustentando o engajamento contínuo de ações alimentadoras do *trinômio formação-assistência-pesquisa*.

12 “A Consciencioterapiologia é a especialidade da Consciencioterapia aplicada aos estudos específicos, sistemáticos, teáticos ou às pesquisas e parapesquisas, vivências e paravivências do tratamento, alívio e remissão dos distúrbios conscienciais, utilizando os recursos e técnicas derivadas da abordagem da consciência de modo integral, holosomático, multidimensional e multiexistencial” (Almeida, Haymann & Remedios, orgs., 2022, p. 1.247).

**CONSCIENTIOTHERAPIA**  
Revista Paracientífica de Consciencioterapiologia

ISSN 2527-1792

Editorial  
AUTOCONSCIENCIO-TERAPIA  
Paraterapeuta da Autoformação e Sobre-Forma - Ana Ruy  
Desenvolvimento da Autocriatividade Sobre-pela Autoconsciencioterapia - Francisca Sardinha  
Autoconsciencioterapeuta na Clínica e Consultório de Nível Interassistencial e no Desenvolvimento do Revertor-Clínico - Renato Pacheco  
Paraterapeuta da Necessidade de Heteropropósito - Pedro Pacheco  
Autoconsciencioterapia Atrelada ao Desenvolvimento do Cognitivo-Emocional - Valéria Faccio

RELATOS PROJETO-TERAPÉUTICOS  
Paratendência à Construção em Consciencioterapia Intensiva - Ana Paula Belotti  
Visão Paravincular Projeto em Campo Consciencioterapêutico - Gathineire Robert  
Cleidância Fotográfica durante Atendimento Consciencioterapêutico - Juliano Remedios

PROJETO-TRATAMENTO-TERAPÉUTICO  
Introdução Autotratamento-Projetoterapia - Alvaro Dutra  
Projeto Consciencio e Autoconsciencioterapia - Cátia Freire & Regina Ermessan  
Descompromo Consciencial Homeostática: Efeitos da Projeteroterapia em Consciencia Metropolitanas - Leci Adão  
Conversação da Teoria Didástica à Projeteroterapia - Wenderson Azevedo

DINÂMICAS PARADÔSICAS DA OIC  
Dinâmica Parapsíquica no Intercompreensão: Técnica Consciencioterapêutica  
Dinâmica Parapsíquica no Paravantanaoterapia (PPT): Lxx Experimentos Gráafos  
Projeção-terapêutica à Dinâmica Parapsíquica no Autorganização Paravincular  
Dinâmica Parapsíquica da Projeteroterapiologia: Estrutura e Procedimentos

20 Anos  
ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DE CONSCIENCIO-TERAPIA (OIC) • O TRIPÉ DA CONSCIENCIO-TERAPIA

Volume 12 | N. 14 | Setembro / 2023



## Quando surgiu o Tripé da Consciencioterapia?

Desde as primícias da Consciencioterapia, antes mesmo da fundação da OIC, diversos voluntários se dedicaram à construção de especialização nessa área de assistência técnica àqueles que procuram ajuda para as autocuras.

A seguir, são destacados os marcos iniciais de cada um dos elementos do tripé da Consciencioterapia, em ordem cronológica do seu aparecimento:

### 1) Pilar da Pesquisa Consciencioterápica

Após o lançamento das técnicas básicas da Consciencioterapia, em 1988, pelo prof. Waldo Vieira (1932–2015), voluntários na cidade do Rio de Janeiro / RJ fundaram o primeiro Grupo de Pesquisa da Consciência (GPC), baseado nessa especialidade conscienciológica, em 1992.

### 2) Pilar da Assistência ao Evoliente

Logo em seguida, em 1993, foi fundada a primeira Clínica Experimental de Consciencioterapia, firmando o marco inicial dos atendimentos consciencioterápicos.

### 3) Pilar da Formação Técnica

O início da maior estruturação da formação dos consciencioterapeutas ocorreu em dois níveis. Primeiro, a estreia do Programa de Aperfeiçoamento do Consciencioterapeuta (PAC) no ano de 1999. Em seguida, a primeira turma para formação do voluntário consciencioterapeuta, no ano 2000.

#### Referências Bibliográficas:

**Almeida, Marco; Haymann, Maximiliano; & Remedios, Juliana; Orgs.; Dicionário de Consciencioterapiologia com Termos Multilíngues Equivalentes;** revisores Equipe de Revisores da OIC; neologistas multilíngues Equipe de Idiomas da OIC; 1.412 p.; glos. 400 termos (verbetes); 400 termos em alemão; 400 termos em espanhol; 400 termos em francês; 400 termos em inglês; 4 apêndis. (1 apênd.: BEE da Consciencioterapiologia: 575 refs.); 845 enus.; 50 especialidades; 54 microbiografias; 3 quadros sinópticos; 1 tab.; 45 verbetógrafos; 161 filmes; 111 webgrafias; 1.100 refs.; alf.; 28 x 21 cm; enc.; Associação Internacional Editares; & Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC); Foz do Iguaçu, PR; 2022; páginas 270, 397, 405 e 1.247.

**Lopes, Adriana; Sensos Evolutivos & Contrassensos Regressivos: O Estudo Contrapontado do Autodiscernimento quanto à Maturidade Consciential;** pref. Antonio Pitaguary; revisores Dayane Rossa; et al.; 640 p. 3 seções; 44 caps.; 9 citações; 1 E-mail; 391 enus.; 1 foto; 1 microbiografia; 19 siglas; 8 tabs.; 135 megapenseiros trivocabulares; 232 perguntas; 56 estrangeirismos; 45 frases enfáticas; 46 definições; glos. 200 termos; 327 refs.; 2 apêndis.; alf.; 23 x 16 x 3 cm.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2017; página 615.

**Vieira, Waldo; Manual da Tenepes: Tarefa Energética Pessoal;** revisores Erotides Louly; Helena Araújo; & Julieta Mendonça; 154 p.; 34 caps.; 147 abrevs.; 18 E-mails; 52 enus.; 1 foto; 1 microbiografia; 1 tab.; 1 teste; 19 websites; glos. 282 termos; 5 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; 3<sup>a</sup> Ed.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2011; página 11.

#### Sugestões de Leitura:

**De Masi, Domenico; Org.; A Emoção e a Regra: Os Grupos Criativos na Europa de 1850 a 1950;** Trad. Elia Ferreira Edel; 420 p.; 13 caps.; 1 cronologia; 12 esquemas; 1 formulário; 165 fotos; 8 ilus.; 1 organograma; 5 tabs.; 484 refs.; 18 x 16 x 3,5 cm; br.; José Olympio; Rio de Janeiro, RJ; 1999; páginas 103 a 130.

**Vieira, Waldo; Interassistencialidade;** verbete; In: **Vieira, Waldo; Org.; Encyclopédia da Conscienciologia;** apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; CLXXIV+23.004 p.; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 274 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 13.896 refs.; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 9<sup>a</sup> Ed. Digital; rev. e aum.; Associação Internacional de Encyclopédia Conscienciológica (ENCYCLOSSAPIENS); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 13.149 a 13.151; disponível em: <<http://encyclossapiens.space/nona/ECDigital9.pdf>>; acesso em: 01.08.23; 11h22.



**Flávia Aouar (1981-)** é psicóloga pós-graduada em Psicologia Positiva. Brasileira, natural de Brasília, DF. Voluntária da Conscienciologia desde 2001, professora de Conscienciologia desde 2004, tenepessista desde 2009 e pesquisadora residente no Campus da Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC) desde 2011. Verbetógrafa da Encyclopédia da Conscienciologia e autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2017.



# A JORNADA DO EVOLUCIENTE: IMERSÃO NA BOLHA CONSCIENCIOTERÁPICA INTENSIVA

*Ludmilla Alkmim*

Em novembro de 2018, no meu antigo quarto em Brasília / DF, realizava o primeiro contato com a Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC), pelo *whatsapp* com a equipe de agendamento consciencioterápico<sup>13</sup>.

Os questionamentos sobre as decisões de destino e o sentimento de insegurança referentes à crise de crescimento quanto à mudança para Foz do Iguaçu / PR, presentes naquela etapa da vida, desapareceram por alguns minutos, enquanto recebia banhos energéticos e ampliação do bem-estar pela confirmação do *Atendimento Consciencioterápico Intensivo de Final de Semana*.

Tal modalidade é frequentemente buscada pelos evoluentes que residem em outras localidades, uma vez que oportuniza realizar aprofundamento consciencioterápico em curto espaço de tempo. A respeito dessa categoria de atendimento, convido o leitor a trilhar comigo as linhas subsequentes.

Dentro da Experimentologia<sup>14</sup>, são frequentes os relatos de *sincronicidades* relacionadas à *demandas consciencioterápicas* desde a confirmação do atendimento com a equipe do agendamento. Por isso, é indicada a ampliação da percuciente paraperceptiva quanto às projeções conscienciais, banhos energéticos e sinaléticas parapsíquicas pessoais, durante a viagem para Foz do Iguaçu / PR, especialmente nos encontros na Cognópolis. Na ocasião, hospedei-me no Village – CEAEC<sup>15</sup>, o que propiciou maior imersão no holopensene lucidogênico e recinológico nesse balneário bioenergético.

13 A equipe de agendamento consciencioterápico é a responsável pelo acolhimento, marcação dos atendimentos e orientações básicas para o início da consciencioterapia (Almeida, Haymann & Remedios, orgs., 2022, p. 56).

14 A Experimentologia é especialidade da Conscienciologia aplicada aos estudos e pesquisas dos experimentos evolutivos da consciência em todas as formas, naturezas e categorias (Vieira, 2007, p. 184).

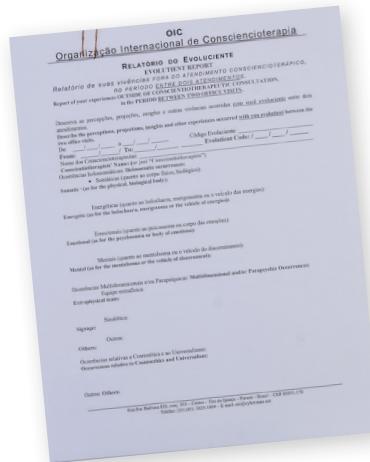
15 O Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC) é uma instituição sem fins lucrativos, mantida por voluntários pesquisadores independentes dedicados à pesquisa da consciência e à divulgação da Conscienciologia.

*O Atendimento Consciencioterápico Intensivo é a modalidade de assistência consciencioterápica com número predefinido de 5 sessões, de até 60 minutos cada, realizada em 5 dias consecutivos, quando intensivo semanal, ou concentrada em 3 dias, quando intensivo de final de semana (Almeida, Haymann & Remedios, orgs., 2022, p. 96).*

*“A sincronicidade é a qualidade da realidade sincrônica ocorrendo, existindo ou se apresentando ao mesmo tempo, simultânea, concorrente, homócrona, tautócrona, contemporânea, interconectada, inclusive em lugares diferentes, ao modo de coincidência de determinado acontecimento com outro” (Vieira, 2018, p. 20.448).*

*A demanda consciencioterápica é o fator ou motivo precipitante da busca de atendimento consciencioterápico explicitado pelo evoluinte na primeira sessão, sendo o ponto de partida das abordagens parassemiológicas dos consciencioterapeutas (Almeida, Haymann & Remedios, 2022, orgs., p. 325).*

O campo consciencioterápico é o espaço multidimensional homeostático, carregado de energias conscienciais (ECs) paraterapêuticas, predisponente à autoconsciencioterapia, autodesassédios e heterodesassédios, instalado a partir das bioenergias dos consciencioterapeutas e pela equipe extrafísica de paraconsciencioterapeutas (Almeida, Haymann & Remedios, orgs., 2022, p. 220).



O período do *Intensivo* é valioso para o evoluinte, na medida em que ingressa em campo consciencioterápico daquela sequência de 5 atendimentos. Por isso, a conduta para o melhor aproveitamento do autexperimento é evitar quaisquer distrações do processo autoconsciencioterápico e aprofundar na intraconsciencialidade, ou no *mergulho em si mesmo*. Não é apropriada, por exemplo, a realização de atividades turísticas na cidade, enquanto estiver em *Intensivo*.

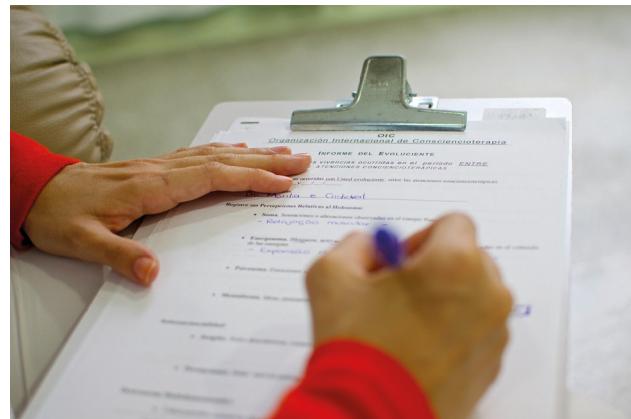
Dentro do *Evolutiarium*, o bolsão interassistencial direciona a paraterapêutica, podendo ser percebido pelo evoluinte aberto à consciencioterapia. Apesar de ter o objetivo intraconsciencial, a neopensenidade oportunizada pela vivência do campo consciencioterápico impacta consciências intrafísicas e extrafísicas vinculadas

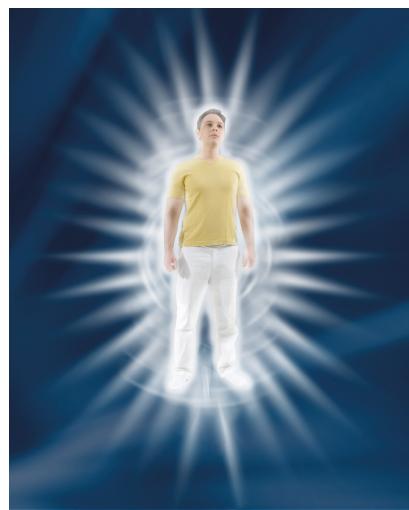




ao evoluciente, auxiliando no encaminhamento de consciexes patológicas, na desvinculação de grupos regressivos e na assistência à distância (parapseudópodes). Assim, paradoxalmente, a paraconsciencioterapia individual é também grupal.

A compreensão da qualidade dos vínculos intra e extrafísicos amplia a lucidez sobre o papel interassistencial e o posicionamento multidimensional, facilitando a opção pelo autodesassédio e decisões acertadas frente aos autenfrentamentos prioritários. Para o intermissivista, por exemplo, a recuperação de cons amplia a auto-cognição ou o *conhecimento de si mesmo*, multidimensionalmente, e conscientiza a pessoa quanto aos paradeveres intermissivos, ativando a voliciolina para as mudanças pretendidas.





Mesmo fora da OIC, no período entre os atendimentos, o evoliente comprometido com a autoconsciencioterapia, pode perceber o fluxo e o ritmo da bolha consciencioterápica intensiva, a qual minimiza as dificuldades recíprocas da intercomunicação consciin-consciex. Deste modo, os amparadores extrafísicos, especialmente os paraconsciencioterapeutas, atuam conjuntamente ao evoliente, inspirando autorreflexões evolutivas, capazes de serem percebidas, por exemplo, nos Laboratórios de Autopesquisa do CEAEC, em Dinâmicas Parapsíquicas, no Holociclo e na Holoteca.

O *Atendimento Intensivo* é exemplo prático do intenso estilo de vida evolutivo do cognopolita predisposto, passível de auxiliar em decisões de destino que impactam, não somente a vida atual, mas a holobiografia<sup>16</sup> da consciência, demonstrando a atuação da irresistibilidade evolutiva.

---

16 “A holobiografia é o conjunto dos arquivos pessoais da evolução multidimensional da consciência ao longo das seriéxis” (Vieira, 2003, p. 85)

## Referências Bibliográficas:

**Almeida**, Marco; **Haymann**, Maximiliano; & **Remedios**, Juliana; Orgs.; **Dicionário de Consciencioterapeuticologia com Termos Multilíngues Equivalentes**; revisores Equipe de Revisores da OIC; neologistas multilíngues: Equipe de Idiomas da OIC; 1.412 p.; glos. 400 termos (verbetes); 400 termos em alemão; 400 termos em espanhol; 400 termos em francês; 400 termos em inglês; 4 apênds. (1 apênd.: BEE da Consciencioterapeuticologia: 575 refs.); 845 enus.; 50 especialidades; 54 microbiografias; 3 quadros sinópticos; 1 tab.; 45 verbetógrafos; 161 filmes; 111 webgrafias; 1.100 refs.; 9 índices; alf.; 28 x 21 cm; enc.; **Associação Internacional Editares**; & **Organização Internacional de Consciencioterapia** (OIC); Foz do Iguaçu, PR; 2022; páginas 56 a 58, 96 a 97, 220 a 221 e 325.

**Vieira**, Waldo; **Homo sapiens pacificus**; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.584 p.; 24 seções; 413 caps.; 403 abrevs.; 38 E-mails; 434 enus.; 484 estrangeirismos; 1 foto; 37 ilus.; 168 megapenseses trivocabulares; 1 microbiografia; 36 tabs.; 15 websites; glos. 241 termos; 25 pinacografias; 103 musicografias; 24 discografias; 20 cenografias; 240 filmes; 9.625 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21,5 x 7 cm; enc.; 3<sup>a</sup> Ed. Gratuita; **Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia** (CEAEC); & **Associação Internacional Editares**; Foz do Iguaçu, PR; 2007; página 184.

**Vieira**, Waldo; **Homo sapiens reurbanisatus**; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.584 p.; 24 seções; 479 caps.; 139 abrevs.; 12 E-mails; 597 enus.; 413 estrangeirismos; 1 foto; 40 ilus.; 1 microbiografia; 25 tabs.; 4 websites; glos. 241 termos; 3 infográffs.; 102 filmes; 7.665 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21 x 7 cm; enc.; 3<sup>a</sup> Ed. Gratuita; **Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia** (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2004; página 85.

**Vieira**, Waldo; **Sincronicidade**; verbete; In: **Vieira**, Waldo; Org.; **Enciclopédia da Conscienciologia**; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 25; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9<sup>a</sup> Ed. rev. e aum.; **Associação Internacional de Encyclopediologia Conscienciológica** (ENCYCLOSSAPIENS); & **Associação Internacional Editares**; Foz do Iguaçu, PR; 2009; página 20.448.



**Ludmilla Alkmim (1991-)** é psicóloga especialista Saúde Coletiva. Brasileira, natural de Santana, BA. Voluntária da Conscienciologia desde 2017, professora de Conscienciologia desde 2018 e tenepesta desde 2020. Autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2021.



# OS PARACONSCIENCIOTERAPEUTAS: A EQUIPE EXTRAFÍSICA DA OIC

Marco Almeida

**Interdimensionalidade.** Habilidade pessoal homeostática estudada na OIC, de modo recorrente, para a otimização da atuação da consciência assistente, é o nível íntimo de interação fluida interdimensional junto às consciências extrafísicas versadas na heterassistência promotora de autocura, ou **paraconsciencioterapeutas**.

**Paraconsenso.** Durante o atendimento consciencioterápico, importa sempre estar-se atento ao plano dos amparadores extrafísicos. Fazer-se à serviço de tais paraconsensos superiores é a chave da interassistência mais avançada.

**Paramizades.** A funcionalidade da homologia multidimensional entre equipin e equipex se inicia pelo elo tarístico relacionada à heteroajuda promotora de reciclagens existenciais, e se acentua na fraternidade vivenciada entre os componentes da equipe, consolidando a vinculação homeostática e a força de trabalho exitoso entre todos.

**Coesão.** Os componentes dos atendimentos paraclínicos podem ser classificados, de modo global, em quatro agentes: consciencioterapeutas, paraconsciencioterapeutas, evoluentes e paraevoluentes. A maximização da eficácia no auxílio técnico aos dois últimos, assistidos, depende da coesão cosmoética entre os dois primeiros, assistentes.

**Vigilância.** Nesse aspecto, vale relembrar o fato de a consciência dever manter a ambência íntima de satisfação receptividade aos paraconstructos edificantes dos amparadores de função, com rotinas úteis e hábitos sadios estratégicos dentro e fora do *setting consciencioterápico*, por exemplo:

1. O trabalho bioenergético paraprofilático *em dia*.
2. A sustentação diurna do interesse cosmoético em *dar o melhor de si*, em nível holossomático, em favor do evoluinte.
3. A sinergia entre o atendimento consciencioterápico e as demais atividades interassistenciais pessoais, tais quais a tenepes e as gescons.
4. A vigilância quanto à eficaz desassimilação simpática de energias, ou *desassim*, frente aos inevitáveis contatos com o pertúrbio alheio, inerente ao trabalho de desassédio.

**Dicionário.** A obra institucional Dicionário de Consciencioteraputicologia com Termos Multilíngues Equivalentes, de 2022, define o paraconsciencioterapeuta na condição de consciência lúcida especializada nos trabalhos da Consciencioterapia, atuante diretamente ou por intermédio dos consciencioterapeutas, dentro ou fora do *Evolutiarium*, visando ao desassédio, tratamento, alívio e remissão dos pertúrbios do evoluinte.



**Heterajuda.** Quanto aos coterapeutas extrafísicos, tais consciências lúcidas vinculadas aos trabalhos da OIC podem atuar em diversas categorias de heterajuda: desbloqueios do energossoma, desassédios interconscienciais, auxílio aos autodesassédios estruturais e às recins paracerebrais complexas, dentre outras.

**Receptáculo.** A pesquisa racional sobre tais consciências extrafísicas relacionadas aos trabalhos de desassédio facilita o desenvolvimento de ações individuais e coletivas favoráveis às melhores práticas assistenciais e à qualificação do nível de aplicação de energias homeostáticas a favor das autocuras alheias, na condição de receptáculos multidimensionais dos amparadores extrafísicos.

**Parelencologia.** Relatos pesquisísticos de participantes de atividades interassistenciais apontam à identificação de, pelo menos, 10 personalidades ou grupos extrafísicos associados ao trabalho tarístico institucional, descritos em ordem funcional:

- 01. Rin Sakurai (1907–1974):** a genialidade da ex-conscin especialista em Cosmiatria.
- 02. Escola Médica Salernitana:** a pesquisa, o tratadismo e os tratamentos de ponta.
- 03. Indianos:** a autorreorganização holossomática.
- 04. Nórdicos:** a paraerudição tarística.
- 05. Paraneurocirurgiões:** a intervenção paracirúrgica precisa.
- 06. Chineses:** a exímia energoterapia.
- 07. Paralexicólogos:** a lexicografia verponológica interassissencial.
- 08. Gregorio Marañón (1887–1960):** o prolífico humanista espanhol.
- 09. Índios:** os xamãs *de universidade*.
- 10. Glasnost:** a Autodiagnosticologia teática.

**Universalismo.** Esta listagem intenciona o breve inventário técnico de reforço de paravínculos entre equipes interassistenciais, sem o objetivo de engessar, enquadrar ou enrijecer as atuações universalistas multimodais de tais consciências extrafísicas lúcidas, atuantes em várias esferas multidimensionais e linhas interassistenciais, atacadistas e até taquirítmicas, muito além de paroquialismos convencionais.

**Composição.** Ao consciencioterapeuta, é útil lembrar dois aspectos propiciadores da autoinserção junto às equipexes: a bagagem técnica frente ao objetivo interassistencial colimado e os paravínculos holobiográficos entre os integrantes.

**Inserção.** Quanto ao máximo desempenho da função consciencioterápica, importa à conscin tarefa do esclarecimento promover as devidas reciclagens íntimas e, progressivamente, se assemelhar à autopensoenidade do amparador de função, na obtenção da almejada parceria *ombro a ombro*, 24 horas, junto às consciexes mais lúcidas.

**Autopesquisa.** A perquirição semperaprendente quanto à autoconsciencioterapia continuada, automotivada e sem *dramalhões* autopesquisísticos é exercida com a verificação robusta, autoimperdoadora e pacificada dos traços-fardos e traços faltantes pessoais, bem como dos traços-força alavancadores dos neopata-mares evolutivos.

**Policarmalidade.** O esforço individual genuíno de cada voluntário consciencioterapeuta em, definitivamente, *cruzar a linha* da policarmalidade e tornar-se, pouco a pouco, a *conscin paraconsciencioterapeuta*, mencionada por Vieira no verbete *Interação Conscin-Oflex*, com acentuadas desenvoltura e autonomia cosmoética nos encaminhamentos assistenciais, pode propiciar, em efeito halo, a aquisição de novos patamares grupais no holopensene cosmoético tanto institucional quanto da CCCI, a Comunidade Conscienciológica Cosmoética Internacional.

**Desafio.** Tal condição desafiadora trata sobre a homologia consciencioterápica interdimensional fundamentada na *autodesperodicidade* conjugada ao *autoflexismo* do tenepessista veterano predisposto.





**Fixação.** O referido intento, importa frisar, não é conquistado em simples *estalar de dedos* imediato, demandando entendimento teático quanto à necessidade basilar de longo período de fixação do trabalho assistencial em prática pelo intermissivista autoconsciente, de modo repetido, exaustivo e paciente, provavelmente até em mais de uma vida humana, segundo o princípio da autocoerência verbaciológica de 99% prática e 1% teoria. De pouco adianta querer, de modo açodado, *colocar a carroça na frente os bois*, pois a autoconquista da *oficina extrafísica* (autofix), em tese, é promovida a partir da extrafisicalidade, segundo o saldo individualíssimo da Ficha Evolutiva Pessoal (FEP).

**Conclusão.** A título de hipótese de trabalho, este breve *paper* propõe a reflexão quanto às medidas eficazes a favor dos extrapolações homeostáticos pessoais e coletivos, por meio de duas linhas de trabalho aos voluntários consciencioterapeutas da OIC:

- 1. Interdimensionalidade:** o fortalecimento continuado do holopensene institucional de homologia interdimensional, explicitada no uso rotineiro de técnicas de *rapport* intensivo junto à equipex de paraconsciencioterapeutas.
- 2. Conscin:** a vivência de ambiência coletiva favorável à edificação natural *passo a passo* da *conscin paraconsciencioterapeuta*, em construção operosa, *sem forçação de barras autenganosas*, e automotivada quanto ao autofixismo dos voluntários predispostos.

## Referências Bibliográficas:

**Almeida**, Marco; **Haymann**, Maximiliano; & **Remedios**, Juliana; Orgs.; **Dicionário de Consciencioterapeuticologia com Termos Multilíngues Equivalentes**; revisores Equipe de Revisores da OIC; neologistas multilíngues: Equipe de Idiomas da OIC; 1.412 p.; glos. 400 termos (verbetes); 400 termos em alemão; 400 termos em espanhol; 400 termos em francês; 400 termos em inglês; 4 apênds. (1 apênd.: BEE da Consciencioterapeuticologia: 575 refs.); 845 enus.; 50 especialidades; 54 microbiografias; 3 quadros sinópticos; 1 tab.; 45 verbetógrafos; 161 filmes; 111 webgrafias; 1.100 refs.; 9 índices; alf.; 28 x 21 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; & *Organização Internacional de Consciencioterapia* (OIC); Foz do Iguaçu, PR; 2022; páginas 460 e 461.

**Ribeiro**, Ermania; & **Lopes**, Sissi; **Homologia Consciencioterápica**; Artigo; *XI Jornada de Consciencioterapia*; Foz do Iguaçu, PR; 07-08.09.19; *Conscientiotherapy*; Revista; Anuário; Ano 8; N. 9; Seção: *Consciencioterapia Clínica*; 2 E-mails; 18 enus.; 2 microbiografias; 3 refs.; 3 webgrafias; 1 videografia; *Organização Internacional de Consciencioterapia* (OIC); Foz do Iguaçu, PR; Setembro, 2019; páginas 5 a 15.

**Vieira**, Waldo; **Dicionário de Argumentos da Conscienciologia**; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.572 p.; 1 blog; 21 E-mails; 551 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 18 fotos; glos. 650 termos; 19 websites; alf.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2014; páginas 206 e 1.010.

**Vieira**, Waldo; **Léxico de Ortopensatas**; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 2 Vols.; 1.800 p.; Vol. I; 1 blog; 652 conceitos analógicos; 22 E-mails; 19 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 17 fotos; glos. 6.476 termos; 1.811 megapenseses trivocabulares; 1 microbiografia; 20.800 ortopensatas; 2 tabs.; 120 técnicas lexicográficas; 19 websites; 28,5 x 22 x 10 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2014; páginas 340, 613 e 1.466.

**Vieira**, Waldo; **Homologia Conscienciológica; Interação Conscin-Ofiex; Paravínculo**; verbetes; In: **Vieira**, Waldo; Org.; **Encyclopédia da Conscienciologia**; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vols. 15, 16 e 21; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional de Encyclopédia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 12.140 a 12.142, 12.998 a 13.002 e 16.923 a 16.925.



**Marco Almeida** (1971-) é médico pneumologista e especialista em Educação Médica. Brasileiro, natural do Rio de Janeiro, RJ. Voluntário e professor de Conscienciologia desde 2001, tenepe-sista desde 2004 e pesquisador residente no Campus da Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC) desde 2011. Verbetógrafo da Encyclopédia da Conscienciologia e autor de artigos conscienciológicos. Coautor do livro *Virtu-alCons Handbook* do Colégio Invisível da Conscienciometria (2003) e Coorganizador do Dicionário de Consciencioterapeuticologia e Termos Multilíngues Equivalentes (2022). Membro do conselho de epicons desde 2017. Consciencioterapeuta desde 2003.



## POR ONDE A OIC JÁ PASSOU?

Luísa Consciência & Regina Estermann

A OIC, Organização Internacional de Consciencioterapia, é uma das várias Instituições Conscienciocêntricas centradas no estudo e pesquisa da consciência, sendo cosmoética e consciencialmente sadia a partir da razão social e dos estatutos sociais transparentes.

De caráter paracentífico, educacional, cultural, político-apartidário, cosmoético, universalista e sem fins de lucro, a OIC dedica-se ao estudo, pesquisa, ensino, desenvolvimento e divulgação da especialidade *Consciencioterapeuticologia*. Fundada em 06 de setembro de 2003 na cidade de Foz do Iguaçu, Paraná, Brasil, esta instituição foi estabelecida para ser a organização multidimensional de excelência em consciencioterapia, contribuindo para a implantação do holopensene de saúde consciencial no planeta.

Nesse âmbito, entende-se por saúde consciencial, enquanto condição natural, o estado de equilíbrio dinâmico, funcional e estrutural dos veículos de manifestação consciencial, ou a qualidade entre o organismo humano e o modo de a pessoa pensar, sentir e agir, com boa disposição e bem-estar físico, energético, emocional, intelectual e parapsíquico, relativo ao próprio nível evolutivo.

O termo *consciencioterapia* foi publicado pela primeira vez em 1994 na obra 700 Experimentos da Conscienciologia, de autoria do pesquisador Waldo Vieira (1932–2015). Inicialmente considerado especialidade, atualmente equivale ao processo consciencioterapêutico em si, e está inserido na especialidade *Consciencioterapeuticologia*.

As premissas básicas deste paradigma compreendem: o holosoma ou os veículos de manifestação da consciência – soma, energossoma, psicossoma e mentalsoma –, a bioenergética, a multidimensionalidade, a multiexistencialidade, a cosmoética e o universalismo.



A Consciencioterapeuticologia é a especialidade aplicada aos estudos específicos, sistemáticos, teáticos ou às pesquisas e parapesquisas, vivências e paravivências do tratamento, alívio e remissão dos distúrbios, patologias e parapatologias conscienciais, utilizando-se de recursos e técnicas derivados da abordagem da consciência fundamentada nas premissas do paradigma consciencial (Almeida, Haymann & Remedios, orgs., 2022, p. 1.247).



**EVOLUTIARIUM ITINERANTE EM BARCELONA, ESPANHA, 1999.**



**CONGRAÇAMENTO NA ARACÊ, 2004.**



**APRESENTAÇÃO DA LINHA DO TEMPO DOS 10 ANOS DA OIC, 2013.**



**IMERSÃO PROJECIOTERÁPICA, PORTUGAL, 2010.**

## Como tudo começou

Os primeiros atendimentos consciencioterápicos tiveram início na cidade do Rio de Janeiro - RJ com a criação do Núcleo de Assistência Integral à Consciência (NAIC), ocorrida em dezembro de 1996, enquanto departamento vinculado ao Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC). Dois anos depois, em abril de 1998, inaugurou-se a segunda unidade deste departamento em Belo Horizonte - MG, e em junho de 2002, houve a abertura em São Paulo - SP.

Após a fundação da OIC em Foz do Iguaçu - PR, os departamentos dessas outras localidades foram extintos e, apenas em 2013, São Paulo - SP retomou as atividades inaugurando unidade própria, ocorrendo o mesmo no Rio de Janeiro - RJ em 2019.

Estas unidades, com base física e estrutura instaladas, oferecem atendimentos clínicos e atividades consciencioterápicas em grupo, disponíveis ao evoluinte<sup>17</sup> interessado em aprofundar a autoconsciencioterapia e a qualificar a própria evolução.

Visando ampliar o alcance e o acesso da consciencioterapia a outros locais, a instituição criou modalidade de assistência denominada *Atendimento Intensivo*, o qual contempla 5 sessões sequenciais, que podem ser realizadas durante a semana, de segunda-feira a sexta-feira, ou em 1 fim de semana, iniciando na sexta-feira e encerrando no domingo.

Referente a essa modalidade de atendimento, mencionamos aqui os locais *por onde a OIC já passou*, oportunizando a vários evoluentes o acesso à consciencioterapia, de modo presencial. À nível nacional, as seguintes cidades, listadas em ordem alfabética, foram atendidas: Belo Horizonte (MG), Curitiba (PR), Florianópolis (SC), Natal (RN), Porto Alegre (RS), Recife (PE), Salvador (BA) e Domingos Martins (ES) no *Campus ARACÊ*.

---

<sup>17</sup> Evoluinte é o nome dado à pessoa predisposta a realizar essa modalidade terapêutica.



À nível internacional, a OIC esteve presente nas seguintes localidades:

1. Outubro de 1999: Barcelona, Espanha.
2. Outubro de 2000: Lisboa, Portugal.
3. Janeiro e Maio de 2002: New York, EUA.
4. Outubro de 2010: Évora, Portugal.
5. Outubro de 2013 e Novembro de 2014: Frankfurt, Alemanha.



Durante a pandemia da covid-19, os voluntários precisaram desenvolver alternativas para a manutenção das atividades interassistenciais e consciencioterápicas da OIC, oportunizando a realização de assessorias à distância, e consequentemente a expansão da consciencioterapia a locais longínquos, ampliando a assistência consciencioterápica também em outros idiomas, além do português.

Tiveram início, assim, as *Assessorias Autoconsciencioterápicas*, a qual consistem em encontros *online* junto a dois consciencioterapeutas, podendo ser oferecida em duas modalidades: pontual (um único encontro) ou regular (semanal, no mesmo dia e horário agendados). A primeira Assessoria ocorreu no dia 06 de abril de 2020 e permanece, atualmente, enquanto atividade permanente da OIC, facilitando o alcance e o acesso da consciencioterapia a várias consciências.

Até o momento (Ano-base: 2023), registrou-se a participação de evoluentes nas *Assessorias Autoconsciencioterápicas* dos seguintes estados, listados em ordem alfabética: Alagoas, Amazonas, Bahia, Ceará, Distrito Federal, Espírito Santo, Goiás, Minas Gerais, Mato Grosso, Mato Grosso do Sul, Pará, Paraná, Pernambuco, Piauí, Rio de Janeiro, Rio Grande do Norte, Rio Grande do Sul, Santa Catarina, São Paulo e Sergipe.

No âmbito internacional, foram registrados os seguintes países, igualmente em ordem alfabética: África do Sul, Alemanha, Argentina, Austrália, Áustria, Canadá, Colômbia, Espanha, Estados Unidos, Finlândia, Inglaterra, Luxemburgo, México, Polônia, Porto Rico, Portugal, Romênia, Suécia e Suíça, contemplando assim 4 continentes: África, América, Europa e Oceania.

Visando ir ao encontro da singularidade das consciências em diferentes partes do planeta, foram observados aspectos relevantes à atuação consciencioterápica *online*, considerando a multiculturalidade. Abaixo encontram-se listadas as principais características, em ordem alfabética.

- **Abertismo.** Predisposição interassistencial multicultural.
- **Ambiência.** Organização do espaço de trabalho e assepsia holopensônica.
- **Contextualização.** Localização geográfica, fuso horário, estação do ano.
- **Cosmoeticidade.** Discernimento intercomunicacional e intencionalidade qualificada.
- **Intercompreensão.** Singularidade intraconsciencial; conexão pensônica interassistencial; mesologia ou educação e cultura do evoluinte.
- **Neofilia.** Abertura ao novo; curiosidade cosmoética.
- **Paracientificidade.** Expressão consciencioterápica paracentífica.
- **Paradiplomacia.** Harmonia interconsciente multidimensional.
- **Parassegurança.** Profilaxias desassediadoras.
- **Parapsiquismo.** Comunicação interdimensional; equipe intrafísica / equipe extrafísica.
- **Polimatia.** Conhecimentos históricos e culturais, holopensene local.
- **Poliglotologia.** Idiomas (materno / adquirido), expressões típicas, acentos.

A consciencioterapia atua na ampliação da *autocognição*, “condição pessoal do autoconhecimento sobre a apreensão teórica e prática, e a vivência autoconsciente das realidades e pararrealidades de si mesmo e do Cosmos” (Vieira, 2018, p. 2.577), sendo aprimorada de acordo com os níveis evolutivos das consciências. É possível de ser mensurada, na prática, pelo grau ou amplitude na qual o evoluinte consegue experienciar, apreender e compreender, de modo lúcido, a realidade ou as premissas do paradigma consciencial.

A *autocura*, objetivo maior da consciencioterapia, fundamenta-se no princípio de a consciência ser a principal responsável pela saúde holossomática pessoal, sendo ela a única capaz, de fato, de superar, pelos próprios atos, as patologias conscienciais e atingir novo patamar homeostático.



## Referências Bibliográficas:

**Almeida**, Marco; **Haymann**, Maximiliano; & **Remedios**, Juliana; Orgs.; **Dicionário de Consciencioterapiologia com Termos Multilíngues Equivalentes**; revisores Equipe de Revisores da OIC; neologistas multilíngues Equipe de Idiomas da OIC; 1.412 p.; glos. 400 termos (verbetes); 400 termos em alemão; 400 termos em espanhol; 400 termos em francês; 400 termos em inglês; 4 apênds. (1 apênd.: BEE da Consciencioterapiologia: 575 refs.); 845 enus.; 50 especialidades; 54 microbiografias; 3 quadros sinópticos; 1 tab.; 45 verbetógrafos; 161 filmes; 111 webgrafias; 1.100 refs.; alf.; 28 x 21 cm; enc.; Associação Internacional Editares; & Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC); Foz do Iguaçu, PR; 2022; página 1.247.

**Lopes**, Adriana; Org.; **OIC em Números: Holomemória 2006**; Anuário; 130 p.; 5 seções; 17 subseções; 55 enus.; 110 tabs; 13 estatísticas; 1 apênd.; 1 E-mail; 1 website; 1 pontuação; 30 x 21 cm; enc.; 4<sup>a</sup> Ed.; Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC); Foz do Iguaçu, PR; Março, 2007; páginas 46 e 47.

**Vieira**, Waldo; **Autocognição**; verbete; In: **Vieira**, Waldo; Org.; **Encyclopédia da Conscienciologia**; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 4; 1.112 citações; 11 cronomelias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9<sup>a</sup> Ed. rev. e aum.; Associação Internacional de Encyclopédia Conscienciológica (ENCYCLOSSAPIENS); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 2.577 a 2.580.

## Referência Webgráfica:

**Almeida**, Marco Antônio; **OIC**; verbete; In: **Vieira**, Waldo; Org.; **Encyclopédia da Conscienciologia**; verbete N. 6.056, apresentado no *Tertuliarium / CEAEC*; Foz do Iguaçu, PR; 03.09.22; disponível em: <<http://encyclossapiens.space/buscaverbete>>; acesso em: 27.06.23; 14h30.



**Luísa Consciência (1966-)** é psicóloga especialista em Clínica e Saúde, pós-graduada em Psicoterapia. Portuguesa, natural de Lourenço Marques. Voluntária da Conscienciologia desde 2014, professora de Conscienciologia desde 2018 e tenepesta desde 2015. Verbetógrafa da Encyclopédia da Conscienciologia e autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2021.



**Regina Estermann (1963-)** é psicóloga pós-graduada em Luto e Perda. Brasileira, natural de Lavras, MG. Voluntária da Conscienciologia desde 2001, professora de Conscienciologia desde 2006 e tenepesta desde 2002. Verbetógrafa da Encyclopédia da Conscienciologia e autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2015.



## VIDAS NO CAMPUS CONSCIENCIOTERÁPICO

Ermania Ribeiro & Gelson Oliveira

O megapensene trivocabular “A Natureza ensina” sintetiza a atmosfera pedagógica e terapêutica que envolve a convivialidade entre os frequentadores do Campus OIC e os outros seres vivos ali presentes. São inúmeras vidas coexistindo no [Campus Consciencioterápico](#), desde a flora e a fauna, composta por variadas espécies, até a presença dos voluntários, evoluentes, visitantes e fornecedores de serviços. Esse pequeno ecossistema terrestre proporciona compreensão sobre os princípios da interdependência, da intercooperação e da convivialidade sadia entre os seres.

Ao adentar pelo portão, já é possível ser recepcionado pelos *pássaros quero-queros*, cuidando com zelo dos seus filhotes. Também é possível enxergar ao longe o casal de *corujas buraqueiras* perto do seu ninho escavado familiar. Durante o dia, costumam tomar sol em galhos de árvores ou cochilar em seu refúgio.

Ao longo do percurso rumo ao prédio central, a cerca verde enfeita o caminho, fazendo contraste com o azul do céu em dias de verão e dividindo o colorido com as *flores amarelas dos ipês* da estrada nos dias de primavera. Ao chegar no estacionamento, algumas árvores da espécie *pata-de-vaca* já oferecem suas copas para sombra e embelezam a vista com flores brancas na primavera.

Ao lado direito do prédio principal, encontra-se a *Trilha Holossomática*, composta de dezenas de espécies de árvores onde o caminhante é acolhido pela atmosfera vegetal, experimenta a descontração somática e a ativação dos sentidos físicos: a *estimulação visual* proporcionada pelas diferentes matizes do verde, contrastando com o amarelo do limão e o colorido das flores campestres; os *cheiros* característicos da grama molhada ou das folhas da alfazema; a percepção da *brisa* no rosto; e os *sons* dos pássaros. O acoplamento com as árvores da trilha promove a soltura do energossoma e a absorção do *fitoectoplasma* proveniente da [lignina](#), gerando vitalidade e alegria. O crescente bem-estar psicosomático poderá promover a expansão das ideias, contribuindo para a ativação do mentalsoma, favorecendo a conexão com os amparadores, levando o transeunte a obter *insights* e neocompreensões, que funcionam como substratos para autocura.

“O Campus Consciencioterápico é um balneário bioenergético, composto de edificações, infraestruturas e jardins da Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC), formando complexo conscienciológico paraterapêutico e polo de pesquisas e atividades consciencioterápicas” (Almeida, Haymann & Remedios, orgs., 2022, p. 223).

“*Lignina: ectoplasma vegetal*” (Vieira, 2019, p. 1.173).

“Se você quer ampliar o emprego do seu ectoplasma, tenha um jardim em sua casa, interaja com a Natureza e a lignina o ajudará intensamente” (Vieira, 2019, p. 1.173).





No prédio principal, onde ocorrem os atendimentos consciencioterápicos, dinâmicas parapsíquicas e outras atividades, muitas vezes o *Homo sapiens sapiens* se surpreende com a visita do pica-pau batendo o bico na janela ou mesmo dos vidros dos carros no estacionamento. No caminho entre o prédio principal e o estacionamento, a exuberância da vista, principalmente ao *entardecer no pôr do sol*, presenteia a todos com um *show* de diferentes tonalidades no céu, o que pode levar o observador a ampliar perspectivas, a sair do seu monoidísmo e a refletir sobre a sua coexistência junto à Natureza.

“Toda consciência lúcida deve visitar, de quando em quando, o Holopense campestre, a fim de não se desviar de suas origens e finalidades ante a Natureza”  
(Vieira, 2019, p. 373).

“Quem consulta a Natureza evolui mais depressa”  
(Vieira, 2019, p. 1.341).

Nesse olhar para o horizonte, o observador também se depara com casas de *joão-de-barro* construídas em cima dos postes de luz do *Campus*, onde fazem seus ninhos anualmente na época de acasalamento, sendo destruídos na época das chuvas e reconstruídos pacientemente na próxima estação. Nessa observação dinâmica, nota-se a presença de outros tantos pássaros que desfilam em bandos, atravessando o céu azul, o *bem-te-vi* pousando nas árvores, o *beija-flor* e as *andorinhas* nos canteiros de flores e até uma *lebre faceira* correndo pela grama verde ou um *lagartão* buscando o sol.

À noite, na saída dos atendimentos ou das dinâmicas parapsíquicas, é comum se deparar com a *lua cheia*, encontrar *vagalumes* nos jardins, ou contar com a presença dos *gatinhos* moradores do *Campus*, pedindo afagos e atenção.





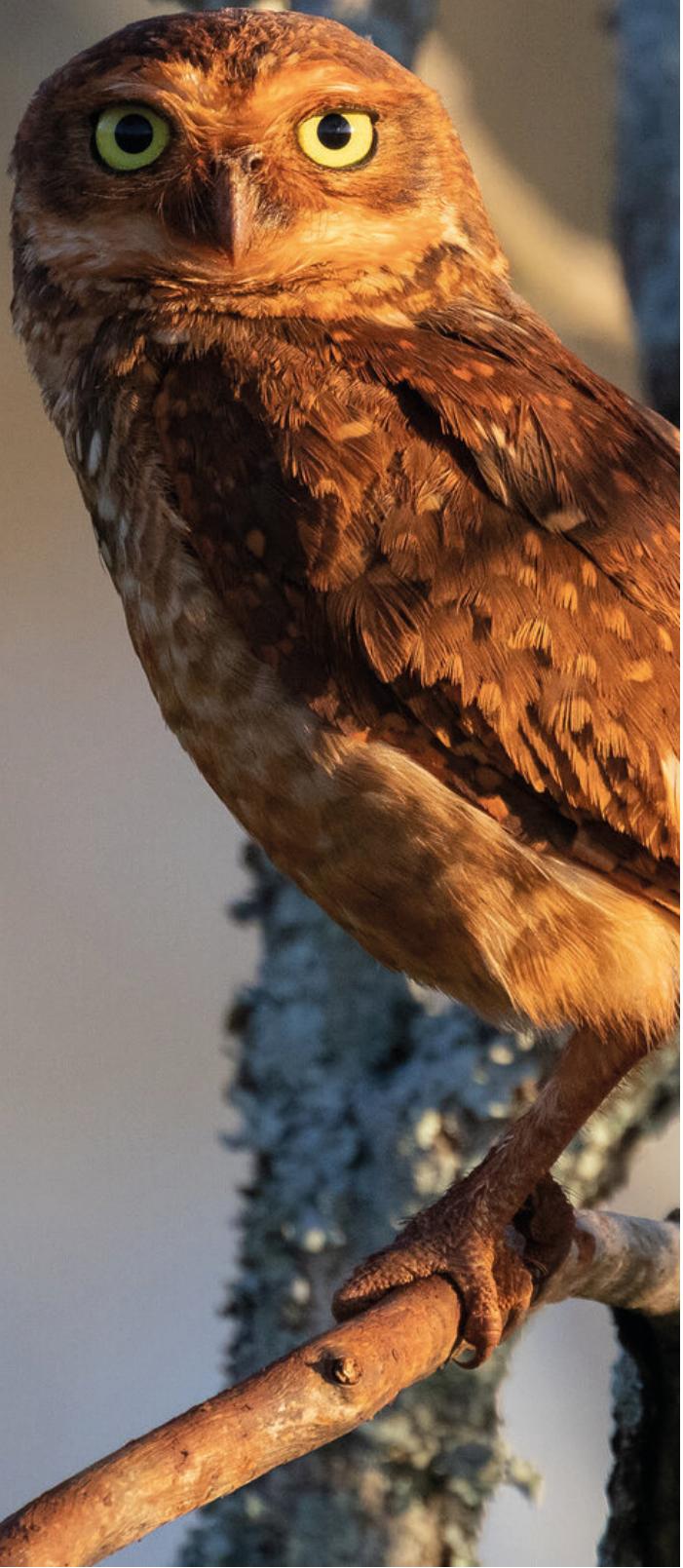
O holopensene do *Campus* funciona como *fórmula terapêutica* para os frequentadores mais atentos às sutilezas do momento. A cada instante, eles podem aprender a partir desse contato – a resiliência das árvores que crescem e florescem mesmo em solo ácido e com pouca água, a lição de grupalidade ao observar os *milípedes* atravessando grandes distâncias juntos, bem como das *formigas* carregando comida em infinitas fileiras. A compreensão do ditado popular “*uma andorinha só não faz verão*”, ao conectar com a realidade do dia a dia do voluntariado, em que dezenas destes sustentam o trabalho assistencial da OIC ao longo dos dias, meses, nesses **20 Anos**, reproduz o sábio ciclo da Natureza.

“*Energoterapeuticologia. A paisagem, os jardins e o contato com a fito, aero e hidroenergias do Campus são recursos potencializadores das autodesassins e recomposição energossomática antes ou após as atividades do voluntariado*” (Almeida, Haymann & Remedios, orgs., 2022, p. 223).

O pesquisador residente do *Campus OIC* perpetua essa possibilidade de aprendizagens no ciclo das 24 horas do dia, pois desde o amanhecer é acordado com o som da *passarada* que anuncia a chegada do sol. Ao anoitecer, o piar das *corujas* e o *cri-cri-cri* dos *grilos* avisam que é hora de relaxar o soma e dormir. Sons que despertam memórias antigas, vincadas ao longo das existências no contato direto junto ao ecossistema planetário. O morador atento percebe o *pulsar interassistencial* do bolsão energético do *Campus* e aprende a fluir junto a esse compasso, colaborando na sustentabilidade com suas energias e com a pensenidade cosmoética.

Toda essa trajetória leva à reflexão: quantas experiências trocadas com os princípios conscienciais fazem a diferença na mudança de hábitos, posturas e pensenidade de cada voluntário ou visitante do *Campus*?





O trinômio conexão-convivialidade-interassistência sintetiza bem o que representa a passagem, estadia ou moradia no *Campus da OIC*. O aconchego botânico, o silêncio ou o som dos pássaros, os laboratórios, prédios e residências *afogadas no verde* representam a interação entre as vidas no *Campus*. A importância dessa interação ficou mais evidente para os voluntários na atividade do *Parassensoramento do Campus OIC* em 2023, em que surgiu a certeza da necessidade de reflorestamento, com o objetivo de multiplicar a energia fitoec-toplásica, intensificando as possibilidades de ampliação e manutenção do holopensene paraterapêutico na promoção do equilíbrio e da homeostase holossomática, beneficiando as futuras gerações.

“O aconchego botânico é o ato ou efeito de a consciência lúcida aconchegar-se voluntária e conscientemente à Natureza, à Botânica, à flora e ao verde na vivência intrafísica”  
(Vieira, 2018, p. 273).

## Referências Bibliográficas:

**Almeida**, Marco; **Haymann**, Maximiliano; & **Remedios**, Juliana; Orgs.; **Dicionário de Consciencioterapiologia com Termos Multilíngues Equivalentes**; revisores Equipe de Revisores da OIC; neologistas multilíngues Equipe de Idiomas da OIC; 1.412 p.; glos. 400 termos (verbetes); 400 termos em alemão; 400 termos em espanhol; 400 termos em francês; 400 termos em inglês; 4 apênds. (1 apênd.: BEE da Consciencioterapiologia: 575 refs.); 845 enus.; 50 especialidades; 54 microbiografias; 3 quadros sinóticos; 1 tab.; 45 verbetógrafos; 161 filmes; 111 webgrafias; 1.100 refs.; alf.; 28 x 21 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; & *Organização Internacional de Consciencioterapia* (OIC); Foz do Iguaçu, PR; 2022; página 223.

**Vieira**, Waldo; **Aconchego Botânico**; verbete; In: **Vieira**, Waldo; Org.; **Enciclopédia da Conscienciologia**; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 2; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9<sup>a</sup> Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional de Encyclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 273 a 276.

**Vieira**, Waldo; **Léxico de Ortopensatas**; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; CEAEC & EDITARES; 3 Vols.; 2.084 p.; Vols. I, II e III; 1 blog; 652 conceitos análogicos; 22 E-mails; 19 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 17 fotos; glos. 7.518 termos; 1.811 megapenseses trivocabulares; 1 microbiografia; 25.183 ortopensatas; 2 tabs.; 120 técnicas lexicográficas; 19 websites; 28,5 x 22 x 13 cm; enc.; 2<sup>a</sup> Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2019; páginas 373, 1.173 e 1.341.



**Ermania Ribeiro** (1967–) é psicóloga e farmacêutica-bioquímica, pós-graduada em Psicologia Positiva e formação em Biossíntese. Brasileira, natural de Irecê, BA. Voluntária da Conscienciologia desde 2011, professora de Conscienciologia desde 2011, tenepessista desde 2012 e pesquisadora residente no Campus da Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC) desde 2020. Verbetógrafa da Encyclopediologia da Conscienciologia e autora de artigos conscienciológicos. Autora do livro *Diário de Experiências Cognopolitanas* (2020). Consciencioterapeuta desde 2015.



**Gelson Oliveira** (1959–) é psicólogo e administrador. Brasileiro, natural de Porto Alegre, RS. Voluntário da Conscienciologia desde 2013, professor de Conscienciologia desde 2018, tenepessista desde 2013 e pesquisador residente no Campus da Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC) desde 2020. Verbetógrafo da Encyclopediologia da Conscienciologia.



## TRINTÊNIO CONSCIENCIOTERÁPICO

*Guilherme Ribeiro & Gláucia Menezes*

Francisco Carvalho<sup>18</sup> é o *decano da Consciencioterapia*, o mais antigo consciencioterapeuta em atividade.

Embora a OIC esteja completando 20 anos, há mais de 3 décadas Francisco já faz parte da especialidade *Consciencioterapeuticologia*, tendo se envolvido desde as primeiras iniciativas práticas, antes mesmo das instituições especializadas.

Ele continua atuante no *Evolutiarium*, sendo também epicon da *Dinâmica Parapsíquica da Intercompreensão: Teática Consciencioterápica*, que ocorre semanalmente no *Campus OIC*.

Realizamos essa entrevista, na residência do amigo veterano, para conhecer mais sobre sua bagagem vivencial.

<sup>18</sup> Francisco Carvalho (1954-) é médico gastroenterologista. Brasileiro, natural de Itaúna, MG. Voluntário da Conscienciologia desde 1992, professor de Conscienciologia desde 2001, tenepesista desde 1998. Autor de artigos conscienciológicos. Membro do conselho de epicons desde 2017. Consciencioterapeuta desde 1995.



Entrevistado:  
**FRANCISCO CARVALHO.**

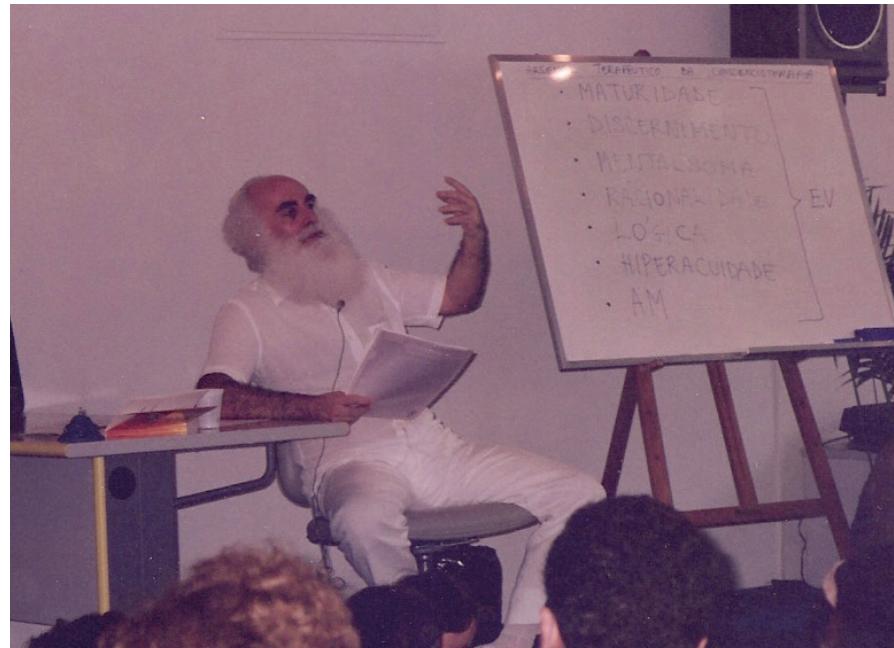
Entrevistadores:  
**GLÁUCIA MENEZES &**  
**GUILHERME RIBEIRO.**

Data: 25 de junho de 2023.  
Hora: 16h às 18h.  
Local: Laboratório de Consciencioterapeuticografologia, situado no *Campus OIC*.

## 1. Como foi o início da Consciencioterapia?

Para falar da Consciencioterapia, fica difícil separá-la de onde eu estava, o que eu estava fazendo e por onde fui. Cheguei à Consciencioterapia em 1992, só com aquilo que o professor Waldo Vieira tinha mencionado e falado em palestra, dando uma pincelada no assunto. Não existiam referências. Nesse período é que surgiu a ideia de pesquisarmos, diante do aparecimento de pessoas interessadas, profissionais de diversas áreas, como Medicina, Psicologia, Nutrição, Fisioterapia, Odontologia, e então surgiram os GPCs<sup>19</sup>.

19 GPCs eram os Grupos de Pesquisa da Consciência, atualmente denominados por Grupos de Pesquisa Conscienciológica.



## 2. Então você conheceu a Conscienciologia em 1992, junto com a Consciencioterapia?

Sim, através de uma amiga de Belo Horizonte, a Danniela Miari, por quem tenho uma gratidão enorme. Um dia conversávamos e ela falou sobre projeção consciente. Eu mostrei interesse, e ela me explicou rapidamente, e falou da Conscienciologia. Fui logo no próximo evento na cidade, uma palestra da professora Sonia Cerato, num anfiteatro bem grande em Belo Horizonte, lotado, mais ou menos 400 pessoas, talvez. Achei as ideias geniais e fantásticas, e quando ela falou de Consciencioterapia, eu tive a ideia “*isso aí é mais importante que a Medicina*”, e identifiquei na hora que era a minha especialidade, o que eu tinha vindo fazer nesta vida. Ao final da palestra foi feito um trabalho com energias, e aí aconteceu de tudo. Tive um monte de experiências, vi a dimensão, senti as energias do campo e o EV. Aí quando acabou, levantei, e eu não era de falar absolutamente nada em público, e falei tudo que tinha experimentado, porque foi realmente agradável. Um detalhe absoluto, que acho inquestionável em termos de amparo: *eu entrei na palestra tabagista e saí sem nunca mais pensar*

*em cigarro.* Nunca mais tive nenhuma vontade de fumar, um processo cirúrgico realmente, absolutamente. Após isso, eu me inscrevi em todos os cursos de Projeciologia que tive oportunidade na época, e lembro dos professores que iam lá, a Marina Thomaz, Antonio Pitaguarí, Málu Balona, entre outros, e nós íamos aumentando o contato com eles.

### 3. E como surgiram as atividades da Consciencioterapia?

Algumas pessoas que se mostravam interessadas no assunto se juntaram e iniciaram os GPCs de Consciencioterapia<sup>20</sup>, como Carlos, Rodolfo Guerra, Nazaré Almeida, e no Rio de Janeiro, Mário Oliveira, Neide Lazzaro, Zenaide, Zuleika, entre outros. Esses grupos se reuniam para discutir assuntos da Consciencioterapia. Até que em 1994 surgiu o 700 Experimentos da Conscienciologia<sup>21</sup>. Eu fui ao Rio de Janeiro no lançamento, dormi na sede do IIPC<sup>22</sup> e ajudei inclusive a montar as capas dos tratados. Comprei o meu, e obviamente li tudo que tinha sobre Consciencioterapia, e fui gradativamente me voltando mais para as atividades do GPC, mostrando o meu interesse, e começaram a me chamar para as atividades, incluindo o grupo da consciencioterapia no ECP2<sup>23</sup>.

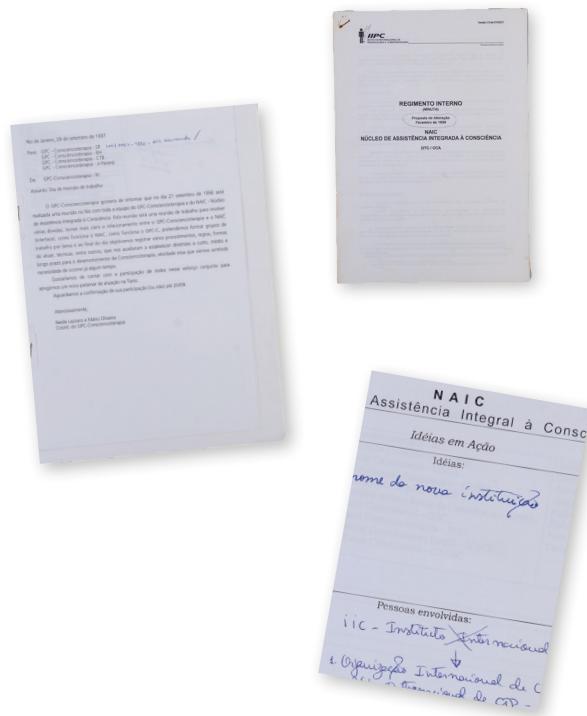
20 Em outubro de 1992 foi fundado o 1º Grupo de Pesquisa da Consciência (GPC) Consciencioterapia, no Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC), Rio de Janeiro, RJ, Brasil.

21 Tratado publicado pelo Prof. Waldo Vieira.

22 Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia.

23 ECP2 é o Curso de Extensão em Conscienciologia e Projeciologia 2.





#### **4. Como era a Consciencioterapia no ECP2? O que esse grupo fazia?**

Havia um grupo, do qual chamavam da *turma de consciencioterapia*, que participava no campo com trabalhos de energia, mas não havia atendimentos. Aos poucos, fui tendo mais envolvimento junto a esse grupo, pois o professor Waldo também indicou a minha participação. Então fui chamado para o ECP2 do Rio de Janeiro, e por um engano, não tinha lugar para mim junto ao transporte do grupo. O professor Waldo então me chamou, e perguntou “você poderia ir de ônibus de carreira?”, e respondi que iria até mesmo a pé, tamanho o interesse. Nesse ECP2, foi a primeira vez que o grupo de consciencioterapeutas participou de modo mais ativo nas energizações. No primeiro dia do curso, passei muito mal, com vômitos, e o professor Waldo informou que os amparadores estavam trabalhando em mim.

**5. O professor Waldo funcionava, na sua prática assistencial, como um consciencioterapeuta? Dá para dizer, por hipótese, que ele foi o primeiro consciencioterapeuta?**

A meu ver, sim. Ele sempre atendeu com viés consciencioterápico quando recebia as pessoas na sede do instituto<sup>24</sup>. As pessoas levavam os problemas para ele, e ali eram trabalhadas as questões, com ações pontuais, mais diretas de desassédio. Muita coisa que foi surgindo, depois ele foi colocando, mas ele já sabia e fazia anteriormente, só que não tinha espaço e massa pensante para falar sobre. O que caracteriza a Consciencioterapia é principalmente o desassédio. A palestra que eu citei<sup>25</sup>, por exemplo, foi consciencioterápica para mim. Mas existe a Consciencioterapia Clínica enquanto modalidade de atendimento, que só foi surgindo depois.

**6. E quando iniciaram os atendimentos consciencioterápicos propriamente ditos? E quem foram os próximos consciencioterapeutas?**

Começou-se com a *Clínica Experimental*<sup>26</sup> em São José dos Campos, com Zenaide e Zuleika, que eram psicólogas que vieram do Espiritismo, mas atendiam com o processo energético, e tiveram apoio do professor Waldo. Elas me convidaram para acompanhar os atendimentos, para participar como energizador. Nesse período, no Rio de Janeiro, a Silvia iniciou atendimentos também com o aval do professor Waldo, inclusive na sala dele, e as pessoas da Conscienciologia começaram a procurá-la para atendimentos.

24 IIPC – Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia.

25 Refere-se à palestra mencionada na pergunta 2.

26 No ano de 1993 foi fundada a 1ª Clínica Experimental de Consciencioterapia na cidade de São Bernardo do Campo / SP.



## **7. Os atendimentos ocorriam somente no Rio de Janeiro? Com que frequência e duração?**

Sim, no Rio de Janeiro. Ocorriam quinzenalmente. Os atendimentos sempre duraram em torno de uma hora, desde o início.

## **8. Como eram as orientações do professor Waldo? Havia instruções ou técnicas?**

Após um tempo, havia discussão de alguns casos. Tivemos a orientação de não haver remuneração, que teria que ser voluntariado, e isso depois passou a ser uma determinação. Em 1995, essa ideia já estava estruturada e definida, e funcionou como triagem de pessoas que permaneceram. Evitava-se mistura com processos místicos. Inclusive, fazia-se os trabalhos de energia de modo estático, com o consciencioterapeuta parado, com acoplamento e clarividência. Eu sentia a necessidade de me movimentar, e um belo dia comentei isso com o professor Waldo, que me indicou que nós poderíamos sim nos levantarmos e nos movimentarmos nos trabalhos de energia, e foi aí que surgiu a *técnica da elongação do campo*.

## **9. Quando surgiu a definição do pré-requisito de serem médicos ou psicólogos?**

As outras especialidades inicialmente participavam das atividades, e quando iniciaram a participação em atendimentos, começaram a surgir problemas. O Luiz César foi convidado a ser coordenador, e seguindo a orientação do professor Waldo, definiu-se por manter os atendimentos entre médicos e psicólogos, por volta de 1997 ou 1998. Após um tempo, foi feita uma estruturação dentro do IIPC, e intensificaram-se os debates, o volume de atendimentos, e surgiu a ideia do NAIC<sup>27</sup>. Após um tempo, o professor Waldo indicou que a pessoa que atendesse Consciencioterapia não deveria atender como psicólogo clínico ou psicoterapeuta.

---

<sup>27</sup> O Núcleo de Assistência Integral à Consciência (NAIC) era um departamento do IIPC, criado em dezembro de 1996, inicialmente no Rio de Janeiro / RJ, após terem sido fechadas as Clínicas Experimentais de Consciencioterapia.

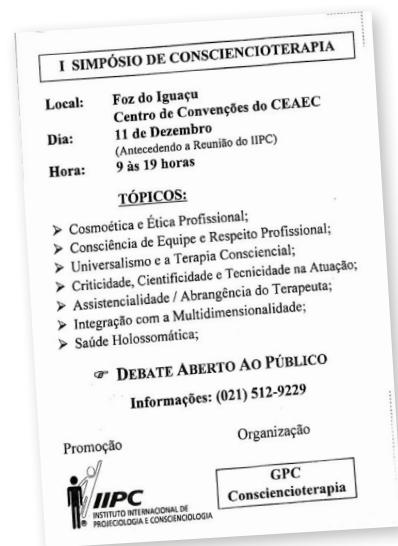


#### **10. Pode falar exemplos ou técnicas que você aprendeu vendo os atendimentos do professor Waldo?**

Eu sempre observava detalhadamente os trabalhos dele, quando podia. Chamava-me a atenção a imensa coerência em tudo o que ele dizia, fazia e escrevia, em tudo. Todos os casos que ele contava eram estruturados nas vivências, com assertividade. A Consciencioterapia depende diretamente da maturidade parapsíquica, e vai ser sempre mais efetiva e eficaz quanto mais avançado o terapeuta for parapsíquicamente, e nisso o professor Waldo era um grande consciencioterapeuta.

#### **11. Você percebe a Consciencioterapia evoluir hoje, em relação ao que era antes?**

Eu acho que a Consciencioterapia é sempre um arremedo do que é na extrafisicalidade, mas hoje é mais avançada do que era há uma e duas décadas. Vejo que há uma maior materialização do que nós trabalhamos nos cursos intermissionais. Eu penso que a materialização mais efetiva está ocorrendo neste momento, com a ampliação do registro das verpons nas gescons. O diferencial das verpons da Consciencioterapia é que são estruturadas e construídas pela experiência e pela vivência.



## 12. Como evoluiu a questão dos registros escritos?

Durante duas, três décadas houve muita vivência e experiência, mas pouco se escrevia e se registrava. Gastou-se um tempo grande para poder se estabelecer a rotina na qual a gente trabalha hoje. Sobre gescons, durante esses anos a gente foi construindo artigos, livros individuais e relatos com as experiências autoconsciencioterápicas, mas ainda era pobre, e acho que agora é que esse grupo está conseguindo dar uma estrutura teórica e prática maior aos registros. E isso é fundamental, pois é o legado que irá ficar grafado. O meu relato, por exemplo, tem grande importância para mim, e teve relevância a troca de interassistência com os parceiros evolutivos, mas a escrita e esta condição mais favorável às verpons está se tornando mais consistente agora.

## 13. Quais você acha que são os próximos passos, tratando-se dos atendimentos?

A minha fala é mais um alerta do cuidado de, com entusiasmo na produção de verpons, não se banalizar os atendimentos, seja individual, de casal, de família ou institucional. Talvez possa não ser claro para quem teve pouca vivência de atendimento mais intensa, mas os atendimentos



são a parte mais essencial da Consciencioterapia. O atendimento individual parece pequeno, pois é uma consciência, mas o efeito nunca é somente em uma consciência. Quando a coisa começa a ficar muito grande, pode-se esquecer daquilo que é o pilar.

#### **14. Você, sendo parte da OIC, com seus aportes e vivências, como avalia a sua participação na construção da especialidade?**

Eu me vejo como parte da Consciencioterapia, parte do NAIC, parte da OIC, parte do *Campus*, e entendo que contribuí para a construção das verpons com as experiências. Apesar de não ter sido epicentro deles de modo mais contundente, eu contribuí com todos, e todos contribuíram com a minha formação, sendo parte de uma linha contínua.

#### **15. E qual é o seu próximo passo?**

Registrar mais. Mas aí já é um processo mais autoconsciencioterápico meu (*risos*).



**16. Como foi a sua assunção paradigmática? Poderia falar da sua relação com a *síndrome do conflito de paradigmas*, a qual você estuda?**

Eu tive sorte, pois identifiquei de imediato o foco proexológico, a minha especialidade, e nunca tive dúvida, isso foi muito bom para mim. Vi muitas pessoas com dificuldade em se posicionar em termos proexológicos, e talvez por isso pude identificar há muito tempo a *síndrome do conflito de paradigmas*, que é quando a pessoa quer encaixar outra ciência dentro do paradigma consciencial. Querer encaixar algum outro paradigma no paradigma consciencial gera conflito. Esse conflito, a meu ver, enfraquece o amparo, porque o amparo da Conscienciologia não vai intervir para convencer o indivíduo. Ele vai dar liberdade. Se a pessoa está misturando os paradigmas, as verdades ou os modelos, os processos de desassédio nas atividades interassistenciais, dificulta. É melhor substituir por completo os paradigmas anteriores. Eu vejo que o que pode mais ajudar é a pessoa ter a vivência do paradigma consciencial em todos os seus pilares, para que ela não tenha dúvida e não queira misturar uma coisa com a outra. Eu vi muitas pessoas com potencial enorme, mas por caprichos ou dificuldade em *abrir mão* de alguma ideia ou modelo pessoal, perderam oportunidades evolutivas. Mas também vi pessoas sem potencial evidente, mas fazendo reciclagens e aproveitando o amparo, indo em frente. Estão persistindo. Eu, por exemplo (*risos*).

**17. Qual orientação você daria como vacina para o conflito de paradigmas na Conscienciologia?**

Ter atenção aos enredamentos que as pessoas fazem com distorção paradigmática, nos autassédios. Quando nós esquecemos a nossa natureza consciencial, bioenergética, multidimensional, multiexistencial, interassistencial e proexológica, e começamos a misturar e dar valores outros para outras referências fora desse uni-

verso e sair disso, já é autassédio. Nós temos que estar com o autodiscernimento ligado o tempo todo, para nos mantermos no universo paradigmático. Pode pegar cada um dos dissidentes, ou que estão no caminho da dissidência, vamos ver que houve alguma fissura nesse sentido. Tanto é que temos uma técnica chamada de *técnica da evocação do paradigma consciencial*, que pode funcionar nesses casos, mas em campo consciencioterápico. Essa é a maior via de autassédio, quando a pessoa transita do paradigma consciencial para o paradigma pessoal. O indivíduo resolve defender qualquer viés, alguma coisa que ele está dando mais valor, se apega, e não abre mão. Na *síndrome do conflito de paradigmas* a pessoa não abre mão, desde o início. No entanto, existe também, a contaminação paradigmática, quando a pessoa já esteve em um momento brilhante na Conscienciologia, vivenciando plenamente, mas não fez algumas recins e mantém um nível de interesse ou valor pessoal deslocado, e começa a contaminação, e a pessoa *debanda* para a dissidência.

#### **18. Poderia deixar uma mensagem final para as novas gerações de consciencioterapeutas, inclusive os que irão chegar?**

É importante a valorização dos atendimentos, ter firmeza de propósito, se posicionar no sentido do propósito da proéxis, e evitar a contaminação do paradigma consciencial.

#### **19. Você vai atender por mais quanto tempo (*risos*)?**

Enquanto eu tiver saúde física, energética e intelectual relativas, e logicamente amparo, eu vou atendendo (*risos*).



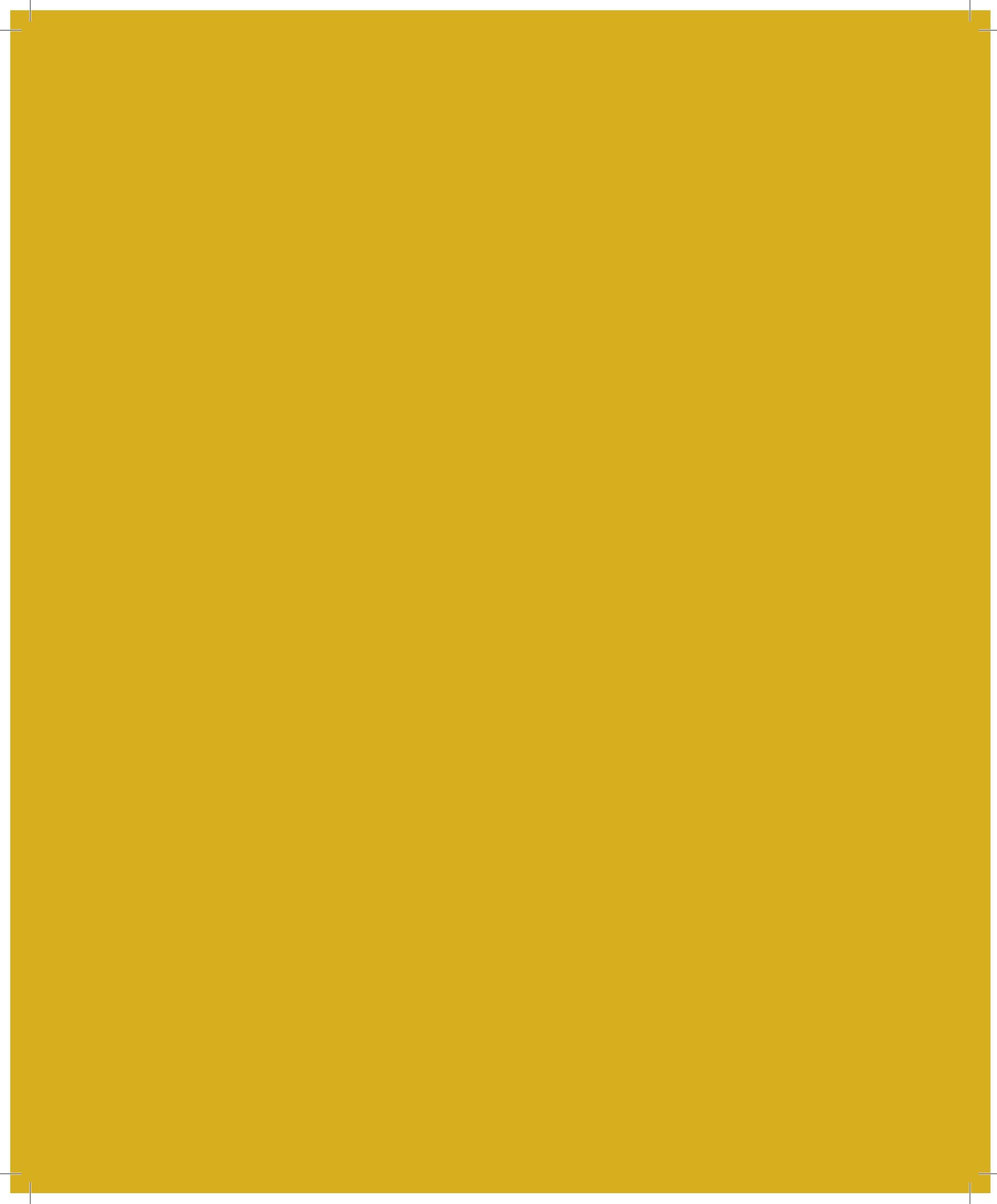
---

**Guilherme Ribeiro (1992–)** é médico especialista em Clínica Médica, pós-graduado em Nutrição Enteral e Parenteral. Brasileiro, natural de Salvador, BA. Voluntário da Conscienciologia desde 2013, professor de Conscienciologia desde 2013 e tenepessista desde 2018. Verbetógrafo da Enciclopédia da Conscienciologia e autor de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2021.



---

**Gláucia Menezes (1970–)** é médica especialista em Ginecologia, Obstetrícia, Ultrassonografia e Medicina Fetal, mestre e doutora em Obstetrícia e Saúde da Mulher. Brasileira, natural de Belo Horizonte, MG. Voluntária da Conscienciologia desde 2002, professora de Conscienciologia desde 2005 e tenepessista desde 2009. Verbetógrafo da Enciclopédia da Conscienciologia e autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2004.



# MINIARTIGOS CONSCIENCIOTERÁPICOS

- 01. AUTOCONSCIENCIOTERAPIA: INDICAÇÕES E BENEFÍCIOS**  
*Tatiana Consciência*
- 02. VOCÊ CONHECE O CICLO AUTOCONSCIENCIOTERÁPICO?**  
*Regina Estermann*
- 03. COMO CALIBRAR A BÚSSOLA COSMOÉTICA PESSOAL?**  
*Maximiliano Haymann*
- 04. O QUE É O MITO DA RECICLAGEM DOLOROSA?**  
*Marco Almeida*
- 05. COMO A CONSCIENCIOTERAPIA PODE AJUDAR A SUPERAR A ROBÉXIS?**  
*Luísa Consciência*
- 06. QUAL É A SUA META EXISTENCIAL?**  
*Flávia Aouar*
- 07. PROEXOTERAPIA NO REALINHAMENTO DE PROÉXIS**  
*Ermania Ribeiro*
- 08. VOCÊ SOFRE DIANTE DAS PERDAS?**  
*Regina Estermann*
- 09. COMO É A SUA EXPRESSÃO CORPORAL, FACIAL E VOCAL?**  
*Flávia Aouar*
- 10. VOCÊ IDENTIFICA APRIORISMOS NA MANIFESTAÇÃO PESSOAL?**  
*Luísa Consciência*
- 11. COMO ENFRENTAR A PUSILANIMIDADE?**  
*Lourdes Viana*
- 12. VOCÊ TEM O HÁBITO DA AUTORREFLEXÃO SADIA?**  
*Flávia Aouar*
- 13. COMO MANTER O HOOPENSENE SALUTAR?**  
*Meire Vieira*
- 14. COMO APLICAR A TÉCNICA DA ROTINA ÚTIL?**  
*Ermania Ribeiro*
- 15. ESTA AÇÃO FOI ASSERTIVA OU ACERTADA?**  
*Flávia Aouar*
- 15. QUAIS AS CAUSAS DA SUA DISPERSIVIDADE?**  
*Giuliano Derrossi*
- 17. COMO USAR A LOGICIDADE AUTOPRESCRITIVA?**  
*Flávia Aouar*
- 18. VOLICOLINA: O COMBUSTÍVEL DA VONTADE**  
*Christovão Peres*



## AUTOCONSCIENCIOTERAPIA: INDICAÇÕES E BENEFÍCIOS

Tatiana Consciência

### Quais as indicações à autoconsciencioterapia?

A prática da autoconsciencioterapia visa auxiliar a consciência a assumir papel ativo na própria saúde e evolução, pela priorização da autopesquisa e empreendimento de esforços para melhorar-se continuamente. De seguida, enumeram-se 7 demandas que podem ser abordadas pela autoconsciencioterapia:

- 1. Redução do autodiscernimento.** A consciencioterapia dispõe de várias técnicas que apoiam a consciência na autossuperação de fatores redutores do autodiscernimento, como autodesorganização, acídia, maus hábitos e adicções<sup>1</sup>.
- 2. Crises existenciais.** São inerentes à vida humana, eventos que criam tensão ou conflito íntimo, a exemplo de situações de doença, início ou desfecho de relacionamento afetivo-sexual, dessoma de pessoa próxima, gestação, filho saindo de casa, apsentadoria. O intermissivista pode também sentir-se em crise, em situação de desvio da proéxis ou de falta de teática. A consciência, praticante da autoconsciencioterapia, encara as crises existenciais como oportunidades evolutivas, propícias à reciclagem existencial<sup>2,3</sup>.
- 3. Problemas energossomáticos.** Por meio das técnicas autoconsciencioterápicas bioenergéticas, a consciência pode obter a remissão pessoal de parapatologias, como bloqueios e desequilíbrios energéticos, déficit de higiene consciencial e de desassimilações energéticas.
- 4. Problemas psicossomáticos.** A autoconsciencioterapia aplicada a feridas emocionais ou traumas do psicossoma e imaturidades afetivas auxilia na ultrapassagem de mágoas, ressentimentos, apegos patológicos, medos, ansiedade, irritabilidade, carência afetiva e labilidade parapsíquica<sup>4</sup>.

**5. Problemas mentais somáticos.** Abordagem paraterapêutica a apriorismos patológicos e distorções cognitivas, mediante a aplicação de técnicas com vista à reciclagem das patologias da consciência como acriticismo, apriorismose, neofobia e dispersão consciencial<sup>1</sup>.

**6. Conflitos intraconscienciais.** A autosuperação de autassédios, autocorrupção, murismo, pusilanimidade, insegurança. O desenvolvimento da imunidade consciencial e qualificação do autovalor<sup>1</sup>.

**7. Conflitos interconscienciais.** A identificação e empreendimento de ações para a dissolução de assédios interconscienciais e interprisões grupocármicas, objetivando maior liberdade consciencial e interassistência cosmoética.

### Quais benefícios a autoconsciencioterapia pode trazer ao evoluinte?

Em seguida, enumeram-se 10 benefícios que podem ser obtidos pela vontade e ação do evoluinte no seu processo autoconsciencioterápico<sup>5</sup>:

- 1. Autocognição holossomática.** Autonhecimento e percepção lúcida dos veículos de manifestação da consciência (soma, energossoma, psicossoma e mentalsoma), levando em consideração a multiexistencialidade e a multidimensionalidade<sup>6</sup>.
- 2. Valores evolutivos.** Identificação dos valores existenciais pessoais e realinhamento para valores evolutivos.
- 3. Reciclagens existenciais (recéxis).** Renovação de aspectos da própria existência atual objetivando sair do marasmo existencial e catalisar o autodesempenho proexológico, com vista ao compléxis<sup>7</sup>.
- 4. Reciclagens intraconscienciais (re-cins).** Renovação de traços imaturos da

intraconsciencialidade, redutores do auto-discriminamento, mediante a criação de neos-sinapses, aquisição de neoideias, neopen-senes, a caminho da Holomaturolologia<sup>8</sup>.

5. **Desenvolvimento da interassistencialidade cosmoética.** Processo gradativo de a consciência lúcida, por meio da vontade, identificar, tratar e superar as patologias e parapatologias relacionadas ao ego, reedu-cando-se e gerando autorrecins capazes de potencializar a própria disponibilidade inte-rassistencial<sup>9</sup>.
6. **Desenvolvimento do parapsiquismo.** Desbloqueio dos chacras, expansão das parapercepções e comunicação interdi-mensional, desenvolvimento da sinalética parapsíquica pessoal.
7. **Autodesassédio.** Reeducação pensônica, aumento da autocriticidade cosmoética e da ortopensenidade com propósito de alcançar a desperticidade.
8. **Força presencial, autenticidade e au-toconfiança consciencial.** Manifestação holossomática da consciência, autêntica, revelando para os outros e para si a sua real-i-dade consciencial, com autossegurança emocional, intelectual, cosmoética, parapsí-quica e evolutiva.
9. **Saúde holossomática.** Equilíbrio e coe-rência entre os veículos de manifestação da consciência<sup>5</sup> e relação harmônica com os holopensenes, constituindo recurso para a autevolução<sup>10</sup>.
10. **Gratidão.** Sentimento de gratidão e reconhecimento para com os benfeiteiros, indis-pensável ao desenvolvimento do autoparapsiquismo e da interassistencialidade teática da consciência lúcida<sup>11</sup>.

### **Autoconsciencioterapia: ferramenta evo-lutiva**

Mediante o aumento da autocognição, a con-sciência melhora a capacidade de autoinvesti-gação e autodiagnóstico e reinicia novos ciclos autoconsciencioterápicos, empreendendo novos autenfrentamentos e autossuperações. A auto-consciencioterapia passa a ser rotina evolutiva<sup>12</sup>.

A autoconsciencioterapia não exclui momentos em que o evoluciente precise de heteroconsciencioterapia, ou seja, este continua a fazer a sua autoconsciencioterapia, acrescida de hetero-ajuda de consciencioterapeutas treinados<sup>5</sup>.

A manutenção das conquistas se mostra nec-es-sária na forma de ato contínuo, com autovigi-lância constante e emprego de técnicas espe-cializadas, a fim de evitar recaídas e adquirir sustentabilidade na nova automanifestação<sup>13</sup>. A autovigilância não significa ansiosismo ou preocupação excessiva, e sim a criação de bons hábitos dentro das rotinas úteis da vida diu-turna, priorizando a evolução<sup>14</sup>.

O evoluciente ciente e lúcido das suas possi-bilidades evolutivas, conectado ao amparo, à procedência extrafísica e ao evoluciólogo, por intermédio dos movimentos autoconsciencioterápicos contínuos, caminha em direção à autocura relativa<sup>13</sup>.

Você, leitor ou leitora, já experimentou a auto-consciencioterapia? Qual a demanda tratada e quais os resultados identificados?

## Referências Bibliográficas:

- <sup>1</sup> Vieira, Waldo; **Homo sapiens pacificus**; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.584 p.; 24 seções; 413 caps.; 403 abrevs.; 38 E-mails; 434 enus.; 484 estrangeirismos; 1 foto; 37 ilus.; 168 megapenseses trivocabulares; 1 microbiografia; 36 tabs.; 15 websites; glos. 241 termos; 25 pinacografias; 103 musicografias; 24 discografias; 20 cenografias; 240 filmes; 9.625 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21,5 x 7 cm; enc.; 3<sup>a</sup> Ed. Gratuita; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAAC); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2007; páginas 35 a 120 e 571 a 676.
- <sup>2</sup> Vieira, Waldo; **Crise Pessoal**; verbete; In: Vieira, Waldo; Org.; **Encyclopédia da Conscienciologia**; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 10; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9<sup>a</sup> Ed. rev. e aum.; Associação Internacional de Encyclopédia Conscienciológica (ENCYCLOSSAPIENS); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 7.804 a 7.806.
- <sup>3</sup> Cardozo, Neida; **Crise de Crescimento**; verbete; In: Vieira, Waldo; Org.; **Encyclopédia da Conscienciologia**; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 10; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9<sup>a</sup> Ed. rev. e aum.; Associação Internacional de Encyclopédia Conscienciológica (ENCYCLOSSAPIENS); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 7.799 a 7.803.
- <sup>6</sup> Almeida, Marco; Haymann, Maximiliano; & Remedios, Juliana; Orgs.; **Dicionário de Consciencioterapiologia com Termos Multilingues Equivalentes**; revisores Equipe de Revisores da OIC; neologistas multilíngues Equipe de Idiomas da OIC; 1.412 p.; glos. 400 termos (verbetes); 400 termos em alemão; 400 termos em espanhol; 400 termos em francês; 400 termos em inglês; 4 apênd. (1 apênd.: BEE da Consciencioterapiologia: 575 refs.); 845 enus.; 50 especialidades; 54 microbiografias; 3 quadros sinópticos; 1 tab.; 45 verbetógrafos; 161 filmes; 111 webgrafias; 1.100 refs.; alf.; 28 x 21 cm; enc.; Associação Internacional Editares; & Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC); Foz do Iguaçu, PR; 2022; páginas 130, 136, 252 e 281.
- <sup>7</sup> Ramiro, Marta; **Técnica da Recéxis**; verbete; In: Vieira, Waldo; Org.; **Encyclopédia da Conscienciologia**; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 26; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9<sup>a</sup> Ed. rev. e aum.; Associação Internacional de Encyclopédia Conscienciológica (ENCYCLOSSAPIENS); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 21.582 a 21.590.
- <sup>8</sup> Vieira, Waldo; **Recin**; verbete; In: Vieira, Waldo; Org.; **Encyclopédia da Conscienciologia**; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 23; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9<sup>a</sup> Ed. rev. e aum.; Associação Internacional de Encyclopédia Conscienciológica (ENCYCLOSSAPIENS); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 19.087 a 19.090.
- <sup>9</sup> Zanardini, Marco; **Crescendo Egocentrismo-Interassistencialidade**; verbete; In: Vieira, Waldo; Org.; **Encyclopédia da Conscienciologia**; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 10; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270

tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 7.610 a 7.615.

<sup>10</sup> **Schweitzer**, Fernanda; *Saúde Consciencial*; verbete; In: **Vieira**, Waldo; Org.; *Encyclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 24; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 19.999 a 20.004.

<sup>11</sup> **Vieira**, Waldo; *Gratidão*; verbete; In: **Vieira**, Waldo; Org.; *Encyclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 15; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 11.627 a 11.631.

<sup>12</sup> **Takimoto**, Nario; *Princípios Teáticos da Consciencioterapia*; Artigo; *Proceedings of the 4th Consciential Health Meeting (Anais da IV Jornada de Saúde da Consciência)*; Foz do Iguaçu, PR; 07-10.09.06; *Journal of Conscientiology*; Revista; Trimestral; Vol. 9; N. 33-S; 20 enus.; 1 microbiografia; 12 técnicas; 3 tabs.; 29 refs.; *International Academy of Consciousness* (IAC); London; September, 2006; páginas 11 a 28.

<sup>13</sup> **Carvalho**, Francisco; *Paradoxos na Assistencialidade: O Assistente-Assistido*; Artigo; *Proceedings of the 4th Consciential Health Meeting (Anais da IV Jornada de Saúde da Consciência)*; Foz do Iguaçu, PR; 07-10.09.06; *Journal of Conscientiology*; Revista; Trimestral; Vol. 9; N. 33-S; 14 enus.; 1 microbiografia; 11 refs.; *International Academy of Consciousness* (IAC); London; September, 2006; páginas 29 a 40.

<sup>14</sup> **Vieira**, Waldo; *Dicionário de Argumentos da Conscienciologia*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.572 p.; 1 blog; 21 E-mails; 551 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 18 fotos; glos. 650 termos; 19 websites; alf.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2014; página 1.451.

## Referências Webgráficas:

<sup>4</sup> **Almeida**, Marco Antônio; *Ferida Emocional*; verbete; In: **Vieira**, Waldo; Org.; *Encyclopédia da Conscienciologia*; verbete N. 4.962, apresentado no *Tertuliarium / CEAEC*; Foz do Iguaçu, PR; 05.09.19; disponível em: <<http://encyclossapiens.space/buscaverbete>>; acesso em: 01.06.20; 11h20.

<sup>5</sup> **Estermann**, Regina; *Ciclo Autoconsciencioterápico*; verbete; In: **Vieira**, Waldo; Org.; *Encyclopédia da Conscienciologia*; verbete N. 4.959, apresentado no *Tertuliarium / CEAEC*; Foz do Iguaçu, PR; 02.09.19; disponível em: <<http://encyclossapiens.space/buscaverbete>>; acesso em: 01.06.20; 11h30.



**Tatiana Consciência** (1984-) é médica especialista em Medicina Geral e Familiar. Portuguesa, natural de Lisboa. Voluntária da Conscienciologia desde 2019, professora de Conscienciologia desde 2021 e tenepesta desde 2020. Verbetógrafa da Encyclopédia da Conscienciologia e autora de artigos conscienciológicos.



## VOCÊ CONHECE O CICLO AUTOCONSCIENCIOTERÁPICO?

*Regina Estermann*

A consciência busca, ao ressomar, a realização pessoal e a conquista de bem-estar íntimo. No entanto, quando o autoconhecimento é insuficiente, pode ignorar a forma de lidar ou gerir condições adversas, diferentes, inesperadas, desconhecendo os próprios recursos intraconscienciais.

Em algumas dessas situações, a tendência é eleger culpados externos pelos conflitos íntimos, expectativas não atendidas e consequentes frustrações e insatisfações. Entretanto, a qualidade e a manutenção do estado intraconsciente salutar é responsabilidade pessoal.

Características pessoais como temperamento, valores, apriorismos ou condicionamentos influenciam esse estado e, por esta razão, a lucidez para saber quem somos de fato, como nos manifestamos, quais mecanismos de funcionamento utilizamos e quais os traços-fardos (trafares) e traços-força (trafore) possuímos, é fundamental para o alcance da estabilidade e saúde holossomática.

A consciencioterapia, por meio da aplicação do ciclo autoconsciencioterápico, possibilita à consciência a identificação dos travões evolutivos, e fornece técnicas, recursos e instrumentos para o enfrentamento e superação dessas barreiras, em paralelo ao reconhecimento dos trafore, potencialidades e habilidades a serem utilizados neste processo.

### Como funciona esse ciclo?

O ciclo autoconsciencioterápico é o modelo de sequenciamento lógico e parafisiológico da autoconsciencioterapia, explicativo do processo de autocura, composto pelas etapas de autoinvestigação, autodiagnóstico, autenfrentamento e autossuperação<sup>1,2</sup>.

A autoconsciencioterapia pode ser considerada o fundamento terapêutico da Consciencioterapeuticologia, e considera, como princípio básico, ser o evolucionista o responsável pelo processo

de autocura das próprias patologias e parapatologias, por meio da vontade e ações pessoais, uma vez que a evolução consciencial é pessoal e intransferível.

A autocura é relativa e alcançada gradativamente, em sintonia com o nível de investimento e autenfrentamentos por parte do evolucionista. Exige constância e motivação para as reciclagens que conduzem a consciência a patamares mais saudáveis e ao desenvolvimento da autonomia consciencial.

No processo evolutivo, a ajuda externa pode ser necessária para se identificar e nomear diagnósticos e estabelecer técnicas e ações de autenfrentamento. Esta ajuda é denominada heteroconsciencioterapia, a qual conta com a atuação de consciencioterapeutas e paraconsciencioterapeutas técnicos na orientação e otimização da aplicação do ciclo autoconsciencioterápico.

### Quais são as etapas da autoconsciencioterapia?

A autoconsciencioterapia pode ser compreendida em 4 etapas, divididas didaticamente conforme a sequência abaixo:

- 1. Autoinvestigação.** Observação e investigação da autopensenidade, sintomas, parasintomas, manifestações intraconscienciais, ações e reações, traços e mecanismos de funcionamento fisiológicos e parafisiopatológicos, objetivando o autodiagnóstico.
- 2. Autodiagnóstico.** Sintetização das informações e dados provenientes da autoinvestigação, avaliação da natureza e causa do problema prioritário a ser trabalhado. Momento para nomear o autodiagnóstico e aferir o nível pessoal de saúde e doença consciencial.
- 3. Autenfrentamento.** Criação de planos de ação a serem colocados em prática prontamente, estabelecimento de prescrições

factíveis no dia a dia multidimensional pessoal para tratar a dificuldade, o traço, a patologia ou parapatologia diagnosticada, objetivando a autossuperação ou autocura. É importante, nesse momento, a utilização dos traidores, aportes e habilidades intraconscienciais, a exemplo da autorganização, para planejamento e aplicação das autoprescrições e técnicas consciencioterápicas, a fim de dar suporte ao processo de autenfrentamento.

- 4. Autossuperação.** Superação parcial ou total da dificuldade, após persistência nos autenfrentamentos diários, gerando satisfação íntima e motivação para manter o ciclo autoconsciencioterápico. Incremento e ampliação da autoconfiança e potencial energético.

A aplicação prática do ciclo autoconsciencioterápico, por meio da vontade e motivação do evoluciente, visa promover reciclagens intraconscienciais, autodesassédios e oportuniza ajustes proexológicos.

#### Referência Bibliográfica:

<sup>1</sup> Almeida, Marco; Haymann, Maximiliano; & Remedios, Juliana; Orgs.; **Dicionário de Consciencioterapeuticologia com Termos Multilíngues Equivalentes;** revisores Equipe de Revisores da OIC; neologistas multilíngues: Equipe de Idiomas da OIC; 1.412 p.; glos. 400 termos (verbetes); 400 termos em alemão; 400 termos em espanhol; 400 termos em francês; 400 termos em inglês; 4 apênd. (1 apênd.: BEE da Consciencioterapeuticologia: 575 refs.); 845 enus.; 50 especialidades; 54 microbiografias; 3 quadros sinópticos; 1 tab.; 45 verbetógrafos; 161 filmes; 111 webgrafias; 1.100 refs.; 9 índices; alf.; 28 x 21 cm; enc.; Associação Internacional Editares; & Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC); Foz do Iguaçu, PR; 2022; páginas 119, 157, 166, 189 e 252.

#### Referência Webgráfica:

<sup>2</sup> Estermann, Regina; **Ciclo Autoconsciencioterápico;** verbete; In: Vieira, Waldo; Org.; **Encyclopédia da Conscienciologia;** verbete N. 4.962, apresentado no Tertuliarium / CEAEC; Foz do Iguaçu, PR; 02.09.19; disponível em: <<http://encyclossapiens.space/buscaverbete>>; acesso em: 18.06.20; 15h05.



**Regina Estermann (1963–)** é psicóloga pós-graduada em Luto e Perda. Brasileira, natural de Lavras, MG. Voluntária da Conscienciologia desde 2001, professora de Conscienciologia desde 2006 e tenepesta desde 2002. Verbetógrafa da Encyclopédia da Conscienciologia e autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2015.



## COMO CALIBRAR A BÚSSOLA COSMOÉTICA PESSOAL?

Maximiliano Haymann

### Você já ouviu falar do conceito de bússola cosmoética?

Pelos estudos da Conscienciologia, entendemos que cada indivíduo possui um indicador, uma espécie de ponteiro interno que determina a qualidade das decisões e dos pensamentos (pensamentos + sentimentos + energias) pessoais.

Este ponteiro íntimo nos acompanha em qualquer dimensão existencial na qual nos manifestamos, seja na condição de conscin (consciência intrafísica), conscin projetada ou consciex (consciência extrafísica).

Quando o ponteiro da consciência está sadiamente funcional, fornece a orientação necessária para as manifestações pensênicas na direção da Cosmoética. Neste caso, pode-se dizer que a pessoa está com a Bússola Cosmoética calibrada.

### O valor da intenção cosmoética

Uma forma prática de avaliar se a direção ou a calibragem do ponteiro consciencial está apontado para o norte evolutivo é identificar a intencionalidade pessoal, pois como a intenção representa aquilo que se pretende fazer, o propósito ou o plano pessoal, ela é determinante para a qualidade, cosmoética ou não, dos atos e condutas pessoais.

### Patologias da intencionalidade: amoralidade e imoralidade

As patologias da intencionalidade que mantêm descalibrada a bússola interna da consciência se fundamentam em duas categorias de manifestações anticosmoéticas: a amoralidade e a imoralidade.

A conscin amoral é aquela que não possui o senso de moral, por isso não assenta as próprias ações e a autopenetração em quaisquer prin-

cípios morais ou mesmo noções de moralidade, em geral, fundamentando-se apenas no egoísmo, interesses momentâneos e necessidades pessoais, sem tecer maiores considerações dos impactos que isso possa ter sobre os outros.

Por não possuir princípios cosmoéticos próprios, não sente qualquer tipo de constrangimento, vergonha ou autoculpa advindos na avaliação dos próprios atos e atitudes anticosmoéticas e prejudiciais a terceiros.

Há aquela conscin amoral devido à ignorância quanto aos princípios morais, possuindo atenuante para sua condição de falta de cognição, entretanto, há também aquela outra conhecida de tal realidade, porém que simplesmente a desconsidera totalmente, como é o caso das personalidades psicopáticas. No primeiro caso, o ponteiro da bússola consciencial está descalibrado predominantemente pela falta de autocognição, já no segundo, pela intencionalidade conscientemente assediadora.

A patologia da imoralidade, por sua vez, é uma condição diferente da amoralidade, pois a conscin considerada imoral já possui algum senso de moralidade, e é justamente devido a esse discernimento moral esboçante que, por vezes, se constrange e se envergonha dos auto-comportamentos reconhecidos como antiéticos ou anticosmoéticos.

No caso da conscin imoral, a bússola consciencial está descalibrada em relação ao norte da cosmoética em função da persistente opção pela corrupção dos próprios valores e princípios morais.

### Quem desconhece o paradigma consciencial pode ser cosmoético?

A própria vivência da ética humana já exige da conscin interessada a autorreflexão sobre

a moral social para a qualificação das condutas pessoais. Seria possível vivenciar conscientemente e refletir sobre a Moral Cósmica sem a cognição dos fundamentos do Paradigma Consciencial?

Mesmo a consciência verdadeiramente bem-intencionada e assistencial, quando desconhecedora dos efeitos abrangentes da própria pensenidade sobre ambientes e consciências viventes nas múltiplas dimensões existenciais terá uma limitação da sua atuação cosmoética.

Mesmo sendo capaz de manter um padrão de manifestação mais homeostático devido à boa intenção, ainda faltará maior discernimento, por exemplo, para expandir lucidamente o nível de autocosmoética que já possui.

Entretanto, não se pode deixar de considerar o fato de existirem personalidades humanas de exceção, as quais mesmo sem o conhecimento formal do Paradigma Consciencial, parecem ter uma sabedoria cosmoética inata, explícita em suas atitudes e decisões, demonstrando na prática a bússola consciencial apontada para o norte evolutivo. Quem seriam tais consciências? Teriam adquirido tal discernimento cosmoético em vivências extrafísicas em comunexes evoluídas antes de ressorem?

### **Como avaliar a autointencionalidade para calibrar a bússola consciencial?**

A autoconscientização ou diagnóstico da qualidade da intenção pessoal é uma forma efetiva para se começar a calibrar a bússola consciencial. Para isso, pode-se aplicar a técnica checagem da autointencionalidade pelo triplo questionamento: Por quê? Para quê? Para quem?

Esta técnica deve ser aplicada aos pensamentos, ações e comportamentos cotidianos e irá revelar, a cada experimento, facetas do nível de corrupção ou cosmoética nas manifestações pessoais.

Em outras palavras, o autoquestionamento moral quanto a autointencionalidade implícito nestas três perguntas é uma forma eficiente de refletir sobre a própria cosmoética na prática. Ademais, além de fazer o autodiagnóstico da intenção, a técnica já coloca a consciência no autaffenamento da própria realidade evolutiva perante a Cosmoetologia.



**Maximiliano Haymann** (1973-) é psicólogo e engenheiro metalúrgico, mestre em Engenharia Biomédica. Brasileiro, natural do Rio de Janeiro, RJ. Voluntário da Conscienciologia desde 1998, professor de Conscienciologia desde 2001 e tenepesta desde 2003. Verbetógrafo da Encyclopédia da Conscienciologia e autor de artigos conscienciológicos. Autor dos livros Síndrome do Ostracismo: Mecanismo e Autossuperação (2011) e Prescrições para o Autodesassédio (2015). Coautor do livro Manual de Leitura Lúcida: Guia Prático para Ler Textos de Diferentes Áreas do Conhecimento (2021) e Coorganizador do Dicionário de Consciencioterapeutologia e Termos Multilíngues Equivalentes (2022). Membro do conselho de epicons desde 2019. Consciencioterapeuta desde 2015.



## O QUE É O MITO DA RECICLAGEM DOLOROSA?

Marco Almeida

### As autorreciclagens precisam ser dolorosas?

O mito da reciclagem dolorosa é a associação automática, porém ilusória, de o processo de reciclagem intraconsciencial (recin) estar necessariamente atrelado à dor, desconforto ou incômodo, por parte do evoluciente jejuno.

É perceptível, em determinado segmento de autopesquisadores, a ideia equivocada de a implementação dos aprimoramentos pessoais estar, invariavelmente, associado a algum nível de descomodidade. Em tais condições, instala-se o *frio na barriga* diante do vislumbre do neopatamar evolutivo. Ou seja, a mudança é considerada sofrimento.

Tais apriorismos podem criar um ciclo de sofrimento psíquico desnecessário e contraproducente ao intermissivista, um dilema silencioso onde cenários mentais são construídos tendo como elemento comum a inevitabilidade do incômodo. As opções são: o desconforto da velha mesmice autopensêntica ou a agrura do futuro incerto da autorrecin.

A ideia de “*no pain, no gain*” (ou seja, “sem dor, não há ganho”) pode estar indicando a necessidade da autoconsciencioterapia com maior domínio técnico, sem emocionalismos (mesmo que o foco da autopesquisa seja o próprio psicossoma, ou veículo das emoções) ou ideias pré-concebidas fixadas, chamadas apriorismoses<sup>1</sup>.

### Recin: experiência prazerosa

Assumir a inseparabilidade do desprazer ao processo de autoconhecimento é um erro autocognitivo de experimentação. A autocura, ao contrário desta concepção, é prazerosa e libertária.

É indispensável, ao longo da programação existencial, o intermissivista aprender a se reinventar cada vez mais e melhor, de modo eficaz,

para desconstruir os traços-fardos e potencializar os traços-força, em um crescendo de fluidez, bom-humor e serenidade íntima.

Há formas de inquietação (no sentido de não se manter quieto ou acomodado) verdadeiramente positivas e úteis à condição de renovação humana. Nem toda inquietação é sinônimo de desassossego. O importante é priorizar as auto-desconstruções racionais e libertadoras do pior de nós mesmos, de modo cada vez mais profissional e menos tenso.

### A parcientificidade leva à qualificação pensêntica

Dentro das experimentações evolutivas em laboratórios de Consciencioterapia, a constatação é de que quanto maior a parcientificidade ao lidar com as próprias fraquezas e mazelas, maior será a capacidade de conciliar o prazer pessoal à renovação da própria existência<sup>2</sup>.

Esta forma de reciclagem prazerosa tem como base os *qualipenses*, ou a junção de pensamentos, sentimentos e energias associados à qualidade da manifestação pensêntica. Inclui-se, neste caso, os pensenes manifestos no decorrer da autopesquisa das próprias imaturidades<sup>3</sup>.

A abordagem ao cosmos e ao próprio microuniverso consciential com bom-humor é estratégia inteligente de planificação e autodesenvolvimento do intermissivista.

### Neofilia e júbilo pela autocura

Há a necessidade de coerência entre o curso intermissivo da consciex e as escolhas intrafísicas da conscin. A autorreciclagem firme e autopacificada é indicadora de coerência intermissiva.

Na verificação prática do bem-estar na promoção de autocuras, pelo menos 2 elementos podem ser mencionados:

1. A neofilia *antes* da autocura, com a perspectiva futura prazerosa da nova realidade íntima mais avançada, planificada e objetivada, levando a novos patamares de autopensoseidade.
2. O júbilo *após* a autocura, com o autocontentamento ao constatar o domínio do trafar, ou traço-fardo.

**E então, vamos promover autorreciclagens prazerosas?**

### Referências Bibliográficas:

<sup>1</sup>**Vieira, Waldo; *Apriorismose***; verbete; In: **Vieira, Waldo; Org.; Encyclopédia da Conscienciologia**; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; CLXXIV+23.004 p.; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 274 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 13.896 refs.; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 9<sup>a</sup> Ed. Digital; rev. e aum.; Associação Internacional de Encyclopédiologia Conscienciológica (EN CYCLOSSAPIENS); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 1.559 a 1.561; disponível em: <<http://encyclossapiens.space/nona/ECDigital9.pdf>>; acesso em: 09.06.20; 08h10.

<sup>2</sup>**Vieira, Waldo; *Racionalidade Paracentífica***; verbete; In: **Vieira, Waldo; Org.; Encyclopédia da Conscienciologia**; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; CLXXIV+23.004 p.; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 274 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 13.896 refs.; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 9<sup>a</sup> Ed. Digital; rev. e aum.; Associação Internacional de Encyclopédiologia Conscienciológica (ENCYCLOSSAPIENS); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 18.777 a 18.780; disponível em: <<http://encyclossapiens.space/nona/ECDigital9.pdf>>; acesso em: 09.06.20; 08h21.

<sup>3</sup>**Vieira, Waldo; *Reciclagem Prazerosa***; verbete; In: **Vieira, Waldo; Org.; Encyclopédia da Conscienciologia**; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; CLXXIV+23.004 p.; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 274 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 13.896 refs.; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 9<sup>a</sup> Ed. Digital; rev. e aum.; Associação Internacional de Encyclopédiologia Conscienciológica (ENCYCLOSSAPIENS); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 19.064 a 19.067; disponível em: <<http://encyclossapiens.space/nona/ECDigital9.pdf>>; acesso em: 09.06.20; 08h08.



**Marco Almeida (1971-)** é médico pneumologista e especialista em Educação Médica. Brasileiro, natural do Rio de Janeiro, RJ. Voluntário e professor de Conscienciologia desde 2001, tenepesta desde 2004 e pesquisador residente no Campus da Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC) desde 2011. Verbetógrafo da Encyclopédia da Conscienciologia e autor de artigos conscienciológicos. Coautor do livro VirtualCons Handbook do Colégio Invisível da Conscienciometria (2003) e Coorganizador do Dicionário de Consciencioterapiologia e Termos Multilíngues Equivalentes (2022). Membro do conselho de epicons desde 2017. Consciencioterapeuta desde 2003.



## COMO A CONSCIENCIOTERAPIA PODE AJUDAR A SUPERAR A ROBÉXIS?

*Luísa Consciência*

### Você vive uma existência robótica, com crescente sensação de desconforto?

Uma vida de robotização existencial (robéxis) ocorre quando a consciência humana se deixa dominar pela dimensão intrafísica, numa sociedade intrafisicalizada, ainda patológica.

Segundo Vieira<sup>1</sup>, o que mais falta às pessoas robotizadas é a reflexão mais profunda para eliminar os apriorismos, superstições, medos, tabus e principalmente fanatismos mantidos pela monovisão regressiva.

O intermissivista sem autocrítica e discernimento pode passar toda a existência intrafísica alienado dos compromissos pré-ressomáticos para a realização da programação existencial (proéxis), escravizado pela socin (sociedade intrafísica).

Tal condição pode levar ao estado íntimo de apatia, sensação de estagnação, falta de progresso e realizações, com desânimo moral, ausência de coragem para mudar, seguido de autodescompensação energética.

Em vez de enfrentar o desconforto, aqueles que permanecem nessa condição procuram, por vezes, formas de se anestesiarem para não sentirem a angústia da situação, mantendo, assim, os comportamentos antievolutivos. Essa atitude contribui geralmente para o aumento da auto-perturbação, em vez de neutralizá-la.

O sentimento geral de desconforto pode, além de levar à melancolia intrafísica (melin), indicar para a consciência que ela não está vivendo de acordo com os valores evolutivos e o planejamento de vida pessoal, o qual foi assumido com mais lucidez no Curso Intermissivo (CI).

O CI consiste em aprendizagem especializada para a consciência melhorar o autodesempenho evolutivo na existência seguinte, enquanto consciência. O curso acontece no período entre duas

vidas humanas sucessivas, quando a consciência se manifesta na dimensão extrafísica portando um corpo mais sutil, o psicossoma.

Os estudos da especialidade Consciencioterapeuticologia propuseram o termo *marasmo existencial*, o qual significa estado ou condição nosológica de apatia, abatimento moral, falta de vontade ou prostração, caracterizada pela ausência ou insuficiência de realizações, de fluxo ou de progresso evolutivo consciencial (Almeida, Haymann & Remedios, orgs., 2022, p. 534)<sup>2</sup>.

### Quais valores estão ativos no estilo de vida escolhido?

A formação do sistema de valores de vida intrafísicos ocorre desde a infância, resultando da interação da genética, paragenética e mesologia. Em geral, são mais influenciados por gostos e preferências emocionais, tradições e costumes familiares e sociais.

Perceber quais os valores orientam o comportamento é uma forma de compreender a raiz das motivações, prioridades e decisões sobre a vida cotidiana.

Para esse efeito, é relevante discriminar:

- 1. Valores pessoais:** importância dada a determinada realidade consciencial, abstrata ou material.
- 2. Valores idealizados:** conceitos ou realidades considerados importantes pela consciência para a autovolução, mas ainda só teóricos. Pode ser positivo, ambíguo ou mesmo negativo, de acordo com a visão da consciência.
- 3. Valores experimentados:** ideia, qualidade ou realidade considerada importante e prioritária pela consciência, geradora

de motivação e orientadora de decisões e ações diárias. Podem ser de origem paragenética ou mesológica e serem modificados por experiências pessoais e recuperação de cons.

4. **Valores evolutivos:** são homeostáticos, promovem a evolução consciencial de modo cosmoético. A autocrítica sobre a qualidade dos valores torna possível determinar o nível pessoal de saúde e evolução da consciência.

### Como sair do estado de estagnação evolutiva?

As mudanças íntimas exigem a reciclagem de traços antievolutivos, novas formas de reagir, pensar, sentir e agir (neopenseses), fazendo uso de traços-força para implementar a mudança.

Dentro da neociênciencia Conscienciologia, a Consciencioterapia é a especialidade que se aplica aos estudos específicos, sistemáticos e temáticos do tratamento, alívio e remissão de perturbações da consciência. Essa especialidade utiliza recursos e técnicas para identificar e superar patologias e parapatologias, e para implementar a profilaxia e a paraprofilaxia, o que permite o autenfrentamento e a autossuperação (Almeida, Haymann & Remedios, orgs., 2022, p. 119 e 189)<sup>2</sup>.

A autoconsciencioterapia é ferramenta eficaz para mudanças intraconscienciais. Baseia-se na proposta de a própria consciência ser responsável pela autocura, mediante a aplicação de técnicas que ajudam em todo o ciclo consciencioterápico, modelo utilizado na consciencioterapia e composto pelas fases de autoinvestigação, autodiagnóstico, autenfrentamento e autossuperação.

O ponto de viragem conducente à mudança ocorre quando a pessoa tem clareza do autodiagnóstico, identifica as perdas evolutivas, desiste

dos pseudobenefícios ou ganhos secundários de certos comportamentos, e comprehende que a autexpressão atual não é consistente com o nível de cosmoética pessoal pretendido, ou seja, CPC – Código Pessoal de Cosmoética.

### Por onde começar?

Uma técnica consciencioterápica que pode ser utilizada na fase de autoinvestigação é a *técnica do enfrentamento do malestar*: “Procedimento de autoinvestigação realizado a partir da identificação de sensação desagradável, desconforto, incômodo, constrangimento, insatisfação ou indisposição pessoal, de modo a estabelecer a área principal do problema apresentado, da própria parapatologia ou tratar a ser tratado” (Almeida, Haymann & Remedios, orgs., 2022, p. 1.103)<sup>2</sup>.

Vale a pena mencionar que conhecer o autodiagnóstico é importante, mas não suficiente para a cura. Para deixar a robéxis, é essencial estabelecer objetivos claros e compatíveis com a autorrealidade, enfrentar continuamente as situações identificadas até alcançar a autossuperação.

Outra técnica que pode ser utilizada é a *técnica da ação pelas pequenas coisas*: Procedimento de autenfrentamento caracterizado pela ação pelas pequenas coisas, que dependem exclusivamente da vontade do evoluciente. A técnica começa com a decisão de autenfrentamento. Baseia-se no princípio de que a doença se deve à falta de fluxo evolutivo, e o remédio será imprimir fluxo contínuo a partir das ações pessoais. A melhoria obtida aumenta a energia e a motivação para continuar os próximos passos.

O alinhamento com a perspectiva evolutiva na vida humana e a reciclagem de comportamentos estagnados levam à cura da melancolia intrafísica.

A consciência assume, com lucidez e discernimento, a direção da própria evolução, sem transferir a responsabilidade pessoal dos seus atos e dos resultados, tornando a vontade mais ativa, forte, e autônoma. Ao assumir a responsabilidade pessoal na própria evolução e na melhoria do nível de saúde integral, liberta-se da postura de autovitimização.

As realizações autevolutivas da consciência, compatíveis com seu potencial, mantêm-na no fluxo evolutivo pessoal, libertando-a de possíveis robéxis – estado antievolutivo –, melhorando o bem-estar, a felicidade e a expansão da capacidade assistencial.

### **Referências Bibliográficas:**

<sup>1</sup> Vieira, Waldo; **Dicionário de Argumentos da Conscienciologia**; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.572 p.; 1 blog; 21 E-mails; 551 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 18 fotos; glos. 650 termos; 19 websites; alf.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2014; páginas 81 e 301.

<sup>2</sup> Almeida, Marco; Haymann, Maximiliano; & Remedios, Juliana; Orgs.; **Dicionário de Consciencioterapeuticologia com Termos Multilíngues Equivalentes**; revisores Equipe de Revisores da OIC; neologistas multilíngues: Equipe de Idiomas da OIC; 1.412 p.; glos. 400 termos (verbetes); 400 termos em alemão; 400 termos em espanhol; 400 termos em francês; 400 termos em inglês; 4 apêndis. (1 apênd.: BEE da Consciencioterapeuticologia: 575 refs.); 845 enus.; 50 especialidades; 54 microbiografias; 3 quadros sinópticos; 1 tab.; 45 verbetógrafos; 161 filmes; 111 webgrafias; 1.100 refs.; 9 índices; alf.; 28 x 21 cm; enc.; Associação Internacional Editares; & Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC); Foz do Iguaçu, PR; 2022; páginas 534, 837, 1.103, 1.177 e 1.213 a 1.217.

### **Sugestões de Leitura:**

Peres, Christovão; **A Aplicação da Vontade na Autoconsciencioterapia**; Artigo; VIII Jornada de Saúde da Consciência & VIII Simpósio de Autoconsciencioterapia; Foz do Iguaçu, PR; 07-08.09.14; *Saúde Consciencial*; Revista; Anuário; Vol. 3; N. 3; Seção: *Consciencioterapia Clínica*; 1 E-mail; 21 enus.; 1 microbiografia; 1 tab.; 19 refs.; Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC); Foz do Iguaçu; PR; Setembro, 2014; páginas 5 a 17.

Vieira, Waldo; **Our Evolution (Nossa Evolução)**; revisores Álvaro Salgado; et al.; trad. Andrea Santos; 184 p.; 15 caps.; 149 abrevs.; 17 E-mails; 70 especialidades; 1 foto; 1 microbiografia; 162 perguntas; 162 respostas; 2 websites; glos. 318 termos; 6 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2016; páginas 7, 12, 15, 51 e 64.



**Luisa Consciência (1966–)** é psicóloga especialista em Clínica e Saúde, pós-graduada em Psicoterapia. Portuguesa, natural de Lourenço Marques. Voluntária da Conscienciologia desde 2014, professora de Conscienciologia desde 2018 e tenepesta desde 2015. Verbetógrafa da Encyclopédia da Conscienciologia e autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2021.



## QUAL É A SUA META EXISTENCIAL?

Flávia Aouar

Ao longo da vida, vários são os compromissos e tarefas que desempenhamos. Mas será que este conjunto de atos cotidianos está alinhado ao objetivo principal da nossa existência? Ademais, já pensamos em qual seria o objetivo prioritário da nossa vida?

*“Toda pessoa mantém alguma categoria de objetivo, meta, roteiro ou megafoco na vida humana, embora grande número de personalidades ainda não saiba exatamente o que deseja na condição de escopo essencial”<sup>1</sup>.*

Nem sempre há convergência adequada dos nossos esforços ao objetivo magno de estarmos nesta vida intrafísica. Muitas vezes, a inobservância ao rolo compressor das rotinas diárias pode reduzir o autodiscernimento, com possíveis impactos à higidez pessoal.

Viemos para esta existência com o nobre objetivo de sermos úteis evolutivamente a nós mesmos e às consciências do nosso entorno multidimensional. Evitar desviacionismos, acomodações, superficialidades e perda de foco são necessários para não nos perdermos nos dédalos da vida humana.

*“A meta existencial final, você precisa saber dela, já. Se você pensar na meta final, vai pensar em tudo o que precisa para chegar ao seu objetivo”<sup>1</sup>.*

### Objetivos gerais do intermissivista

Ao intermissivista, *elder* terrestre, é especialmente útil promover a abordagem sincera e prioritária ao cerne do objetivo *major* da existência. O direcionamento geral foi estabelecido

no curso intermissivo, com notável ênfase na correção cosmoética e na interassistência fraterna. Estes dois norteadores são essenciais ao detalhamento claro, específico e individualizado da meta existencial da consciência intermissivista, a qual foi escolhida, por si mesma, durante a intermissão<sup>1</sup>.

*“Existe aquele objetivo fundamental que deve predominar na existência da consciência organizada e autoconsciente quanto à evolução consciencial. Esse megaobjetivo predomina sobre todos os outros efêmeros e apresenta o roteiro natural para ser alcançado”<sup>1</sup>.*

A proposta é fazermos com que todo o empenho diário esteja voltado para colimar os atos, posturas e condutas a este grande propósito de vida. A partir deste posicionamento autoclarificador, as decisões tomadas passarão pelo crivo da pertinência ou não ao megafoco autodeterminado.

Ao intermissivista interessado, podem ser alcançadas 7 condições pessoais autoproexológicas, como resumo dos objetivos, metas ou megafocos fundamentais, mais definitivos, da própria evolução consciencial, dispostos em ordem evolutiva crescente<sup>1</sup>.

- 1. Escritor cosmoético.**
- 2. Docente conscienciológico.**
- 3. Paraperceptivo interassistencial.**
- 4. Completista existencial.**
- 5. Ser desperto.**
- 6. Ofixista.**
- 7. Autorrevezamentador multiexistencial.**

Estes elementos procuram sintetizar o *megalocus* da programação existencial da maioria dos intermissivistas. Fica aqui o convite para o aprofundamento autorreflexivo e autocrítico acerca de como nos posicionamos e caminhamos em cada um destes aspectos.

### Ciclos de autocura

Na prática, a conquista dos sete objetivos supra-citados, invariavelmente, requisitará de nós a revisão de valores pessoais, condutas e hábitos, embasando ciclos de autocura personalizados, fundamentais ao alcance e à sustentação destes neoideais evolutivos.

É factível que estabeleçamos metas intermediárias, escalonadas, por exemplo, ao decidirmos nos tornar uma escritora ou escritor cosmetético. Este intento é diretamente dependente do treino continuado de múltiplos atributos mentaisomáticos, capazes de embasar a linearidade da autopensenização requerida em tal empreendimento.

Neste caso, o exercício da retidão pensônica, de modo claro e ponderado, com vistas ao desenvolvimento lógico-racional de ideias pertinente mente encadeadas, funciona como auten-frentamento clássico à atenção saltuária, à desconcentração mental e à dispersão consciencial, muitas vezes ainda mal apreciadas por nós mesmos quanto aos impactos deletérios em diversas áreas da vida.

Níveis finos de escapes desta linearidade pensônica podem ser observados, com vistas à qualificação ininterrupta destes e de outros atributos mentaisomáticos. Efeitos paraterapêuticos advindos de experiências exitosas semelhantes a esta podem ser mensurados nas diversas áreas em que nos manifestamos, pois a atenção, a concentração e o foco são fundamentais à vida cotidiana multidimensional sã.

Este é um dos grandes benefícios da autoconsciencioterapia aplicada na prática: o espraiamento multidirecional das reciclagens intraconscienciais realizadas neste *aqui-agora-já* evolutivo, com efeitos perduradouros multifacéticos.

### Efeitos homeostáticos

Portanto, podemos inferir que a assunção pessoal do megalordeador da existência pode induzir efeitos homeostáticos em uma pluralidade de vertentes. Muitas vezes, são observadas atrações, sinergismos, sincronicidades ou situações convergentes a este megapropósito, bem como a repelência a ideais alheios a este desígnio, em condição análoga ao holopenseamento pessoal sadio repelindo os “corpos estranhos” àquele contexto. Deste modo, um fluxo salutar tende a se estabelecer, potencializando tudo à nossa volta.

O alcance deste estado ocorre exclusivamente por meio da ação da nossa vontade firme e decidida em adotar a referência de convergência de todos os propósitos pessoais ao megalordeador da vida, cujos efeitos tendem a ecoar nas autodecisões e atos *ad hoc*.

E você, já pensou em estabelecer claramente a sua meta existencial? Quais são as autocuras necessárias para que você atinja este intento?

## Referência Bibliográfica:

<sup>1</sup> Vieira, Waldo; **Dicionário de Argumentos da Conscienciologia**; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.572 p.; 1 blog; 21 E-mails; 551 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 18 fotos; glos. 650 termos; 19 websites; alf.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2014; páginas 185, 1.131, 1.246, 1.327 e 1.328.

## Sugestão de Leitura:

Vieira, Waldo; **Meta Existencial Final**; verbete; In: Vieira, Waldo; Org.; *Encyclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; CLXXIV+23.004 p.; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 274 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 13.896 refs.; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 9<sup>a</sup> Ed. Digital; rev. e aum.; Associação Internacional de Encyclopédia Conscienciológica (ENCYCLOSSAPIENS); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 15.105 a 15.107; disponível em: <<http://encyclossapiens.space/nona/ECDigital9.pdf>>; acesso em: 06.08.20; 05h49.



**Flávia Aouar (1981–)** é psicóloga pós-graduada em Psicologia Positiva. Brasileira, natural de Brasília, DF. Voluntária da Conscienciologia desde 2001, professora de Conscienciologia desde 2004, tenepessista desde 2009 e pesquisadora residente no Campus da Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC) desde 2011. Verbetógrafa da Encyclopédia da Conscienciologia e autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2017.



## PROEXOTERAPIA NO REALINHAMENTO DE PROÉXIS

Ermania Ribeiro

Apesar de vivermos hoje na era da fartura, muitas pessoas têm a sensação de “vazio existencial” e constantemente se questionam sobre o sentido da vida: *o que estou fazendo aqui? Será que nasci para apenas ter filhos, obter sucesso profissional, amigos e depois envelhecer e morrer?*

Cada consciência é única e as respostas para essas perguntas podem ser infinitas.

Mesmo tendo variados recursos intrafísicos – sucesso profissional, família acolhedora, amigos, lazer –, ainda assim, a sensação de vazio ou insatisfação íntima está sempre presente, e, na maioria das vezes, as pessoas acabam saindo dessa crise existencial encontrando um novo relacionamento, mudando de profissão ou de cidade.

Outras pessoas não se contentam com respostas ou soluções simples, buscando-as em muitos lugares; estas têm a certeza de que tem algo a realizar nessa vida e não apenas cumprir papéis sociais. Nessa busca, geralmente encontram a Conscienciologia, identificando-se na condição de intermissivistas e com o conceito de proéxis.

A proéxis (pro + exis) pessoal é a programação existencial específica de cada consciência intrafísica (conscin) em sua nova vida nesta dimensão humana, planejada antes do renascimento somático (ressoma) da consciência, ainda extrafísica (consciex)<sup>1</sup>.

O *vazio existencial, a melancolia intrafísica (melin)* e a insatisfação íntima podem ser considerados bons indicadores de que o barco está

na direção errada: a bússola consciencial está descalibrada, seria análogo à febre que indica algum processo inflamatório do soma, e o doente procura o médico em busca de remédio.

O intermissivista tem *senso de urgência* quanto ao cumprimento das cláusulas da autoproéxis, pois a memória do curso intermissivo está presente, mesmo inconscientemente. Por esse motivo, o sintoma do “vazio existencial” se intensifica ao longo do tempo, gerando as proexopatias.

A *proexopatia* é a disfunção consciencial, de base holossomática, caracterizada por alterações cognitivas, afetivas, energéticas e comportamentais associadas, direta ou indiretamente, a conteúdos ideativos referentes à programação existencial, com prejuízos claros à obtenção do compléxis<sup>2</sup>.

Ou seja, o vazio existencial prolongado pode indicar um desvio da rota proexológica, sendo necessário o investimento no realinhamento da bússola consciencial, a qual contém as informações do planejamento proexológico feito no curso intermissivo.

Alguns intermissivistas tentam tamponar os sintomas de desvio proexológico com bebidas alcoólicas ou outras drogas, relacionamentos antievolutivos, trabalho excessivo (*workaholic*). Ao longo da vida, esses sintomas tendem a piorar, trazendo à tona outras doenças conscienciais: irritabilidade, mau humor, sensação de estar perdido (sem rumo), assédios extrafísicos, depressão, baixa autestima.

A melin prolongada até a dessoma tem o desfecho em melancolia extrafísica (melex), resultado do incompletismo existencial (incompléxis).

## **Como resolver a questão do atraso evolutivo ou de desvio de rota proexológica?**

Eis 4 recursos disponíveis na Conscienciologia para o intermissivista interessado no realinhamento da bússola consciencial:

1. Voluntariado conscienciológico.
2. Serviço de Apoio Existencial (SEAPEX) da Associação Internacional de Programação Existencial (APEX).
3. Autoconscienciometria na Associação Internacional de Conscienciometria Interassistencial (CONSCIUS).
4. Autoconsciencioterapia na Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC).

Cada recurso apresentado dispõe de ferramentas específicas: métodos, técnicas e instituições especializadas para tal empreendimento.

O investimento no voluntariado poderá ajudar o intermissivista na recuperação de cons do curso intermissivo sobre a sua programação para essa existência:

- Ofato de reencontrar os colegas evolutivos na execução das tarefas diárias e o contato mais ostensivo com as ideias da Conscienciologia, estimula a rememoração desses parafatos.
- A utilização dos talentos pessoais ou traforés no voluntariado, durante as assistências, estimula a descobrir no que é bom e o motiva para o continuísmo assistencial.

A Conscienciometrologia diz respeito à metria da consciência, um processo especializado, que exige dedicação e detalhismo do interessado.

Eis, listados, 3 instrumentos conscienciométricos:

1. Livro Conscienciograma (Vieira, 1996)<sup>3</sup>.
2. Planilhas conscienciométricas (ICGE - Instituto Cognopolitano de Geografia e Estatística)<sup>4</sup>.
3. Técnica da listagem de traços conscienciais.

A autoconsciencioterapia tem como objetivo principal a promoção da autocura. Pode ser implementada pelo evoliente interessado em tratar os desvios de rota proexológica.

Eis 5 técnicas otimizadoras da autoconsciencioterapia voltadas para o realinhamento da próxis, descritas no Dicionário de Consciencioterapeuticologia (Almeida, Haymann & Remedios, orgs., 2022)<sup>5</sup>:

1. Técnica da autavaliação nas áreas da vida intrafísica.
2. Técnica da listagem dos valores pessoais.
3. Técnica da ação pelas pequenas coisas.
4. Técnica da rotina útil.
5. Técnica da autorreflexão de 5 horas.

A subespecialidade da Consciencioterapeuticologia direcionada para o tratamento das proexopatias é a Proexoterapeuticologia.

A Proexoterapeuticologia se fundamenta nos efeitos terapêuticos do alinhamento da consciência às diretrizes da autopróxis, sobretudo quando o intermissivista é autoconsciente. Tem como objetivo geral o realinhamento proexológico, a evitação do desviactionismo e da ectopia consciencial (Almeida, Haymann & Remedios, orgs., 2022).

De acordo com a 14<sup>a</sup> lei racional da proéxis, a “lei da invulgaridade”, não existem duas proéxis idênticas, cada programação é única (autoproéxis). Por esse motivo, exige do intermissivista um aprofundamento em si mesmo de maneira técnica e destemida<sup>1</sup>.

Mais importante do que descobrir o motivo do desvio de proéxis é promover ações de autenfrentamento para o realinhamento da rota proexológica, com o objetivo do completismo existencial nessa ressoma, ou seja, *arregançar as mangas* e acertar o leme rumo ao compléxis.

### Referências Bibliográficas:

<sup>1</sup> Vieira, Waldo; **Manual da Proéxis: Programação Existencial**; revisores Ero-tides Louly, & Helena Araújo; 164 p.; 40 caps.; 18 E-mails; 86 enus.; 1 foto; 1 microbiografia; 16 websites; 17 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; 5<sup>a</sup> Ed. Rev.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2011; páginas 9 e 22.

<sup>2</sup> Loche, Laênio; **Proexopatia**; verbete; In: Vieira, Waldo; Org.; *Encyclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 22; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9<sup>a</sup> Ed. Rev. E aum.; Associação Interna-cional de Enciclopediologia Conscienciológica (ENCYCLOSSAPIENS); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 18.207 a 18.215.

<sup>3</sup> Vieira, Waldo; **Conscienciograma: Técnica de Avaliação da Consciência Integral**; revisor Alexander Steiner; 344 p.; 150 abrevs.; 106 assuntos das folhas de avaliação; 3 E-mails; 11 enus.; 100 folhas de avaliação; 1 foto; 1 microbiografia; 100 qualidades da consciência; 2.000 questionamentos; 100 títulos das folhas de avaliação; 1 website; glos. 282 termos; 7 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; Instituto Internacional de Projeciologia; Rio de Janeiro, RJ; 1996.

<sup>5</sup> Almeida, Marco; Haymann, Maximiliano; & Remedios, Juliana; Orgs.; **Dicionário de Consciencioterapeuticologia com Termos Multilíngues Equivalentes**; revisores Equipe de Revisores da OIC; neologistas multilíngues: Equipe de Idiomas da OIC; 1.412 p.; glos. 400 termos (verbetes); 400 termos em alemão; 400 termos em espanhol; 400 termos em francês; 400 termos em inglês; 4 apêndis. (1 apênd.: BEE da Consciencioterapeuticologia: 575 refs.); 845 enus.; 50 especialidades; 54 microbiografias; 3 quadros sinópticos; 1 tab.; 45 verbetógrafos; 161 filmes; 111 webgrafias; 1.100 refs.; 9 índices; alf.; 28 x 21 cm; enc.; Associação Internacional Editares; & Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC); Foz do Iguaçu, PR; 2022; páginas 335, 719, 837, 870, 967 e 1.018.

### Referência Webgráfica:

<sup>4</sup> Instituto Cognopolitan de Geografia e Estatística (ICGE); Foz do Iguaçu, PR; disponível em: <[http://www.icge.org.br/wordpress/?page\\_id=1385](http://www.icge.org.br/wordpress/?page_id=1385)>; acesso em: 08.08.23; 12h00.



**Ermania Ribeiro (1967-)** é psicóloga e farmacêutica-bioquímica, pós-graduada em Psicologia Positiva e formação em Biossíntese. Brasileira, natural de Irecê, BA. Voluntária da Conscienciologia desde 2011, professora de Conscienciologia desde 2011, tenepessista desde 2012 e pesquisadora residente no Campus da Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC) desde 2020. Verbetógrafa da Encyclopédia da Conscienciologia e autora de artigos conscienciológicos. Autora do livro Diário de Experiências Cognopolitanas (2020). Consciencioterapeuta desde 2015.



## VOCÊ SOFRE DIANTE DAS PERDAS?

*Regina Estermann*

### Apego, desapego e perdas

A palavra apego se traduz por um sentimento de afeição ou estima por alguém ou alguma coisa, mas também pode ser entendida como dedicação constante e excessiva a algo<sup>1</sup>. Esta dedicação pode se transformar em dependência e gerar sofrimento em momentos de ruptura ou separação.

Os mecanismos de dramatização, vitimização e monoideísmo podem dificultar o aprendizado do desapego sadio e o aproveitamento das interrelações e vivências como oportunidades interassistenciais.

No processo evolutivo, a rigor, ninguém perde ninguém. As consciências evoluem em grupo, atraídas entre si pelos pensamentos, sentimentos e energias. Os caminhos do grupocarma se entrecruzam e oportunizam reconciliações e reparações necessárias, portanto é inteligente entendermos e perdoarmos a todos o quanto antes<sup>2</sup>.

A manutenção de mágoas, ressentimentos e cobranças reforça o acúmulo de culpa e a condição da interprisão grupocármica, até que a consciência, por escolha íntima e pessoal, opte pelo perdão, recomposição e consequente libertação.

### Quais as manifestações negativas do apego patológico?

O apego pode manifestar-se entre conscins, conscins e consciexes e também em relação a comportamentos, posturas, ideias, objetos, e gerar angústia quando há a necessidade do desapego saudável, demonstrando dificuldade

da consciência em lidar com as inevitáveis perdas inerentes ao processo evolutivo.

Segundo a Perdologia, especialidade da Conscienciologia que estuda as perdas, vários são os tipos, naturezas ou especificidades das perdas, por exemplo: acidentes, derrama / morte, doenças, envelhecimento, ilusões, mudanças, projetos, relacionamentos, separações, sonhos.

Algumas emoções e sentimentos são mais frequentes nestas situações, tais como: agitação, ansiedade, culpa, depressão, indiferença, dor, estresse, frustração, isolamento, mágoa, medo, raiva, ressentimento e tristeza.

O conhecimento e a vivência da continuidade existencial, da interdependência entre as consciências e a compreensão de ser a interassistência o principal catalisador da evolução, elimina, gradativamente, emoções egoicas e antievolutivas.

### Como a Consciencioterapia pode auxiliar na superação do apego patológico?

Uma das propostas da Consciencioterapia é a aplicação do ciclo autoconsciencioterápico, modo pelo qual a consciência promove a autoinvestigação, nomeia autodiagnósticos, aplica ações e técnicas de autenfrentamento e supera comportamentos e mecanismos inseguros e imaturos quanto aos apegos e perdas. Este movimento tende a ampliar a compreensão da dinâmica evolutiva e a favorecer a transformação das vivências em técnicas interassistenciais.

A consciência, ao assumir responsabilidade por suas escolhas e respeitar o direito do outro, opta

por administrar as perdas de modo cosmoético e libertador, não pedindo mais para si. Promove, assim, o enfrentamento dos traços egocêntricos ao utilizar, disponibilizar e doar o melhor de si em prol de todos.

Eis abaixo, 3 posturas auxiliares no autenfrentamento dos apegos:

- 1. Aceitação realista.** Compreender as separações ou afastamentos como condições naturais da dinâmica multiexistencial, respeitando o processo evolutivo de cada consciência. Desdramatização da falta.
- 2. Valorização dos aprendizados.** Reconhecer os ensinamentos hauridos nos vínculos interconscienciais, pautados na gratidão pelas oportunidades vivenciadas. Otimização interassistencial.
- 3. Neofilia.** Manter abertismo para adaptar-se às realidades vindouras, construir neoconcepções, estabelecer novos vínculos e ajustar a bússola proexológica. Foco evolutivo.

*“Quem é dono de si mesmo não perde nada, porém concede e ganha com a interassistencialidade”<sup>3</sup>.*

#### Referências Bibliográficas:

<sup>1</sup> Houaiss, Antonio; & Villar, Mauro de Salles; **Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa;** LXXXIV+ 2.922 p.; 1.384 abrevs.; 1 foto; 6 ilus.; 1 microbiografia; 19 tabs.; glos. 228.500 termos; 1.582 refs. (datações etimológicas); 804 refs.; 31 x 22 x 7,5 cm; enc.; *Objetiva*; Rio de Janeiro, RJ; 2001.

<sup>2</sup> Vieira, Waldo; **200 Teáticas da Conscienciologia;** 260 p.; 200 caps.; 13 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; 1<sup>a</sup> Ed; Rio de Janeiro, RJ; *Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia* (IIPC); 1997; página 133.

<sup>3</sup> Vieira, Waldo; **Léxico de Ortopenasatas;** revisores Equipe de Revisores do Holograma; 2 Vols.; 1.800 p.; Vols. 1 e 2; 1 blog; 652 conceitos analógicos; 22 E-mails; 19 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 17 fotos; glos. 6.476 termos; 1.811 megapenseses trivocabulares; 1 microbiografia; 20.800 ortopenasatas; 2 tabs.; 120 técnicas lexicográficas; 19 websites; 28,5 x 22 x 10 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2014; página 1.282.



**Regina Estermann (1963-)** é psicóloga pós-graduada em Luto e Perda. Brasileira, natural de Lavras, MG. Voluntária da Conscienciologia desde 2001, professora de Conscienciologia desde 2006 e tenepesta desde 2002. Verbetógrafa da Encyclopédia da Conscienciologia e autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2015.



## COMO É A SUA EXPRESSÃO CORPORAL, FACIAL E VOCAL?

Flávia Aouar

### Expressões do corpo físico

Os sinais exteriores da consciência intrafísica, perceptíveis aos olhos, ouvidos e parapercepções extrassensoriais, podem revelar traços de manifestação da realidade íntima da personalidade, inescondíveis aos observadores mais atentos.

As expressões corporais, faciais e vocais, por exemplo, trazem à luz percentuais do temperamento derivados da herança paragenética da consciência, constituída ao longo das múltiplas existências.

Diversas vertentes de análise da intraconsciencialidade podem ser propostas a partir destes sinais e expressões, contribuindo para o diagnóstico multissensorial e paraperceptivo da manifestação da consciência, a qual pode optar por qualificar evolutivamente a sua própria expressão.

### Postura e movimento corporais

A análise do biotipo, ou constituição física, revela detalhes do ser holossomático. O Consenciograma, instrumento de avaliação integral da consciência, é a sala de espelhos, na qual a pessoa pode se observar de todos os ângulos, inclusive a corcunda (cifose), se existente<sup>1,2</sup>.

Neste exemplo, a postura corporal encolhida, pode apontar a tentativa infrutífera da consciência de se esconder das oportunidades evolutivas que se apresentam cotidianamente. Em certos casos, há necessidade inclusive de tratamento em sessões de fisioterapia, devido a dores e desvios posturais.

A realização de atividades físicas regulares, exercícios posturais e alongamentos orientados por especialistas na área funcionam como coadjutores importantes ao movimento

de reciclagem íntima do interessado, tendo em vista a influência mútua existente entre o corpo físico e os demais veículos de manifestação consciencial.

O modo de andar, ou o padrão da marcha, influencia a pensabilidade e vice-versa. Análises da cinemática do movimento em pedestres autoconfiantes apontam, por exemplo, mais movimentos de braços e passadas mais longas, em contraste ao andar mais restrito, com poucos movimentos de braços e passadas mais curtas, típicas dos que apresentam sensação de impotência<sup>3</sup>.

Deste modo, a atuação terapêutica direta no corpo físico (soma), tornando-o mais firme, flexível e fisiologicamente ajustado à anatomia funcional é elemento fundamental para a melhoria das energias (energossoma), dos sentimentos (psicossoma) e dos pensamentos (mentalsoma).

### Expressão facial

A expressão facial é o modo pelo qual o rosto denota o estado moral, afetivo, intelectivo e da tendência da consciência, no momento evolutivo, sendo a forma mais comum de explicação das emoções<sup>4</sup>.

Até mesmo as expressões faciais podem influenciar no padrão de pensamentos, sentimentos e energias, sendo bem conhecido nos estudos científicos de *feedback facial*, nos quais observou-se, por exemplo, que franzir o cenho tende a aumentar as sensações autorreferidas de tristeza, raiva e aversão. Em contrapartida, manter uma expressão facial de sorriso, ainda que não genuíno, mobiliza a fisiologia humana de modo a induzir o estado emocional de alegria<sup>5</sup>.

No entanto, nem sempre se aquilata e se avalia corretamente o valor do sorriso no dia a dia multidimensional. “O sorriso de bonomia, em bases mentaisomáticas, fruto do autodiscernimento, pode afastar todo antagonismo e refratariedade permitindo a interlocução aberta. Há sorrisos inavaliáveis”<sup>6</sup>.

A face e as expressões faciais revelam realidades intraconscientes das mais absconsas. “Para quem sabe ler a linguagem somática, o rosto é o órgão da verdade explícita”<sup>7</sup>.

### Expressão vocal

Na análise do autotemperamento, é imprescindível avaliar também a expressão da própria voz. O timbre, o tom e a modulação vocálica são fatores componentes da força presencial, sendo passíveis de calibragem, especialmente devido à importância do convívio social<sup>8,9</sup>.

Algumas consciências manifestam-se com a chamada “voz para dentro”, em volume baixo, dificultando a fluidez das trocas interassistenciais cotidianas. Em certos casos, auxílio fonoaudiológico, utilização de técnicas de impostação vocal, além de técnicas de respiração são instrumentos auxiliares importantes para que a expressão vocálica se torne nítida e desimpedida.

A projeção adequada do som pelo uso controlado do diafragma, fornece o apoio necessário para que a voz seja bem colocada e emitida com firmeza. O treino da respiração diafragmática, levando o ar até o abdômen e expandindo as costelas, é recurso auxiliar importante, além da articulação correta das sílabas e palavras, sem açodamento.

Este emprego lúcido do laringochacra na emissão vocálica compõe grande parte da imagem e força presencial da consciência. “O rosto, o olhar e a voz são os 3 fatores que influem mais no conjunto da força presencial, além das energias conscientiais da consciência”<sup>10</sup>.

### Força presencial

A escolha das expressões do próprio corpo – face, postura, voz, ritmo da respiração e outros – afeta diretamente a forma pela qual a consciência pensa, sente e manifesta em sua holosfera energética pessoal.

A moldura do corpo humano está intimamente relacionada à força presencial, evidenciando o nível de equilíbrio ou desequilíbrio da consciência. “É sempre bom ver se as feições físicas, estéticas, correspondem às tendências intraconscientes da consciência. O que chama a atenção maior no rosto das pessoas são os olhos, depois as sobrancelhas e, por fim, a boca, devido ao sorriso”<sup>11</sup>.

A força moral ou cosmoética da consciência potencializa a força presencial, ampliando a autossegurança, a qual é enriquecida pelo estado vibracional (EV), sinalética energética e autoconsciência parapsíquica.

Para além de se autodiagnosticar tendências temperamentais por meio das expressões do corpo físico, podem ser também realizadas autoprescrições práticas para a reversão de traços conscientiais evolutivamente obsoletos, a exemplo das que foram previamente descritas.

Deste modo, torna-se favorecida a ampliação da capacidade de expressar-se de modo convergente aos traços pessoais, permitindo a conexão com porções mais maduras da intraconsciencialidade e facultando o aparecimento de manifestações genuínas e interassistencialmente eficazes.

## Referências Bibliográficas:

- <sup>1</sup> Vieira, Waldo; **Conscienciograma: Técnica de Avaliação da Consciência Integral**; 344 p.; 150 abrevs.; 11 enus.; 100 folhas de avaliação; 4 índices; 2.000 itens; glos. 282 termos; 7 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; Instituto Internacional de Projeciologia; Rio de Janeiro, RJ; 1996; página 52.
- <sup>2,7,8,10,11</sup> Vieira, Waldo; **Léxico de Ortopensatas**; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; CEAEC & EDITARES; 3 Vols.; 2.084 p.; Vols. II e III; 1 blog; 652 conceitos analógicos; 22 E-mails; 19 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 17 fotos; glos. 7.518 termos; 1.811 megapenseses trivocabulares; 1 microbiografia; 25.183 ortopensatas; 2 tabs.; 120 técnicas lexicográficas; 19 websites; 28,5 x 22 x 13 cm; enc.; 2<sup>a</sup> Ed. rev. e aum.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2019; páginas 497, 1617, 1.776 e 2.039.
- <sup>3,5</sup> Cuddy, Amy; **O Poder da Presença (Presence)**; trad. Ivo Kortowki; 256 p.; 11 caps.; 19 citações; 15 ilus.; 1 gráf.; 302 refs.; 16 x 23 cm; br.; Sextante; Rio de Janeiro, RJ; 2016; páginas 133, 134 e 153.
- <sup>4</sup> Vieira, Waldo; **Expressão Facial**; verbete; In: Vieira, Waldo; Org.; *Encyclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; CLXXIV+23.004 p.; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 274 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 13.896 refs.; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 9<sup>a</sup> Ed. Digital; rev. e aum.; Associação Internacional de Encyclopédia Conscienciológica (ENCYCLOSSAPIENS); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 10.696 a 10.699; disponível em: <<http://encyclossapiens.space/nona/ECDigital9.pdf>>; acesso em: 19.05.20; 09h09.
- <sup>6,9</sup> Vieira, Waldo; **Dicionário de Argumentos da Conscienciologia**; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.572 p.; 1 blog; 21 E-mails; 551 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 18 fotos; glos. 650 termos; 19 websites; alf.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2014; páginas 1.363 e 1.405.



**Flávia Aouar (1981-)** é psicóloga pós-graduada em Psicologia Positiva. Brasileira, natural de Brasília, DF. Voluntária da Conscienciologia desde 2001, professora de Conscienciologia desde 2004, tenepessista desde 2009 e pesquisadora residente no Campus da Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC) desde 2011. Verbetógrafa da Encyclopédia da Conscienciologia e autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2017.



## VOCÊ IDENTIFICA APRIORISMOS NA MANIFESTAÇÃO PESSOAL?

*Luísa Consciência*

O apriorismo em si é condição neutra. Significa estabelecer julgamentos a partir de elementos prévios, *a priori*. Pode ocorrer de modo homeostático na vivência diária, quando, por exemplo, se faz uso antecipado do autodiscernimento (*apriorismo sadio*), ou de modo patológico, refletido na rigidez ao lidar com novos fatos e inevitáveis mudanças de vida, mantendo a consciência fixada na condição de estagnação evolutiva (*apriorismose*).

Importa diferenciar, no contexto da autopesquisa, as *autoconvicções lúcidas*, resultantes de reavaliações e reajustes a partir da experimentação pessoal, das *crenças irracionais* desencadeadoras do apriorismo patológico. Estas últimas mutilam o ato de pensar, na medida em que a expressão da consciência fica condicionada por este redutor do autodiscernimento.

Vieira<sup>2</sup> define apriorismose como “a qualidade, condição ou estado cronicificado do apriorista, somente capaz de raciocinar a priori, a partir de elementos prévios fixados, sem exame, análise ou verificação, independente da facticidade ou da parafacticidade”.

São exemplos de apriorismoses: pré-julgamentos, preconceitos, superstições, monoideísmos, ideias fixas, dogmas pessoais, repressões, autoconvicções, inflexibilidade cognitiva, bloqueio da criatividade, ausência de autocrítica, achismos.

### Desconstrução dos apriorismos para-patológicos

**1. Autoinvestigação.** O primeiro passo para autocura da consciência apriorista é se perceber como tal e ser investigadora de si própria, por

meio dos fatos e parafatos, listando os pensamentos e manifestações aprioristas no cotidiano.

**2. Autodiagnóstico.** Em seguida, recomenda-se identificar os padrões pensênicos rígidos, limitadores, verificando as circunstâncias associadas em que estes se manifestam, para se chegar ao autodiagnóstico.

**3. Autenfrentamento.** A partir da autocritica lúcida, a pessoa decidida em se melhorar começa a desconstruir os apriorismos parapatológicos, verificando as justificações geradoras desses patopensamentos. Esta etapa de autenfrentamento exige postura autoinvestigativa permanente. Existem técnicas autoconsciencioterápicas úteis para a identificação e enfrentamento deste funcionamento. Enumeram-se duas delas:

a. *Técnica da percepção das autojustificativas.* Consiste na enumeração das pseudojustificativas observadas durante a interlocução ou pensenização diária, relacionadas a ações ou comportamentos antievolutivos, utilizadas como mecanismo de defesa, fuga ou evitação do autoconflito, amenização das autoincoerências e acobertamento de erros, falácias lógicas ou intenções negativas. Na aplicação da técnica, sugere-se identificar palavras ou expressões geralmente utilizadas nas justificativas: mas, porém, todavia, contudo, seria, estaria, teria.

b. *Técnica do estudo temático.* Permite ampliar a autocognição em relação aos mecanismos de funcionamento apriorísticos, bem como em relação à sua desconstrução, buscando, com abertismo, novas formas de análise dos fatos e modos de atuar, a partir da construção de neossinapses.

**4. Autossuperação.** A manutenção dos autenfrentamentos e o monitoramento de indicadores de autossuperação definidos, como por exemplo, estar aberto à análise de novas ideias, mudar de opinião de modo sustentado, entre outros, con-

tribuem para a autossuperação da manifestação pensêntica de autoconvicções rígidas e monodimensionais por novas formas de conduta cosmoética, sustentada em valores evolutivos.

Em contrapartida, o interesse genuíno da consciência em se compreender e descobrir por si própria a leva a novas formas de analisar fatos e parafatos, sem se acomodar passivamente ao saber das convicções dos outros a seu respeito ou às autoconvicções construídas, mantendo a curiosidade crítica evolutiva.

A apriorismose pode estar na base da inadaptação existencial do intermissivista, quando este sobrepõe modos de pensar passados, antievolutivos, frente às aprendizagens recentes do Curso Intermissivo, não se predispondo a encarar as renovações pessoais necessárias. Quando a pessoa não se abre para novos pontos de vista, permanece fixada aos autodiagnósticos superficiais realizados por si mesma.

### Referências Bibliográficas:

<sup>1</sup> Almeida, Marco Antônio; Menezes, Gláucia; & Takimoto, Marília; **Apriorismose**; Artigo; *Proceedings of the 4th Consciential Health Meeting (Anais da IV Jornada de Saúde da Consciência)*; Foz do Iguaçu, PR; 07-10.09.06; *Journal of Conscientiology*; Revista; Trimestral; Vol. 9; N. 33-S; 3 microbiografias; 10 enus.; 3 tabs.; 46 refs.; International Academy of Consciousness (IAC); London; September, 2006; páginas 203 a 212.

<sup>2</sup> Vieira, Waldo; **Apriorismose**; verbete; In: Vieira, Waldo; Org.; **Encyclopédia da Conscienciologia**; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 3; 1.112 citações; 11 cronomologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9<sup>a</sup> Ed. rev. e aum.; Associação Internacional de Encyclopédia Conscienciológica (ENCYCLOSSAPIENS); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 1.559 a 1.561.

<sup>3</sup> Vieira, Waldo; **Dicionário de Argumentos da Conscienciologia**; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.572 p.; 1 blog; 21 E-mails; 551 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 18 fotos; glos. 650 termos; 19 websites; alf.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2014; página 81.

<sup>4</sup> Vieira, Waldo; **Homo sapiens pacificus**; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.584 p.; 24 seções; 413 caps.; 402 abrevs.; 38 E-mails; 434 enus; 484 estrangeirismos; 1 foto; 37 ilus.; 168 megapenseses trivocabulares; 1 microbiografia; 36 tabs.; 15 websites; glos. 241 termos; 25 pinacografias; 103 musicografias; 24 discografias; 20 cenografias; 240 filmes; 9.625 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21,5 x 7,5 cm; enc.; 3<sup>a</sup> Ed. Gratuita; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAAC); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2007; páginas 586 e 587.

<sup>5</sup> Almeida, Marco; Haymann, Maximiliano; & Remedios, Juliana; Orgs.; **Dicionário de Consciencioterapeutologia com Termos Multilingues Equivalentes**; revisores Equipe de Revisores da OIC; neologistas multilíngues: Equipe de Idiomas da OIC; 1.412 p.; glos. 400 termos (verbetes); 400 termos em alemão; 400 termos em espanhol; 400 termos em francês; 400 termos em inglês; 4 apênd. (1 apênd.: BEE da Consciencioterapeutologia: 575 refs.); 845 enus.; 50 especialidades; 54 microbiografias; 3 quadros sinópticos; 1 tab.; 45 verbetógrafos; 161 filmes; 111 webgrafias; 1.100 refs.; 9 índices; alf.; 28 x 21 cm; enc.; Associação Internacional Editares; & Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC); Foz do Iguaçu, PR; 2022; páginas 84 e 996.



**Luisa Consciência (1966-)** é psicóloga especialista em Clínica e Saúde, pós-graduada em Psicoterapia. Portuguesa, natural de Lourenço Marques. Voluntária da Conscienciologia desde 2014, professora de Conscienciologia desde 2018 e tenepesta desde 2015. Verbetógrafa da Encyclopédia da Conscienciologia e autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2021.



## COMO ENFRENTAR A PUSILANIMIDADE?

*Lourdes Viana*

Você deseja realizar algo, mas falta energia para executar as ações necessárias de modo a concretizar seus planos e metas?

Já pensou sobre os bloqueios ou travões, e suas causas, que o impedem de agir ou o levam às postergações?

Percebe que a manutenção desses comportamentos pode levar à estagnação evolutiva?

Uma das causas destas dificuldades pode ser a pusilanimidade, ou seja, a fraqueza de ânimo, energia e decisão, provocando o recuo em momentos de decisões importantes da vida por medo diante de pressões assediadoras.

A manifestação desse traço-fardo na consciência intermissivista pode levar ao desvio da programação existencial, comprometendo a sua inserção no trabalho proexológico grupal.

Algumas características destas manifestações da consciência pusilâmine podem ser listadas:

1. Banalização dos próprios traidores.
2. Dificuldade em lidar com as heterocríticas.
3. Evitação de situações em que se sente vulnerável.
4. Interpretação do erro como fracasso.
5. Necessidade de heteraceitação e heteraprovação.
6. Omissão deficitária devido ao medo de errar.
7. Parálisia diante das dificuldades pessoais.
8. Postergação de decisões ou posicionamentos.
9. Preocupação com a autoimagem e foco no ego.

10. Utilização do perfeccionismo como mecanismo de defesa.

11. Dificuldade em assumir ideias ou posturas novas.

Diversos traços de personalidade podem contribuir para a instalação e a manutenção deste quadro nosográfico. Dentre eles, destacamos: a dificuldade em assumir ideias e posturas novas, a preocupação com a autoimagem, o perfeccionismo, a insegurança, o medo de expor suas dificuldades, de errar e de discordar.

Um dos fatores que pode levar à manifestação da pusilanimidade é o medo de enfrentar os assediadores extrafísicos, prováveis complices de ações anticosmoéticas do passado, que ainda não têm interesse em se reciclar. Desta forma, a consciência pusilâmine pode acopliciar-se com o grupo extrafísico e recuar em seus objetivos proexológicos, não aproveitando as oportunidades evolutivas e paralisando a consecução da proéxis.

Nesta condição, pode ocorrer o assédio interconsciencial mútuo, com reforço da interprisão grupal, de acordo com o Princípio da Inseparabilidade Grupocármica. A cumplicidade doente mantém e reforça a interprisão. A consciência intermissivista ao vitimizar-se, dramatiza a situação, recolhe-se e não assume o seu papel de assistente do grupo. As consciências extrafísicas patológicas podem potencializar a insegurança e o medo.

Como consequência, pode haver a intensificação de sentimentos de autoculpa, desencadeando sofrimento consciencial, levando à instalação de um quadro de melancolia intrafísica (melin).

Também podem ocorrer:

1. Procrastinação evolutiva.
2. Atraso consciencial anticosmoético.
3. Decisões adiadas.
4. Pseudodesconforto antievolutivo.
5. Uso do “caminho mais fácil”.
6. Acomodação pessoal.

Segundo Vieira<sup>1</sup>, acontece de a consciência intermissivista trabalhar com toda a motivação para o cumprimento da proéxis e ser descoberta pelos assediadores, companheiros de atitudes anticosmoéticas do passado, e estes fazerem-lhe pressão e provocar-lhe o recuo, sentimento de autoculpa, medos, paralisias, mantendo assim a interprisão grupocármica. A não confrontação e o recuo das atividades provocam alívio momentâneo, porém reforçam a fobia, gerando um ciclo interminável de fugas e evitações. A consciência substitui o prioritário para o cumprimento da sua proéxis pelo não prioritário, levando posteriormente ao incompletismo existencial.

Algumas posturas e técnicas podem auxiliar na compreensão e no autenfrentamento da pusilanimidade:

**1. Identificação dos traços.** Listar os traços e potenciais, identificando as situações em que foram aplicados. Ao reconhecer e assumir os traços fortes, positivos da sua personalidade, a consciência aumenta a autossegurança para realizar os objetivos pessoais.

- 2. Técnica da qualificação da intenção.** Perguntar-se, ao analisar as escolhas pessoais, utilizando máxima autenticidade, as perguntas clássicas do procedimento: Por quê?, Para quê?, Para quem?. As autorrespostas ajudam a avaliar o grau de cosmoeticidade das ações.
- 3. Técnica da checagem autopen-sênica.** A identificação e reflexões acerca da autopensenidade, por meio do autodiscernimento e do parapsiquismo, auxiliam na avaliação do grau de autenticidade nas manifestações, levando a ajustes, diminuindo as dramatizações das situações e a autocorrupção dos próprios valores.
- 4. Técnica da ação pelas prioridades.** Para tornar factível a proposta de reciclar o traço-fardo da pusilanimidade, após a autanálise criteriosa de sua manifestação, o evoluinte pode dividir as autoprescrições de enfrentamento em ações mais simples e encadeadas, com o objetivo de superar a dificuldade maior. Após as pequenas autossuperações, percebe o aporte de energia, o qual gera maior motivação para continuar o processo, estabelecendo um mecanismo de reforço positivo, aumentando a autoconfiança.
- 5. Técnica da tenepe.** A prática da tenepe, com assistência aos grupos extrafísicos do passado, facilita a reconciliação grupocármica, propiciando à consciência maior autonomia e autossegurança em suas manifestações.

O cumprimento dos compromissos evolutivos assumidos no curso intermissivo e o autexemplarismo das novas posturas, com atitudes mais maduras e cosmoéticas, favorecem reciclagens em alguns membros dos grupos intrafísico e extrafísico, iniciando o processo de recomposição grupocármica.

É necessário manter a autovigilância constante de modo a não permitir a ocorrência de interferências nas diretrizes básicas da programação existencial identificada pela consciência intermissivista.

### **Referência Bibliográfica:**

<sup>1</sup> Vieira, Waldo; **Dicionário de Argumentos da Conscienciologia;** revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.572 p.; 1 blog; 21 E-mails; 551 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 18 fotos; glos. 650 termos; 19 websites; alf.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2014; página 152.

### **Sugestões de Leitura:**

Guimarães, Daniela; **Medo de Errar;** verbete; In: Vieira, Waldo; Org.; **Encyclopédia da Conscienciologia;** apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 18; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9<sup>a</sup> Ed. rev. e aum.; Associação Internacional de Encyclopédia Conscienciológica (ENCYCLOSSAPIENS); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 14.712 a 14.717.

Lima, André; **Medo;** verbete; In: Vieira, Waldo; Org.; **Encyclopédia da Conscienciologia;** apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 18; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9<sup>a</sup> Ed. rev. e aum.; Associação Internacional de Encyclopédia Conscienciológica (ENCYCLOSSAPIENS); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 14.688 a 14.695.

Viana, Lourdes; **Autoenfrentamento da Pusilanimité para a Retomada da Proéxis;** Artigo; *Conscientiotherapy*; Revista; Anuário; Ed. Especial; Ano 8; N. 8; Seção: Autoconsciencioterapia; 1 E-mail; 6 enus.; 1 microbiografia; 4 técnicas; 11 refs.; Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC); Foz do Iguaçu, PR; Abril, 2019; páginas 87 a 98



**Lourdes Viana (1955-)** é médica especialista em Pediatria, Medicina Preventiva e Social, mestre em Estudos de Ciências da Saúde e Meio Ambiente. Brasileira, natural de Vitória da Conquista, BA. Voluntária da Conscienciologia desde 2002, professora de Conscienciologia desde 2004 e tenepesta desde 1999. Autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2018.



## VOCÊ TEM O HÁBITO DA AUTORREFLEXÃO SADIA?

Flávia Aouar

A autorreflexão sadia consiste em realizar o recolhimento íntimo a fim de desenvolver solilóquios maduros e produtivos, com disposição sincera em se autocurar dos males pessoais, a caminho da conquista de maior equilíbrio e qualificação da interassistencialidade.

Esta prática pode trazer soluções para dúvidas, dificuldades, dilemas e impasses pessoais, resultando em alívio, leveza, liberdade, relaxe e soltura, por possibilitar o acesso a neoângulos resolutivos para crises e desconfortos pessoais<sup>1</sup>.

### Como começar a realizar solilóquios produtivos?

Para estabelecer o bom hábito da autorreflexão sã, comece por se permitir uma pausa nos afazeres cotidianos. Reserve horário e local apropriado, sem interrupções, para manter-se imerso neste propósito definido, inicialmente por pelo menos uma hora, visando posteriormente estender este período.

Procure circular as energias, instalar o estado vibracional e exteriorizar energias por todos os chacras, de modo a estabelecer, por meio da própria vontade, um estado íntimo de maior pacificação. Então, comece a refletir acuradamente sobre determinado ponto elegido para análise e reciclagem pessoal.

### Que caminho seguir nas autorreflexões?

Durante os momentos destinados às autorreflexões evolutivas, podem ser percebidas diversas reações no corpo físico, energético, emocional e mental (holossoma). Procure manter a meta de instalar um padrão de acalmia holossomática, predisponente à colheita de melhores frutos do experimento em curso.

Há inúmeras possibilidades de vertentes de raciocínio, sendo que a decisão sobre qual caminho seguir é exclusivamente da própria consciência. A título de exemplo, são citadas duas opções de abordagens pensênicas antípodas frente ao desafio da reciclagem intraconsciencial:

- 1. Procurar as ameaças:** neste padrão pensêncio egocentrado, a perspectiva de mudança pode ser visualizada pela lente do medo ou raiva, buscando possíveis ameaças, conduzindo ao retraimento ou exasperação emocional e à estreiteza dos atributos mentaisomáticos. Esta postura tende a inviabilizar ponderações lúcidas e contribuições interassistenciais expressivas ao contexto específico examinado.
- 2. Procurar ser assistencialmente ativo:** neste outro viés pensêncio, observa-se o foco racional, autodesassediante e altruísta, conduzindo à ampliação dos recursos mentaisomáticos e ao acréscimo de energia. Esta abordagem proativa pode gerar compreensões mais aprofundadas e amplas do contexto analisado e possíveis atuações esclarecedoras e resolutivas a serem tomadas a partir da prática autorreflexiva.

A premissa de se começar pensando em algo positivo, a exemplo da melhor forma de se auxiliar as consciências em determinada injunção em que se encontra inserido, abre as portas para novas associações de ideias, e pode fundamentar a captação de inspirações por parte de possível amparo extrafísico<sup>1</sup>.

Deste modo, observa-se que as reflexões pessoais tendem a ser otimizadas quando a intenção da consciência é a de *sair da própria bolha para colocar a mão na massa* interassistencialmente, avistando além do próprio *umbigo*.

### O que posso adicionar às autorreflexões?

As câmaras de introspecção pessoais podem ser embasadas em premissas úteis, convergentes ao foco da reciclagem intraconsciencial em curso. O contato junto a neoperspectivas evolutivas, a exemplo das listadas a seguir, favorece à ampliação da mundividência pessoal<sup>1</sup>.

- 1. Cláusula pétreia.** Que tarefa mais elevada que foi destinada a você? Sem dúvida é o núcleo da autoprogramação existencial exposto pela cláusula pétreia.
- 2. Doação.** Viemos à vida intrafísica para receber longa série de coisas a fim de doá-las aos outros. Somos tão somente intermediários. O inteligente é ver onde podemos ajudar mais ao maior número de consciências.
- 3. Aportes.** Caso você desvalorize os aportes recebidos na vida humana, pode estar *sentado num saco de moedas de ouro e pedindo um trocado*. Para a consecução da proéxis você há de mostrar a que veio.

### Referência Bibliográfica:

<sup>1</sup>Vieira, Waldo; **Dicionário de Argumentos da Conscienciologia;** revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.572 p.; 1 blog; 21 E-mails; 551 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 18 fotos; glos. 650 termos; 19 websites; alf.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2014; páginas 267 e 1.034 a 1.035.

### Quais os possíveis resultados observados?

Repetições calculadas de experimentos autorreflexivos sadios, em diferentes dias e horários, fornecem substratos à reciclagem de variados traços-fardos obsoletos e reforço à implementação consistente de traços-força no dia a dia.

Em decorrência, pode-se vivenciar acréscimos do nível de satisfação íntima perante os movimentos pró-evolutivos implementados, bem como experimentar o contentamento sereno pela percepção da participação ativa em interassistências multidimensionais, tanto a consciências intrafísicas quanto extrafísicas do grupo evolutivo.

Na prática, as reformas íntimas derivadas do hábito das introspecções sadias sucessivas podem ocorrer resumidamente de duas formas complementares, dinamizando a evolução consciencial:

- 1. Remissão direta:** de modo direto, ao se conscientizar, reconhecer e enfrentar nichos de imaturidades pessoais.
- 2. Remissão indireta:** de modo indireto, na qual observa-se redução progressiva e gradual da conflitividade pessoal à medida em que se vivencia interassistências multidimensionais rotineiras, a exemplo do que ocorre na tenepes, a tarefa energética pessoal<sup>1</sup>.



**Flávia Aouar (1981-)** é psicóloga pós-graduada em Psicologia Positiva. Brasileira, natural de Brasília, DF. Voluntária da Conscienciologia desde 2001, professora de Conscienciologia desde 2004, tenepessista desde 2009 e pesquisadora residente no Campus da Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC) desde 2011. Verbetógrafa da Encyclopédia da Conscienciologia e autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2017.



## COMO MANTER O HOLOPENSENE SALUTAR?

Meire Vieira

### Como você avalia a qualidade dos seus pensamentos, sentimentos e energias no cotidiano?

Holopensene é o neologismo proposto pela Conscienciologia, definido pelo conjunto de pensenes – pensamentos, sentimentos e energias – de determinado local, intrafísico ou extrafísico, consciência ou objeto. É a atmosfera dos pensamentos, ou ambiente pensêntico propriamente dito. Caracteristicamente, o holopensene acumula a média dos pensenes emitidos.

A manutenção do holopensene pessoal salutar é investimento profilático que a conscin lúcida pode fazer no desafio de manter-se conectada ao seu curso intermissivo durante a vida humana.

### Como manter o holopensene saudável em tempos de crise?

Em momentos de crises com repercussões ainda desconhecidas, é comum que extenso número de conscins e consciexes emitam pensenes carregados de medo, pânico, criando uma atmosfera nociva e patológica, que pode ser atratora de consciexes de mesmo padrão energético. É importante lembrar que as energias desarmônicas das consréus ressomadas predispõem à pressão holopensêntica patológica, que demanda um volume maior de assistência.

Nesse contexto mundial, a responsabilidade do intermissivista aumenta, especialmente em se manter no fluxo interassistencial, mantendo seu holopensene renovador, buscando alternativas inovadoras para o enfrentamento do holopensene patológico. É desafio ao intermissivista a manutenção do holopensene pessoal hígido, focado na interassistencialidade a partir do seu materpensene pró-amparador.

### Que condutas práticas podem ser adotadas?

Eis, listadas abaixo, 5 condutas práticas que podem ser experimentadas pela conscin auto-motivada para a manutenção do holopensene salutar:

**Clima interconsciencial.** Estabelecimento de clima interconsciencial anticonflitivo, favorável à realização de objetivos interassistenciais. O holopensene pessoal influí no holopensene grupal.

**EV (Estado Vibracional).** Técnica de dinamização máxima das energias, acessível a qualquer pessoa motivada, e que pode ser utilizada para manter a profilaxia e favorecer a abertura para a criatividade, melhorando a consciencialidade de quem a pratica<sup>1</sup>.

**Interassistência.** Manter-se em postura interassistencial, procurando disponibilizar-se para o auxílio técnico possível, com olhar de fraternidade.

**Ortopensenidade.** A ampliação da pensinidade sadia é condição para a manutenção do holopensene hígido. Tudo muda para melhor ao seu redor quando você amplia a ortopensenidade<sup>2</sup>.

**Renovação.** A renovação é uma lei básica da evolução. Manter-se predisposto a renovações conscienciais é atitude profilática à estagnação, estimulando o acesso a neoideias.

Qual ação você pode implementar em seu dia a dia para favorecer a manutenção do holopensene salutar pró-amparador?

## Referências Bibliográficas:

- <sup>1</sup> **Vieira, Waldo; Léxico de Ortopensatas;** revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 2 Vols.; 1.800 p.; Vols. 1 e 2; 1 blog; 652 conceitos analógicos; 22 E-mails; 19 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 17 fotos; glos. 6.476 termos; 1.811 megapenseses trivocabulares; 1 microbiografia; 20.800 ortopensatas; 2 tabs.; 120 técnicas lexicográficas; 19 websites; 28,5 x 22 x 10 cm; enc.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2014; página 799.
- <sup>2</sup> **Vieira, Waldo; Homo sapiens reurbanisatus;** revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.584 p.; 24 seções; 479 caps.; 139 abrevs.; 12 E-mails; 597 enus.; 413 estrangeirismos; 1 foto; 40 ilus.; 1 microbiografia; 25 tabs.; 4 websites; glos. 241 termos; 3 infográffs.; 102 filmes; 7.665 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21 x 7 cm; enc.; 3<sup>a</sup> Ed. Gratuita; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2004; página 800.



**Meire Vieira (1970–)** é psicóloga especialista em Psicoterapia de Orientação Psicanalítica e mestre em Saúde Pública. Brasileira, natural de Araraquara, SP. Voluntária da Conscienciologia desde 2001, professora de Conscienciologia desde 2003 e tenepesta desde 2015. Autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2019.



## COMO APLICAR A TÉCNICA DA ROTINA ÚTIL?

*Ermania Ribeiro*

### Você mantém rotina útil ou utiliza seu tempo de maneira improdutiva?

Talvez essa pergunta não faça sentido para quem não valoriza a autevolução ou a oportunidade da interassistência multidimensional diária.

O intermissivista, consciencioso e ciente dos compromissos proexológicos, percebe não ter renascido ou ressomado por acaso, mas para cumprir alguma tarefa. Essa sensação íntima o impulsiona a buscar formas ou rotinas nas quais possa levar tudo de certo, com produtividade interassistencial.

Conhecer e aplicar técnicas otimizadoras de autorganização, por exemplo, a técnica da rotina útil, pode dinamizar a produtividade<sup>1</sup>.

A constância e manutenção da rotina útil cria neo-hábitos saudáveis que, ao longo do tempo, firma a vontade e enraíza a interassistência a nível multidimensional.

“As rotinas detalhistas assentam as paramotinas detalhistas”<sup>2</sup>.

### Quais os passos para se estabelecer uma rotina útil?

“A rotina útil é a técnica da sequência lógica, temporal ou diária de atos ou procedimentos constantes, impostos tecnicamente à própria vida pessoal, por força da repetição de hábitos sadios e uniformes, capazes de potencializar a consecução cosmoética da programação existencial específica da consciência lúcida”<sup>3</sup>.

Os seguintes efeitos podem ser observados na aplicação da técnica da rotina útil:

1. Qualificação dos hábitos pessoais.
2. Melhora da autorganização e produtividade.
3. Identificação do *modus operandi* ou do jeito de funcionar diário.
4. Bem-estar a partir do *checklist* das metas diárias realizadas.
5. Ampliação da autocognição pela identificação dos valores pessoais, trafores, trafores e trafais na análise da rotina.

Antes de estabelecer uma rotina útil, é interessante investigar e detalhar aquela sequência de ações já constituída. Eis três etapas importantes antes da implementação da técnica da rotina útil:

#### I. Diagnóstico inicial:

1. Listar as atividades da rotina diária durante uma semana.
2. Identificar se as atividades correspondem às metas estabelecidas.
3. Classificar o que considera produtivo ou improdutivo.

#### II. Planejamento:

1. Descartar ações consideradas improdutivas.
2. Traçar metas evolutivas de curto, médio e longo prazo.
3. Organizar a agenda em planilha semanal, composta dos dias da semana na horizontal e o tempo (intervalo de 1h) na vertical.
4. Manter a constância da rotina autorganizada.
5. Avaliar semanalmente o desempenho da técnica.
6. Fazer os ajustes necessários.

### **III. Premissas:**

1. Considerar os imprevistos. Flexibilizar, se necessário.
2. Atender ao prioritário.
3. Atentar-se para o megaobjetivo, sem perder a atenção aos pequenos acontecimentos do cotidiano.
4. Respeitar a fisiologia humana: exercícios físicos, alimentação, horas de sono, contatos sociais.
5. Atender a todas as áreas da vida humana.
6. Considerar o tempo de deslocamento entre as atividades.

Se o desempenho na aplicação da técnica se mostrar insatisfatório por muitas semanas seguidas, é necessário identificar se as rotinas propostas estão coerentes com os valores pessoais, ou se não são prioritárias nem condizentes com o atual momento evolutivo, ou, ainda, investigar outros motivos, por exemplo, fuga da autorresponsabilidade.

Por exemplo, no planejamento das metas, a pessoa estabeleceu usar 3h da agenda diária para a escrita do livro, porém trabalha 8h por dia e gasta 2h para ir e voltar do trabalho. Nesse caso, o coerente seria reservar o horário da escrita para o final de semana ou diminuir para 1h o tempo de escrita durante a semana.

### **Qual a relação entre o estabelecimento e manutenção da rotina útil com a Cosmoética?**

A programação existencial do intermissivista tem orientação para a assistência a grupo ou grupos específicos. Houve planejamento prévio, relacionado ao paradever, segundo o princípio prático da Conscienciologia: “que aconteça o melhor para todos”<sup>4</sup>.

O não cumprimento das metas pode significar atraso evolutivo ou falta de cosmoética perante si mesmo, pelo abandono dos autocompromissos firmados, tendo em vista a máxima: “*Dever para consigo mesmo: o aprimoramento consciencial, evolutivo, cosmoético*”<sup>5</sup>.

Ao identificar marasmo, procrastinação, atraso evolutivo, desvio de proéxis; ou então, em perfis dinâmicos, constatar dispersão, desorganização, dificuldade em manter a disciplina, a ordem e o continuísmo (síndrome da dispersão consciencial), o mais cosmoético é partir para o autenfrentamento com ações práticas. A técnica da rotina útil pode auxiliar sobremaneira nesses casos.

O livre-arbítrio aplicado à escolha da rotina útil, pode ser um indicador de inteligência evolutiva da consci.

## Referências Bibliográficas:

- <sup>1</sup> Almeida, Marco; Haymann, Maximiliano; & Remedios, Juliana; Orgs.; *Dicionário de Consciencioterapeuticologia com Termos Multilíngues Equivalentes*; revisores Equipe de Revisores da OIC; neologistas multilíngues: Equipe de Idiomas da OIC; 1.412 p.; glos. 400 termos (verbetes); 400 termos em alemão; 400 termos em espanhol; 400 termos em francês; 400 termos em inglês; 4 apênds. (1 apênd.: BEE da Consciencioterapeuticologia: 575 refs.); 845 enus.; 50 especialidades; 54 microbiografias; 3 quadros sinópticos; 1 tab.; 45 verbetógrafos; 161 filmes; 111 webgrafias; 1.100 refs.; 9 índices; alf.; 28 x 21 cm; enc.; Associação Internacional Editares; & Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC); Foz do Iguaçu, PR; 2022; páginas 1.018 a 1.020.
- <sup>2</sup> Vieira, Waldo; *Léxico de Ortopensatas*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo, CEAEC & EDITARES; 3 Vols.; 2.084 p.; Vols. I, II e III; 652 conceitos analógicos; 30 E-mails; 4 enus.; 1 esquema de evolução consciencial; 2 fotos; glos. 7.518 termos; 2.313 megapenseses trivocabulares; 1 microbiografia; 25.183 ortopensatas; 1 tab.; 120 técnicas lexicográficas; 26 websites; 28,5 x 22 x 13 cm; enc.; 2<sup>a</sup> Ed. rev. e aum.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2019; páginas 1.776 e 1.777.
- <sup>3</sup> Vieira, Waldo; *Rotina Útil*; verbete; In: Vieira, Waldo; Org.; *Encyclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; CLXXIV+23.004 p.; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 274 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 13.896 refs.; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 9<sup>a</sup> Ed. Digital; rev. e aum.; Associação Internacional de Encyclopédia Conscienciológica (ENCYCLOSSAPIENS); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 19.878 a 19.880; disponível em: <<http://encyclossapiens.space/nona/ECDigital9.pdf>>; acesso em: 10.06.20; 08h00.
- <sup>4</sup> Vieira, Waldo; *700 Experimentos da Conscienciologia*; revisores Ana Maria Bonfim; Everton Santos; & Tatiana Lopes; 1.088 p.; 40 seções; 100 subseções; 700 caps.; 147 abrevs.; 1 blog; 1 cronologia; 100 datas; 20 E-mails; 600 enus.; 272 estrangeirismos; 1 fórmula; 1 foto; 1 microbiografia; 56 tabs.; 57 técnicas; 300 testes; 21 websites; glos. 280 termos; 5.116 refs.; alf.; geo.; ono.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; 3<sup>a</sup> Ed. rev. e aum.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2013; página 70.
- <sup>5</sup> Vieira, Waldo; *Paradever*; verbete; In: Vieira, Waldo; Org.; *Encyclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; CLXXIV+23.004 p.; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 274 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 13.896 refs.; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 9<sup>a</sup> Ed. Digital; rev. e aum.; Associação Internacional de Encyclopédia Conscienciológica (ENCYCLOSSAPIENS); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 16.432 a 16.435; disponível em: <<http://encyclossapiens.space/nona/ECDigital9.pdf>>; acesso em: 22.06.20; 19h00.



**Ermania Ribeiro (1967–)** é psicóloga e farmacêutica-bioquímica, pós-graduada em Psicologia Positiva e formação em Biossíntese. Brasileira, natural de Irecê, BA. Voluntária da Conscienciologia desde 2011, professora de Conscienciologia desde 2011, tenepessista desde 2012 e pesquisadora residente no Campus da Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC) desde 2020. Verbetógrafa da Encyclopédia da Conscienciologia e autora de artigos conscienciológicos. Autora do livro Diário de Experiências Cognopolitanas (2020). Consciencioterapeuta desde 2015.



## ESTA AÇÃO FOI ASSERTIVA OU ACERTADA?

Flávia Aouar

### Existe diferença?

Ao contrário do que muitos pensam, assertivo e acertado são vocábulos de significados diferentes, mas passíveis de interrelação. O estudo da origem das palavras (etimologia) nos ajuda a esclarecer algumas particularidades conceituais<sup>1</sup>:

- 1. Assertivo.** O termo *assertivo* vem de *asserto* e este do idioma Latim, *assertum*, “proposição afirmativa, asserção, afirmação”. Surgiu no Século XVI.
- 2. Acerto.** A palavra *acerto* vem de *certo*, e esta do idioma Latim, *certus*, “resolvido, decidido, correto”. Apareceu no Século XIII.

Conhecer as aplicações e implicações destes conceitos pode auxiliar na calibragem cosmoética das manifestações pessoais, favorecendo ajustes lúcidos de variadas condutas cotidianas.

### Assertividade

A assertividade possui diferentes abordagens e perspectivas de aplicação. Algumas definições na área das ciências humanas são destacadas a seguir, em ordem alfabética:

- 1. Autafirmação.** Assertividade é a capacidade de autafirmar os próprios direitos, sem se deixar manipular e sem manipular os demais<sup>2</sup>.
- 2. Defesa.** “Agir assertivamente significa defender-se em situação de injustiça ou, no mínimo, buscar restabelecer uma norma que, quando rompida, causa algum tipo de prejuízo à pessoa ou a seu grupo”<sup>3</sup>.
- 3. Expressão.** Habilidade multivariada manifesta em situações de interação interpessoal, caracterizada por ações que revelam a capacidade de discordar de outrem (dizer não), autafirmar-se, pedir e fazer exigências sem cons-

trangimentos, e expressar livremente qualquer sentimento, seja positivo ou negativo<sup>4</sup>.

Pelo paradigma consciencial, a concepção da assertividade adquire novos contornos, emergindo o conceito conjugado da *assertividade cosmoética*. Nesta vertente, é contemplado o dever interassistencial acima da defesa do direito individual de se autafirmar. “*Todos os atos cosmoéticos das consciências são altruístas em sua essência*”<sup>5</sup>.

A vivência da assertividade apenas pela moral humana pode não incluir a abnegação sadia e racional presente na consciência cosmoética, a qual esforça-se por aplicar na prática os preceitos avançados da moral cósmica, universal e multidimensional, considerando com detalhismo a abrangência dos efeitos dos próprios atos.

Deste modo, sob a ótica da Comunicologia, a *assertividade cosmoética* pode ser definida pela habilidade consciencial de expressar os pensamentos, sentimentos e energias (pensées) de maneira clara e afirmativa, com lisura de posturas, ações e procedimentos interassistenciais<sup>6</sup>.

A Assertivologia é a ciência que estuda os atos ou efeitos das condutas assertivas cosmoéticas, envolvendo variegadas posturas íntimas de elevado nível de autodiscernimento, por exemplo: confiança, convicção, decisão, determinação, firmeza, retidão, segurança e objetividade. O intuito da Assertivologia é buscar sempre a Acertologia<sup>7</sup>.

## **Acerto**

A Acertologia é a ciência aplicada ao estudo do ato ou efeito de acertar. Pode ser compreendida pela correção, exatidão ou precisão de condutas em detrimento de omissões deficitárias, enganos, equívocos, cincadas, falhas ou erros propriamente ditos.

O exercício constante da autocrítica, caracterizada pela autapreciação cosmoética, ajustada, lúcida, correta e precisa de si mesmo, facilita à consciência interessada a identificação de manifestações desviantes componentes da *tríade da erronia*, identificáveis por meio de 3 atos parapatológicos, em escala ascendente de disfuncionalidade<sup>8</sup>:

- 1. Omissão deficitária.** Manifestação consciencial faltosa, lacunada, descuidada quanto às demandas existenciais, ocasionando perda de oportunidades evolutivas.
- 2. Engano.** Ato equivocado, irregular, tolo, deslocado ou extemporâneo devido a juízo falso, com repercussões conscienciais desequilibradoras.
- 3. Erro.** Atitude incorreta, distorcida, regressiva, a qual, se mantida de modo renitente, contumaz e recalcitrante, consolida a autocorrupção, abrindo caminho para a melancolia intrafísica (melin).

O princípio cosmoético que rege as condutas pautadas na Acertologia é a autocorreção imediata a partir da constatação de omissão, engano ou erro, que podem interatuar de modo isolado ou conjunto. Para tanto, é necessária análise autocrítica desdramatizada das necessidades de ajustes íntimos, inerentes à evolução de qualquer consciência.

Demonstra inteligência evolutiva quem busca ao máximo as ações corretas, mediante a ampliação da capacidade de discernir entre o lógico e o ilógico, o ideal e o medíocre, e entre o sadio e o patológico nas tomadas de decisões. Esta postura atilada permite a entrada e a manutenção da consciência no megafoco evolutivo. *Acertar é humano*.

A paraterapêutica do acerto caracteriza-se, portanto, pela primazia da retidão moral, da linearidade cosmoética na emissão de pensamentos, sentimentos e energias (pensenes), ou seja, da vivência progressiva de autocorreções inevitáveis à evolução de todos os seres. “Os acertos evolutivos mexem na pensenosfera pessoal e influem na holosfera geral, ou seja, no Cosmos”<sup>7</sup>.

## Referências Bibliográficas:

- <sup>1</sup> Cunha, Antônio Geraldo da; **Dicionário Etimológico Nova Fronteira da Língua Portuguesa**; XXX + 839 p.; 229 abrevs.; 600 siglas; 2<sup>a</sup> Ed. rev. e ampl.; 15<sup>a</sup> impr.; 23 x 16 x 5 cm; *Nova Fronteira*; Rio de Janeiro, RJ; 1986, páginas 76 e 174.
- <sup>2</sup> Castanyer, Olga; **A Assertividade: Expressão de uma Auto-estima Saudável** (*La Asertividad, Expresión de una Sana Autoestima*); trad. Ana Corrêa da Silva; 170 p.; 7 caps.; 26 refs.; 3<sup>a</sup> Ed.; 14 x 21,5 cm; br.; *Tenacitas*; Coimbra; Portugal; 2002; página 25.
- <sup>3</sup> Prette, Almir Del; & Prette, Zilda A. P. Del; **Assertividade, Sistema de Crenças e Identidade Social**; Psicologia em Revista; Vol. 9; N. 13; Junho, 2003; página 131.
- <sup>4</sup> Gouveia, Valdiney Veloso; et al.; **Versão Brasileira da Escala de Assertividade Rathus: Teste da Validade de Constructo e Elaboração de Normas Diagnósticas**; Universidade Federal da Paraíba; S. D. ; página 163.
- <sup>5</sup> Vieira, Waldo; **700 Experimentos da Conscienciologia**; 1.058 p.; 700 caps.; 147 abrevs.; 600 enus.; 8 índices; 2 tabs.; 300 testes; glos. 280 termos; 5.116 refs.; alf.; geo.; ono.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; *Instituto Internacional de Projeciologia*; Rio de Janeiro, RJ; 1994; página 635.
- <sup>6</sup> Cerqueira, Flávia; **Assertividade Cosmoética**; Artigo; *Conscientia*; Revista; Vol. 9; N. 4; 23 enus.; 1 esquema; 12 refs.; *Associação Internacional do Centro dos Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAAC); Foz do Iguaçu, PR; Outubro-Dezembro, 2005; páginas 354 a 369.
- <sup>7</sup> Vieira, Waldo; **Dicionário de Argumentos da Conscienciologia**; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.572 p.; 1 blog; 21 E-mails; 551 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 18 fotos; glos. 650 termos; 19 websites; alf.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2014; páginas 80, 222 e 223.
- <sup>8</sup> Vieira, Waldo; **Tríade da Erronia**; verbete; In: Vieira, Waldo; Org.; *Encyclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; CLXXIV+23.004 p.; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 274 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 13.896 refs.; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 9<sup>a</sup> Ed. Digital; rev. e aum.; *Associação Internacional de Encyclopédia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 22.306 a 22.308; disponível em: <<http://encyclossapiens.space/nona/ECDigital9.pdf>>; acesso em: 03.06.20; 06h19.



**Flávia Aouar (1981-)** é psicóloga pós-graduada em Psicologia Positiva. Brasileira, natural de Brasília, DF. Voluntária da Conscienciologia desde 2001, professora de Conscienciologia desde 2004, tenepessista desde 2009 e pesquisadora residente no Campus da Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC) desde 2011. Verbetógrafa da Encyclopédia da Conscienciologia e autora de artigos conscienciológicos.



## QUAIS AS CAUSAS DA SUA DISPERSIVIDADE?

*Giuliano Derroso*

Vivemos em uma condição de vida intrafísica cada vez mais acelerada, com múltiplas tarefas, responsabilidades e papéis a serem desempenhados. Por vezes, temos a sensação de que estamos perdendo tempo, que não fazemos aquilo que é prioritário, que estamos atrasados e outras autocobranças relacionadas à produtividade. Neste contexto, é importante identificar se, de fato, vivenciamos algum nível de dispersão consciential, para pesquisar as causas deste processo.

O raciocínio autoconsciencioterápico é relevante na identificação das possíveis causas da autodispersividade, para que se possam trabalhar estratégias de autenfrentamento e autossuperação deste traço-fardo (trafar). Somente será possível a autocura desta condição parapatológica ao assumir o próprio nível de desorganização e reconhecer os prejuízos evolutivos advindos do desperdício das energias.

### O que é autodispersividade?

Segundo Vieira<sup>1</sup>, a autodispersividade é a característica do conjunto dos atos ou efeitos da pessoa dispersa ou desorganizada quanto aos autesforços evolutivos, tornando-a ineficiente na consecução da autoprogramação existencial (autoproéxis).

No nosso dia a dia é possível identificar diversos sintomas relacionados à autodispersividade, desde a vida intrafísica desorganizada, com acúmulo de tarefas, atrasos constantes, sensação de não estar “dando conta” das responsabilidades, até o descomprometimento com os autesforços evolutivos e a desconcentração perante as metas evolutivas.

Do ponto de vista das energias conscientiais, a autodispersividade pode ser verificada na falta de vivência e sustentação do estado vibracional (EV) profilático e a dificuldade de identificação da sinalética energética parapsíquica pessoal.

A acumulabilidade de fatos e parafatos e a auto-cientificidade nos experimentos parapsíquicos fica prejudicada pela falta de atenção e desorganização, presentes na dispersão consciential.

E você, consegue identificar as causas da sua autodispersividade? Está disposto ao autenfrentamento desta condição parapatológica?

### O que causa a dispersividade pessoal?

No mesmo verbete, Vieira<sup>1</sup> propõe 7 possíveis causas da autodispersividade, listadas, a seguir, em ordem alfabética:

- 1. Abstraimento.** Diz respeito à tendência da consciência em pensar fora da realidade dos fatos, de maneira patológica, vivendo “em um mundo paralelo, irreal”.
- 2. Circumpensenidade.** A forma da consciência de pensenizar de maneira redundante, sem chegar a nenhum objetivo.
- 3. Desatenção.** A dificuldade de concentração nas atividades diárias, a falta de foco evolutivo naquilo que é prioritário.
- 4. Desorganização.** A vivência desordenada ou mesmo desestruturada nas rotinas diárias, nos compromissos pessoais e na forma de gerenciamento do cotidiano.
- 5. Displícencia.** A falta de disciplina, constância, acabativa nas atividades diárias, nas metas pessoais e nos esforços autovolutivos.
- 6. Distração.** A falta de megafoco evolutivo, a dificuldade em estabelecer as prioridades.
- 7. Impulsividade.** A tomada de decisão precipitada, baseada em atributos emocionais, com baixo autodiscernimento e racionalidade.

E você, consegue identificar as causas da sua autodispersividade? Está disposto ao autenfrentamento desta condição parapatológica?

#### **Referência Bibliográfica:**

- <sup>1</sup> **Vieira**, Waldo; *Autodispersividade*; verbete; In: **Vieira**, Waldo; Org.; *Enciclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 5; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9<sup>a</sup> Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional de Encyclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 3.128 a 3.131.



**Giuliano Derroso (1982–)** é psicólogo e administrador de empresas, mestre em Administração e doutor em Sociedade, Cultura e Fronteiras. Brasileiro, natural de Porto Alegre, RS. Voluntário da Conscienciologia desde 1998, professor de Conscienciologia desde 2000 e tenepessista desde 2011. Autor de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2015.



## COMO USAR A LOGICIDADE AUTOPRESCRITIVA?

Flávia Aouar

Autoprescrição é a determinação íntima em empreender ações, técnicas, procedimentos e experiências práticas objetivando alcançar a autocura de entraves, empeços e pertúrbios pessoais.

Prosperamos evolutivamente na medida em que acertamos na elaboração de autoprescrições passíveis de, metaforicamente, *virar a chave, dar o click, trazer o insight, dar o pulo do gato* e, então, iluminar o exercício de nova perspectiva, não abordada sob aquele ângulo específico.

A natureza humana não falha. Vamos nos cercar positivamente de boas soluções, realistas e factíveis, para reverter tendências imaturas já mapeadas, utilizando a logicaidade autoprescritiva.

Para terem resultado, as autoprescrições traçadas devem ser afeitas à singularidade da consciência. Trata-se de autodeliberação raciocinada perante tendências pessoais à tergiversação, escamoteamento, ludibrião e fuga aos auto-diagnósticos traçados.

### Em que se baseiam as autoprescrições?

Os pensamentos, sentimentos e energias são ferramentas palpáveis e concretas, à disposição do livre-arbítrio da consciência. Pensenes sadios saciam a consciência faminta e sedenta de evolução.

A consistência dos esforços cosmoéticos permite a aplicação justa do autoritoabsolutismo, do autoimperdoamento, da busca pelo acerto e realização de autocorreções continuadas.

Evolução requer inevitavelmente ação. “Toda neoverpon precisa frutificar. Se permanece apenas como excentricidade é mera ideia gorada”<sup>1</sup>.

### Existem diferentes tipos de autoprescrições?

As autoprescrições podem ser abordadas em várias categorias, preferencialmente usadas em conjunto: proposta de novo comportamento evolutivo, cessação de atitude improdutiva, exercício de tonalidade afetiva sadia, vivências bioenergéticas autodesintoxicadoras, dentre outras.

Os efeitos positivos hauridos das autoprescrições são observados, por exemplo, no estabelecimento e reforço de neossinapses autodesassediadoras, capazes de nos colocarem em movimento pró-evolutivo contínuo.

### Que aspectos atentar para a elaboração das autoprescrições?

A autoprescrição nasce fundamentalmente da autodecisão. Trata-se de resolução madura, cultivada com critério e discernimento máximos. O momento do *turning point* evolutivo começa no *pen* do pensene.

O pacote ideativo das neodecisões irá embasar ações terapêuticas escolhidas pela própria consciência e, preferivelmente, deve ser:

1. Carregado de significado pessoal, ou seja, pautado em fatos e parafatos singulares que justifiquem para si mesmo o empenho na mudança. A compreensão do alcance da ideia deve causar ressonância dentro de si.
2. Detalhável nas menores condutas mentais e ações mínimas do dia a dia, e não em afirmações genéricas vazias.

## Em que exemplos de autoprescrições podemos nos inspirar?

A título de esclarecimento, segue proposta de 30 itens passíveis de compor o receituário pessoal evolutivo, seguidos de exemplos práticos. Estes funcionam ao modo de *slogans* de conduta prescritos pela consciência por si mesma e para si mesma enfrentar-se perante os desafios evolutivos do momento.

- 01. Não desperdiçar as chances evolutivas desta vida humana.** Ex.: identificar e criar oportunidades de contribuir em projeto assistencial alinhado aos objetivos evolutivos pessoais.
- 02. Valorizar e agir de modo coerente e consistente aos aportes existenciais.** Ex.: bancar e sustentar compromissos interassistenciais junto ao grupo evolutivo.
- 03. Eliminar autoleniências.** Ex.: cortar branduras perante autocorrupções já identificadas.
- 04. Nulificar o megatrafar.** Ex.: ir direto ao ponto nevrálgico da reciclagem intracognitiva premente.
- 05. Eliminar o próprio mal pela raiz.** Ex.: “morder na língua” ao se ver pensando mal de alguém, cortando refluxos anticosmoéticos.
- 06. Ser bombeiro dos próprios incêndios emocionais.** Ex.: fenece os primeiros sinais de medo, raiva, tristeza, desprezo e/ou aversão, utilizando a racionalidade paracientífica.
- 07. Atuar enquanto amparador técnico de si mesmo.** Ex.: raciocinar sobre soluções evolutivas e não se afundar nas problemáticas.
- 08. Exercitar o autorrespeito e o amor-próprio equilibrado.** Ex.: não se per-

mitir autossabotagens perante o nível de evolutividade já alcançado.

- 09. Honrar a lucidez conquistada.** Ex.: produzir mais intelectualmente, distribuindo sementes das autorreflexões sadias.
- 10. Vislumbrar neopatamares evolutivos.** Ex.: motivar-se a alcançar níveis crescentes de autodesassinalidade.
- 11. Colocar-se diariamente no eixo evolutivo.** Ex.: conferir a prioridade de cada ação empreendida no dia a dia, validando-a ou descartando-a, conforme a bússola do autodiscernimento.
- 12. Estar na estrada principal do crescimento pessoal.** Ex.: manter-se alinhado ao objetivo das autorremissões prioritárias já listadas.
- 13. Abordar de frente as tendências nosográficas.** Ex.: exercitar a ação traficida.
- 14. Assumir novos padrões homeostáticos.** Ex.: estabelecer o oásis holopênico pessoal autolúcido.
- 15. Atuar ombro a ombro junto aos amparadores.** Ex.: fazer jus às inspirações parassistidas na tenepe.
- 16. Progredir nos autesforços recompensadores.** Ex.: exercitar a atuação enquanto minipeça lúcida dentro da engrenagem evolutiva universal.
- 17. Despojar-se das apriorismoses e seus efeitos coarctantes.** Ex.: *abrir mão* de fossilizações ideativas antidiscernidoras já identificadas.
- 18. Eliminar teimosias antiprodutivas.** Ex.: cortar caprichos, cismas, birras e impulsos egocentrados.
- 19. Eliminar acumpliciamentos anticosmoéticos de qualquer natureza.** Ex.: evitar criar interprisões grupocármicas e comprometer-se a limpar as existentes.

- 01. Cercar-se de boas ideias.** Ex.: selecionar criteriosamente livros, vídeos e outras fontes de informação para alimentar sadiamente o mentalsoma.
- 02. Cultivar as boas companhias.** Ex.: realizar trocas produtivas de saberes, afetos e energias junto a colegas e amigos evolutivos.
- 03. Dar de si aos outros, sem pedir nada em troca.** Ex.: ajudar, apoiar, auxiliar e contribuir onde for possível e pertinente.
- 04. Experimentar mais e falar menos (verbação).** Ex.: avançar paulatina e firmemente nos estágios subsequentes, sem alardear mudanças.
- 05. Responsabilizar-se pelo autexemplo inerente à movimentação evolutiva de todos.** Ex.: compreender que as autescolhas, por mais simples que aparentem ser, impactam inevitavelmente em outras consciências.
- 06. Não desistir perante erros e dificuldades.** Ex.: avaliar as escorregadelas cometidas e reinvestir nas autoortodeterminações.
- 07. Ser a gota d'água limpa no mar contaminado.** Ex.: manter o foco na responsabilidade íntima da recin intransferível.
- 08. Expandir a mente para neoperspectivas.** Ex.: visualizar resoluções criativas favorecedoras do crescimento evolutivo exponencial das consciências.
- 09. Não dormir no ponto evolutivo.** Ex.: fiar-se nos autesforços empreendidos dia a dia.

#### Referência Bibliográfica:

<sup>1</sup> Vieira, Waldo; **Dicionário de Argumentos da Conscienciologia**; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.572 p.; 1 blog; 21 E-mails; 551 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 18 fotos; glos. 650 termos; 19 websites; alf.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2014; página 360.

- 10. Saborear as mudanças positivas.** Ex.: felicitar-se internamente pelos resultados alcançados, sem cabotinismo.
- 11. Constituir-se dia a dia, tal qual obra inacabada.** Ex.: continuar no megafoco autocurativo hoje, aqui, agora, já.

As autoprescrições começam em formulações ideativas afinadas às autossuperações almejadas, por isso a importância de *frases-lembretes* de porções mais maduras da manifestação pessoal, para auxiliar na concretização de mudanças evolutivas.

Lemas pró-evolutivos como estes podem fazer parte da vida pessoal cotidiana, ao modo de sinalização oportuna à dinamização das reciclagens intraconscienciais, sendo devidamente adaptados à própria realidade.

Funcionam bem aqueles itens que mexem no *brio* pessoal, promovendo a *sacudidela* necessária para a saída da inércia de determinado ponto, sendo investimento evolutivo acertado.

E você, já elaborou as suas autoprescrições? Qual o grau de logicidade das suas próprias determinações?



**Flávia Aouar (1981-)** é psicóloga pós-graduada em Psicologia Positiva. Brasileira, natural de Brasília, DF. Voluntária da Conscienciologia desde 2001, professora de Conscienciologia desde 2004, tenepessista desde 2009 e pesquisadora residente no Campus da Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC) desde 2011. Verbetógrafa da Encyclopédia da Conscienciologia e autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2017.



## VOLICIOLENA: O COMBUSTÍVEL DA VONTADE

Christovão Peres

### O que caracteriza a vontade mais desenvolvida?

A vontade mais desenvolvida é a capacidade de fazer aquilo que se quer, de agir conforme a decisão pessoal autoconsciente.

Esse conceito inclui o autodomínio sobre as diversas motivações contrárias ao objetivo intencionado. Por exemplo, a pessoa ao escrever uma hora do artigo conscienciológico autoproposto, inibiu o impulso deslocado de ficar no celular vendo redes sociais ou a tendência de procrastinar.

Por outro lado, quando a consciência se deixa levar pelos motivos destoantes dos propósitos planejados, não vivencia a volição mais avançada.

Também, vale ressaltar, o ato volitivo mais qualificado, segundo o paradigma consciencial, é aquele alinhado com a cosmoética, ou seja, o querer e o fazer consonantes com a evolução e o melhor para todos os envolvidos.

### O que direciona a vontade?

Toda a ação empreendida pela vontade é motivada, tem energia a impulsiona-la.

A voliciolina é a energia consciencial empregada pela consciência, por meio do atributo da vontade, para empreender as ações pessoais, intra e extraconscienciais.

Uma analogia para ajudar a entender esse processo é a de comparar a vontade a um motor de carro, e a voliciolina ao combustível. É preciso encher o tanque de combustível da vontade com energia consciencial (voliciolina) para o carro andar.

Neste sentido, quanto mais a volição é energizada, mais a consciência fica motivada para iniciar e sustentar a atividade escolhida.

No caso da escrita do artigo, quanto mais motivos houver para escrever, mais fácil fica a realização da tarefa, e menor a probabilidade em desviar para outras ações não desejadas.

### De que modo a vontade pode ser carregada de voliciolina?

Muitas vezes, há pouca motivação para o que se quer fazer no momento e, em contrapartida, há um forte direcionamento para atividades diferentes. Por exemplo, na hora planejada para exercícios físicos, a pessoa fica com preguiça e tendendo a ficar assistindo seriado na televisão.

Paradoxalmente, a vontade mesmo pouco energizada é a chave para o autocarregamento energético. A ação é o “dínamo” da vontade e na medida em que se inicia a tarefa almejada, com foco na organização, realização e resultados, o tanque de voliciolina vai gradativamente sendo preenchido com motivações alinhadas à atividade, ao mesmo tempo em que há o arrefecimento dos impulsos deslocados.

O exercício continuado das atividades ajuda a manter o ritmo e a sustentar os níveis de energia. É mais fácil começar a ginástica quando a prática é diária a iniciá-la após meses parado.

### O valor do autodiscernimento

Importa perceber que ao acionar a autovolição para iniciar uma ação pouco motivada, na verdade o propulsor da vontade foi o discernimento sobre o que era o melhor a fazer naquele momento.

Quando não se sabe o melhor a fazer, fica muito difícil contrapor-se ao inadequado, mesmo sabendo ser prejudicial. Nesse contexto, toda a pesquisa e autorreflexão sobre o melhor

caminho evolutivo a seguir ajudam a qualificar o direcionamento volitivo.

Em contraposição, as tendências subcerebrais devem ser tratadas com discernimento. Domar o “bicho” interno não é meramente reprimir a instintividade, mas usá-la de modo funcional, a favor de si mesmo. Comer é ação instintual fisiológica e mantenedora do soma. Quando adequada, a fome direciona homeostaticamente a vontade. Quando disfuncional, por exemplo no desejo de comer em excesso, o impulso deve ser inibido.

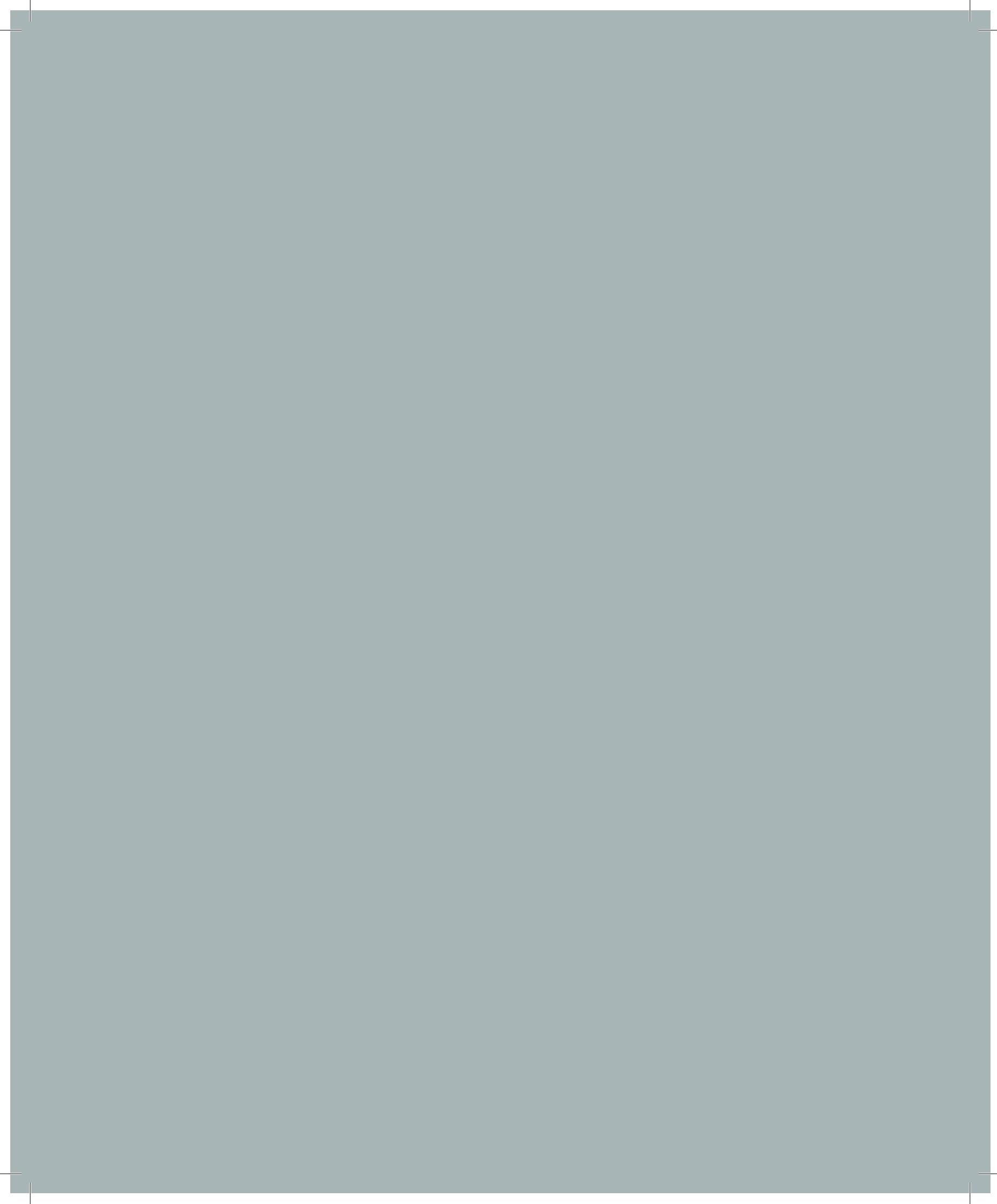
Em síntese, a voliciolina direcionadora da vontade deve ser qualificada, o tempo todo, pelo autodiscernimento evolutivo.

#### Referência Bibliográfica:

Peres, Christovão; **Volicioterapia: Vontade aplicada à Autoconsciencioterapia**; pref. Maximiliano Haymann; revisores Eliana Manfroi; et al.; 334 p.; 4 seções; 17 caps.; 157 enus.; 1 foto; 1 microbiografia; 1 pontuação; 5 tabs.; 72 técnicas; 5 apêndis.; 89 refs.; 23 webgrafias; alf.; 23 x 16 cm; br.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2021; páginas 1 a 334.



**Christovão Peres (1965–)** é médico pós-graduado em Cirurgia Geral e especialista em Diagnóstico por Imagem, MBA em Gestão Administrativa de Cooperativas e Docência Universitária. Brasileiro, natural de Santo Antônio da Platina, PR. Voluntário da Conscienciologia desde 1996, professor de Conscienciologia desde 1998 e tenepecessista desde 2009. Verbetógrafo da Encyclopédia da Conscienciologia e autor de artigos conscienciológicos. Autor do livro *Volicioterapia - Vontade aplicada à Autoconsciencioterapia* (2020). Consciencioterapeuta desde 2009.



# BIBLIOTECA E FILMOTeca DO CONSCIENCIOTERAPEUTA

## **1. ARTIGOS**

*ANA RUIZ*

*MARCO ALMEIDA*

## **2. VERBETES**

*CARINA FREIRE*

*MÁRCIA EBLING*

## **3. LIVROS**

*ELLEN QUINTELA*

*GIULIANO DERROSSO*

*JAQUELINE VILELA*

*LUCA ADAN*

*LUIZ FERREIRA*

## **4. FILMES**

*BRUNA SEIBEL*

*MARÍLIA SOUZA*

*REGINA ESTERMANN*

## ARTIGOS

### **Sugestão da consciencioterapeuta Ana Ruiz**

**Título:** Orgulho: Agente Dificultador da Autoevolução.

**Autor:** Alexander Steiner.

**Revista:** Saúde Consciencial.

**Ano:** 2012; Vol. 1; N. 1.

**Resumo:** Em seu artigo, Steiner busca estudar o orgulho e apresentar propostas para superar os aspectos negativos dificultadores da autevolução. Por meio das 4 etapas da autoconsciencioterapia, o autor apresenta técnicas que ajudam a superar este traço, apontando soluções mais maduras para a manifestação consciencial. Conclui-se que o autoconhecimento aliado às técnicas conscienciológicas é fator fundamental para o desenvolvimento do equilíbrio entre a autestima, a modéstia e a sensatez necessárias à autevolução.

**Autorreflexão:** Este artigo auxilia no aprofundamento conceitual do orgulho. Pontos fortes a destacar são os elementos de estudo e comparação que ampliam a cognição sobre o tema e as técnicas consciencioterápicas aplicadas pelo autor que auxiliam no entendimento do funcionamento do processo autoconsciencioterápico.

### **SAÚDE CONSCIENCIAL**

Revista Científica da Organização Internacional de Consciencioterapia

Ano 1, N. 1, Setembro / 2012 – ISSN 2316-2724

1 EDITORIAL
3 PAUTAS DE MANIFESTAÇÃO CONSCIENCIAL: AUTOCONSCIENCIADE APLICADA À AUTOCONSCIENCIO TERAPIA
Leonardo Paludetto
17 AUTO DIRECIONAMENTO E AUTOCONSCIENCIO TERAPIA
Tânia Crepo
29 ANTIDISPERSIVIDADE PROXÉSICA NA 3ª IDADE
Andréia Matos
39 ESTUDO DA INTERAÇÃO CONSCIENCIO TERAPISTA-EVOLUENTE
Patrícia Wetzel
46 PARALITIVIDADE: PROPORÇÃO DE TÉCNICAS CONSCIENCIO TERÁPICAS
Marco Antônio Almeida e Rose Carvalho
58 USO DO PARAFISQUEMOS NA CONSCIENCIO TERAPIA: ESTUDO DE CASO
Patrícia Wetzel
64 QUALIFICAÇÃO DAS EMOCÕES ATRAVÉS DA PROJEÇÃO ASSISTIDA: ESTUDO DE CASO
Luciana Cassolato
72 COSMETOTERAPIA: AUTOCONSCIENCIO TERAPIA ATRAVÉS DO CÓDIGO PESSOAL DE COSMÉTICA
Bruno Bortolini
84 ANTIODGOMATESMO E SAÚDE CONSCIENCIAL
Marcelo da Luz
98 HABILIDADES COGNITIVAS E COMUNICATIVAS NA AUTOCONSCIENCIO TERAPIA
Ana Senna
108 DO ANTAGONISMO À SAÚDE CONSCIENCIAL: ESTUDO DE CASO
Priscila Cervello
117 ESTUDO SOBRE AUTOCONFIANÇA E AUTOCONSCIENCIO TERAPIA
Glaucia Menezes
126 OBRAS DO AGENTE DIFICULTADOR DA AUTOEVOLUÇÃO
Alexander Steiner
139 ESTUDO SOBRE A AUTOCONSCIENCIO TERAPIA DA VAIDADE
Igor Habib
155 ENFRENTEAMENTO DO TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA ATRAVÉS DA AUTOCONSCIENCIO TERAPIA: ESTUDO DE CASO
Silvana Kremer
161 PONTO DE SATURAÇÃO CONSCIENCIAL RECINOLÓGICO: UM MARCADOR DE AÇÕES PARA ENFRENTEAMENTO
Adriana Chalou
173 ANÁLISE DO PERÍCIO SÓCIO-DIMORFOGRÁFICO, EPIDEMIOLÓGICO E CONSCIENCIOLOGICO DOS EVOLUENTES ATENDIDOS NA OIC NO ANO DE 2011
Fabiana Carvalho e Silvana Rodrigues
184 RESUMOS



**Ana Ruiz (1978–)** é psicóloga e pedagoga, especialista em Psicopedagogia e Terapia Cognitivo-Comportamental. Espanhola, natural de Madrid. Voluntária da Conscienciologia desde 2005, professora de Conscienciologia desde 2006 e tenepesta desde 2016. Autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2021.

## **Sugestão do consciencioterapeuta**

### **Marco Almeida**

**Título:** Estratégias Conscienciológicas no Século XXI.

**Autor:** Waldo Vieira.

**Revista:** *Conscientia*.

**Ano:** 2004; Vol. 8; N. 4.

**Resumo:** O autor identifica potencialidades de amplificação interassistencial da Comunidade Conscienciológica Cosmóetica Internacional (CCCI), a partir de singularidades observáveis nas diversas Instituições Conscienciocêntricas (ICs). São listados os diversos maturpenseis institucionais e apresentados posicionamentos práticos capazes de dinamizar as atividades das consciências lúcidas voluntárias na consecução das maxiproéxis grupais.

**Autorreflexão:** O artigo, escrito nos primeiros anos do século XXI e ainda hoje atuálíssimo, reflete uma série de desafios vivenciais propostos pelo autor, sustentada pela força do exemplarismo interassistencial de cada cognopolita e resumida em 27 propostas e estratégias coletivas de aplicação de recursos a favor da reurbanização planetária. O autor expõe o *modus faciendi* do exercício coletivo proposto, verdadeira lista de recins prioritárias aos pesquisadores motivados, fazendo prevalecer a sinergia produtiva entre intermissivistas, fundamentados no autodiscernimento e na inteligência evolutiva.

223

**Temas da Conscienciologia**

**CEAEC PESQUISA**

**Estratégias Conscienciológicas no Século XXI**  
Estratégias Conscienciológicas en el Siglo XXI  
Conscientiological Strategies for the XXI Century

**Waldo Vieira\***  
\* Médico. Pesquisador independente.  
ceace@ceace.org

**Palavras-chave**  
Comunidade Conscienciológica  
Cosmóetica Internacional  
Conscienciologia  
Estratégias conscienciológicas  
Instituições Conscienciocêntricas  
Maturpenseis  
Maxiproéxis

**Keywords**  
Conscienciology  
Conscienciological strategies  
Conscienciocentric Institutions  
Existential maxiprogram  
International Cosmoeconomic  
Conscienciological Community  
Maturpenseis  
Palavras-chave  
Comunidad Conscienciológica  
Cosmóetica Internacional  
Conscienciología  
Estrategias conscienciológicas  
Instituciones Conscienciocéntricas  
Maturpenseis  
Maxiproéxis

**Resumo**  
O autor propõe estratégias conscienciológicas usando as potencialidades disponíveis e oportunidades identificadas no holopense da Comunidade Conscienciológica Cosmóetica Internacional (CCCI) visando à ampliação e divulgação das verdades relativas de ponta (vergona) da Conscienciologia. São apresentados os maturpenseis das Instituições Conscienciocêntricas (ICs) e estabelecem-se práticas contendo sugestões ou recomendações capazes de estruturar, subsidiar e dinamizar as atividades das consciências lúcidas voluntárias na execução de maxiproéxis grupais.

**Abstract**  
The author proposes conscientiological strategies using the available potentialities and opportunities identified in the holopense of the International Conscientiological Cosmetic International (CCCI) to the amplification and dissemination of the leading-edge relative truths of Conscienciology. He presents the maturpenseis of the Conscienciocentric Institutions (ICs) and practical positionings containing suggestions or recommendations capable of structuring, subsidizing and dynamizing the activities of the lucid metaphysical consciousnesses, volunteers on the execution of group existential maxiprograms.

**Resumen**  
El autor propone estrategias conscientiológicas empleando las potencialidades disponibles y oportunidades identificadas en el holopense de la Comunidad Conscientiológica Cosmética Internacional (CCCI) visando a la amplificación y divulgación de las verdades relativas de vanguardia de la Conscienciología. Se presentan los maturpenseis de las Instituciones Conscienciocéntricas (IC) y posicionamientos prácticos contiene sugerencias o recomendaciones capaces de estructurar, subsidiar y dinamizar las actividades de las conciencias lúcidas voluntarias en la ejecución de maxiproéxis grupales.

**INTRODUÇÃO**  
**Policarmologia.** O objetivo, na formulação das estratégias conscienciológicas para as próximas décadas, é empregar as forças múltiplas, potencialidades disponíveis e oportunidades identificadas no holopense da Comunidade Conscienciológica Cosmóetica Internacional (CCCI) em franco desenvolvimento, vi-

VIEIRA, Waldo. Estratégias Conscienciológicas no Século XXI. *Conscientia*, 8(4): 223-228, out./dez., 2004



**Marco Almeida (1971-)** é médico pneumologista e especialista em Educação Médica. Brasileiro, natural do Rio de Janeiro, RJ. Voluntário e professor de Conscienciologia desde 2001, tenepesta desde 2004 e pesquisador residente no Campus da Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC) desde 2011. Verbetógrafo da Encyclopédia da Conscienciologia e autor de artigos conscienciológicos. Coautor do livro *VirtualCons Handbook* do Colégio Invisível da Conscienciometria (2003) e Coorganizador do Dicionário de Consciencioterapicologia e Termos Multilíngues Equivalentes (2022). Membro do conselho de epicons desde 2017. Consciencioterapeuta desde 2003.

## VERBETES

### **Sugestão da consciencioterapeuta Carina Freire**

**Título do Verbete:** Autocura.

**Especialidade:** Autoconsciencioterapiologia.

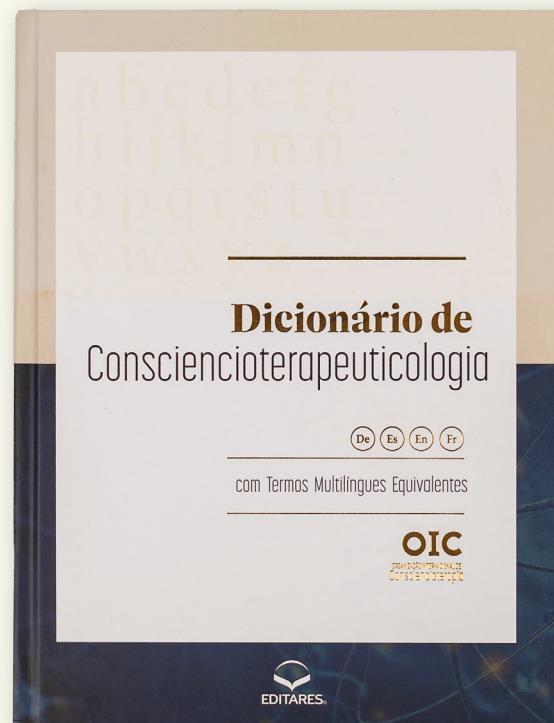
**Obra:** Dicionário de Consciencioterapiologia.

**Ano:** 2022.

**Definição:** A *autocura* é o objetivo maior da autoconsciencioterapia, caracterizada pela superação dos próprios pertúrbios, patologias e parapatologias, conquistadas a partir do esforço pessoal.

**Autorreflexão:** A importância da autocura foi se consolidando gradativamente nas vivências pessoais, influenciando desde a escolha pela formação em Psicologia, até a descoberta de ser uma cláusula pétreia da proéxis. Em 2010, ocorreu a primeira experiência enquanto evoluinte na OIC, onde pude aprender sobre o ciclo autoconsciencioterápico. Como recurso didático da autocura, praticar o passo a passo do ciclo na autoconsciencioterapia propiciou, de imediato, a recuperação de cons e me permitiu responder a uma pergunta íntima que carregava desde a adolescência, na qual pressentia que existiam técnicas de autoconhecimento mais avançadas e que até então não havia experimentado, nem na Psicologia. Notadamente o viés multidimensional, energético, multiestencial, isto é, a concepção conscienciológica atrelada à autocura, funcionou como autoneoverpon, senha intermissiva descoberta. Voltei 7 anos mais tarde, com todos

os pré-requisitos conquistados para fazer a formação de consciencioterapeuta. Junto com os 20 anos da OIC, comemoro 5 anos enquanto consciencioterapeuta, com mais teática quanto à autocura. Os resultados evolutivos estão num crescendo. Ressalto a ampliação da autocognição parapsíquica e da capacidade interassistencial conquistadas neste processo, que são, ao mesmo tempo, efeitos da autocura. A liberdade da vontade proexológica é o maior experimento nesta vida atual, na qual sem o posicionamento da autocura não seria possível. Para tanto, foi necessário parar com a autovitimização, deixar de terceirizar a evolução para algo ou alguém e construir por mim mesma a inteligência evolutiva, baseando-me no princípio da descrença.



## **Sugestão da consciencioterapeuta Carina Freire**

**Título do Verbete:** Paraconfrontação Autodesassediadora.

**Especialidade:** Autoprojetoterapeutologia.

**Obra:** Dicionário de Consciencioterapiologia.

**Ano:** 2022.

**Definição:** A *paraconfrontação autodesassediadora* é a projeção consciente, anímico-parapsíquica, assistida pelo amparador extafísico, a fim de o evoluinte se defrontar, paracara a paracara, com a consciex assediadora e realizar o autodesassédio extrafísico direto.

**Autorreflexão:** A projeção consciente é uma ferramenta de autocura, pois permite, entre outras coisas, promover reconciliações extrafísicas, um dos objetivos cruciais da paraconfrontação autodesassediadora. Tenho rememoração de vários experimentos projetivos neste teor, os quais tornaram-se marcos parapsíquicos interassistenciais importantíssimos nas recins, sobretudo demarcando posicionamentos extrafísicos quanto ao paradigma consciencial nos momentos de mudança de patamar, por exemplo, nas decisões pela docência conscienciológica e pela tenepes. Na consciencioterapia, dentro do *Evolitiarium*, é possível experimentar, por meio da projecioterapia, o paraencontro junto ao assediador pessoal. Em várias projeções conscientes, estabelecendo paradi-

álogos, ora efusivos, ora sensatos, com consciexes do passadão baratrosférico, comecei com projeções semilúcidas, com muito onirismo intercalado e pouco estofo emocional para manter a lucidez, voltando rapidamente para o corpo, interrompendo o impacto sentido diante de uma consciex assediadora. O medo paralisava, mas a vontade de melhorar na parabordagem autodesassediadora tornou-se alvo projetivo de autocura. Como praticante da técnica do diário autoconsciencioterápico, consigo catalogar experimentos projetivos de paraconfrontação assediadoras, em que briguei com as consciexes, fui mal-educada e nada diplomática. Felizmente, mas não menos devedora, tenho outros com paradiálogos desassediadores de respeito, fraternismo e exposição do posicionamento de automaxidissidência. Ao longo desses 12 anos enquanto consciencióloga, os últimos 5 anos na função de consciencioterapeuta, muito esforço, consciencioterapia e reciclagens diversas contribuíram e, ainda hoje, com o empenho continuado permitem sustentar com lucidez alguns experimentos bem-sucedidos de paraconfrontação de modo interassistencial.



**Carina Freire (1979–)** é psicóloga especialista em Educação Inclusiva, mestre em Políticas Públicas e Desenvolvimento Brasileira, natural de Montes Claros, MG. Voluntária da Conscienciolologia desde 2011, professora de Conscienciolologia desde 2012 e tenepessista desde 2011. Verbetógrafa da Encyclopédia da Conscienciolologia e autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2018.

## **Sugestão da consciencioterapeuta Márcia Ebling**

**Título do Verbete:** Opção pelo Autodesassédio.

**Especialidade:** Voliciologia.

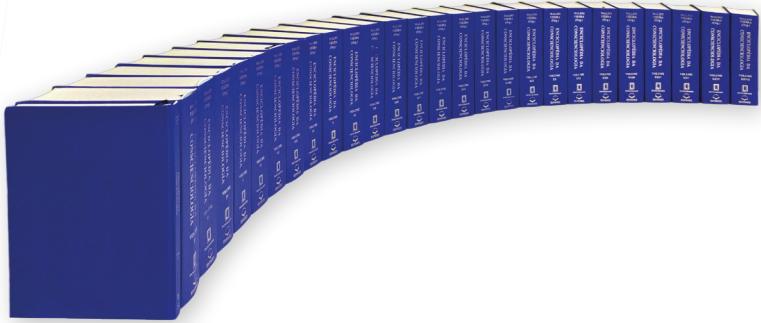
**Obra:** Enciclopédia da Conscienciologia.

**Verbetógrafo:** Adriana Lopes.

**Ano:** 2011.

**Definição:** A *opção pelo autodesassédio* é a decisão da consciência lúcida em posicionar-se por atravessar, dominar, enfrentar, romper, superar, suplantar e transpor as pressões assediadoras, intra e extrafísicas, constituindo este o primeiro passo capaz de impulsionar as ações higienizantes na própria psicosfera, propiciadoras da clareza mental necessária para a determinação nos atos auto e heterodesassediadores.

**Autorreflexão:** O verbete tem um nível de coerência e consistência que gerou um impacto no que se refere à assunção da responsabilidade pelo autodesassédio, pois aponta para o fato do autodesassédio ser uma escolha e não uma imposição. Esse viés proporcionou uma reflexão mais profunda sobre a autocosmoética e as priorizações pessoais. Houve um efeito interessante de lembrar do conteúdo do verbete em momentos em que havia tendência a se manter em autocorrupções, tal como um alerta evolutivo que mobilizava o uso do autodiscernimento para a revisão de postura. Além do auxílio autoconsciencioterápico, o verbete tem enorme valor prescritivo aos evolucionantes, principalmente os de perfil autovitimizado.



**Márcia Ebling (1960-)** é psicóloga pós-graduada em Neuropsicologia, mestre em Saúde Coletiva. Brasileira, natural de Porto Alegre, RS. Voluntária da Conscienciologia desde 1996, professora de Conscienciologia desde 1997 e tenepessista desde 2010. Verbetógrafa da Encyclopédie da Conscienciologia e autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2007.

## LIVROS

### **Sugestão da consciencioterapeuta Ellen Quintela**

**Título:** A Mente Moralista: Por que pessoas boas são segregadas por política e religião.

**Autor:** Jonathan Haidt.

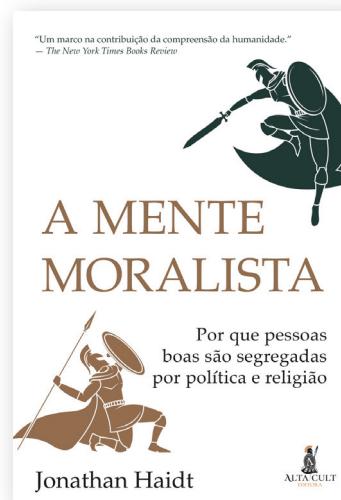
**Editora:** Alta Cult.

**Ano:** 2020.

**Sinopse:** O livro permite uma compreensão mais profunda sobre a moralidade, a partir de uma visão intrigante sobre a psicologia moral humana, além de incentivar os leitores a uma reflexão mais profunda sobre seus próprios princípios éticos. Ao começar com uma perspectiva histórica, o autor apresenta as principais teorias sobre a moralidade propostas por filósofos ao longo dos séculos, e argumenta que a moralidade não é apenas resultado do raciocínio lógico, mas também é fortemente influenciada por fatores emocionais e intuitivos. O autor apresenta, então, sua teoria dos fundamentos morais, nos quais seis alicerces contribuem para a formação de nossos sistemas morais: cuidado versus dano, justiça versus trapaça, lealdade versus traição, autoridade versus subversão, santidade versus impureza e liberdade versus opressão. Argumenta que esses fundamentos são universais, mas que diferentes culturas e indivíduos enfatizam e priorizam alguns fundamentos em relação a outros. Ao longo do livro, Haidt examina diferentes estudos de caso para ilustrar como diferentes intuições morais podem desencadear conflitos e incompreensões entre indivíduos e grupos. A exemplo disso, ele explora questões controversas, como política, religião, sexualidade e o papel da razão na moralidade, oferecendo *insights* sobre as motivações e perspectivas por trás de diferentes pontos de vista. A obra é rica e provocativa, pois desafia a reflexão sobre a compreensão da mora-

lidade humana e como esta influencia nossas ações, decisões e interações sociais. Ela também encoraja a cultivar a empatia e a compreensão mútua em um mundo diversificado e complexo, argumentando que, ao reconhecer a diversidade moral e buscar uma comunicação respeitosa, é possível construir um diálogo saudável.

**Autorreflexão:** A necessidade de “ganhar” uma ideia e impor argumentos de poder pode nos cegar para a criticidade moral, levando-nos a adotar uma postura anticosmoética. A evolução em grupo deve ocorrer por meio de um convívio sadio, em um cenário em que todos possam ganhar e onde o melhor seja buscado para todos os envolvidos. Isso nos permite fortalecer os valores que fundamentam a cosmoética e compreender os mecanismos intraconscienciais da moralidade. Ao adotarmos essa abordagem, promovemos um ambiente de crescimento mútuo e construímos uma sociedade mais cosmoética e harmoniosa.



**Ellen Quintela (1977–)** é médica anestesiologista. Brasileira, natural de Inhapim, MG. Voluntária da Conscienciologia desde 1998, docente de Conscienciologia desde 2004 e tenepessista desde 2009. Verbetógrafa da Encyclopédia da Conscienciologia e autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2005.

## **Sugestão do consciencioterapeuta Giuliano Derroso**

**Título:** A Descoberta do Fluxo.

**Autor:** Mihaly Csikszentmihalyi.

**Editora:** Rocco.

**Ano:** 1999.

**Sinopse:** A partir de um estudo abrangente com milhares de pessoas, neste livro, o autor argumenta que muitas vezes vivemos nossos dias inconscientes e sem contato com as nossas emoções. Diante desta desatenção, constantemente é possível oscilar entre dois extremos: em um deles estando a maior parte do dia imersos em ansiedade e pressões do trabalho e das obrigações, enquanto no outro, os de momentos de lazer, tendemos a viver no tédio passivo. A descoberta do fluxo é um guia para ajudar a recuperar o domínio das nossas vidas. A chave para se viver melhor começa no autenvolvimento completo em alguma atividade, e utilização de uma nova abordagem para transformar uma tarefa corriqueira em atividade prazerosa.

**Autorreflexão:** As abordagens do livro podem ser aproveitadas na compreensão de temas como: Fluxo Autoconsciencioterápico, Fluxo Cósmico, Bússola Intraconsciencial e Programação Existencial. Auxiliam-nos na vivência plena de um alinhamento dos processos autoconsciencioterápicos a um fluxo evolutivo maior, desencadeando sentimentos de maior satisfação íntima, autopacificação, sinergia e homeostase holossomática.



**Giuliano Derroso (1982-)** é psicólogo e administrador de empresas, mestre em Administração e doutor em Sociedade, Cultura e Fronteiras. Brasileiro, natural de Porto Alegre, RS. Voluntário da Conscienciologia desde 1998, professor de Conscienciologia desde 2000 e tenepesta desde 2011. Autor de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2015.

## **Sugestão da consciencioterapeuta Jaqueline Vilela**

**Título:** O Medo à Liberdade.

**Autor:** Erich Fromm.

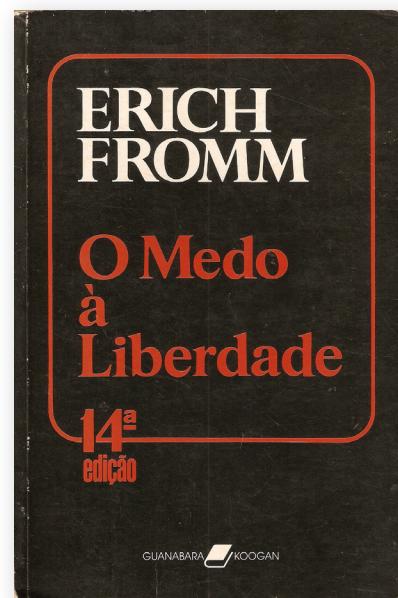
**Editora:** Guanabara Koogan.

**Ano:** 1983.

**Sinopse:** O autor, ao abordar amplamente o tema liberdade, analisa processos de autoritarismo e submissão no ano de 1941, plena Segunda Guerra Mundial, sem deixar de considerar a interrelação dinâmica na ótica social e psicológica. Entretanto, em suas análises, critica também alguns postulados psicanalistas a fim de ampliar as temáticas do livro pela perspectiva social. Segundo Fromm, o homem para fugir à angústia do isolamento físico, acaba por estabelecer dependências e subjugações, as quais são fomentadas por outras pessoas ou grupos interessados nessa relação de dependência. No livro, ele aborda também o conflito da busca da liberdade em contradição à natural dependência física na infância, com posterior vivência da inevitável inclusão do indivíduo na engrenagem econômica e de produções necessárias à subsistência. Examina, nesse contexto, a dependência de autoridades, a exemplo das religiosas, morais e sociais. Descreve, com detalhes, a condição de insaciabilidade do egoísmo, cujas raízes estão na falta de autestima, em contraposição à auto e heteroafirmação libertária por meio do amor e da colaboração. Devido ao contexto histórico e sua origem judaica, o autor destaca no livro o tema do fascismo e a adesão do povo alemão à loucura de Hitler, ainda que sem presenciar o final ainda mais catastrófico que viria um ano depois.

**Autorreflexão:** A obra contribui para a autoconsciencioterapia de mecanismos patológicos

da autolimitação evolutiva. Trata de temas frequentemente encontrados na heteroconsciencioterapia associados a processos de submissão, subjugação, dependência e autoritarismo, bem como sobre a liberdade, a racionalidade, a realização das potencialidades, o amor e a intercooperação. Alguns processos descritos por Fromm podem ser úteis ao consciencioterapeuta na elucidação de mecanismos de funcionamento consciencial patológico. Um deles é o aparente antagonismo entre submissão e autoritarismo serem, na verdade, processos oriundos da mesma fragilidade. Outra questão é a possível adoção pelo evoluente de pseudossoluções, parciais e ineficazes, resultando em recrudescimento da patologia. Os temas abordados no livro contribuem também para as especialidades Volicioterapiologia e Paraxioterapeuticologia.



**Jaqueline Vilela (1965-)** é psicóloga, pedagoga e graduada em Letras, especialista em Design Instrucional. Brasileira, natural de Heliodora, MG. Voluntária da Conscienciologia desde 1995, professora de Conscienciologia desde 2010 e tenepesta desde 2011. Autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2018.

## **Sugestão do consciencioterapeuta Luca Adan**

**Título:** Memória: A ciência da lembrança e a arte do esquecimento.

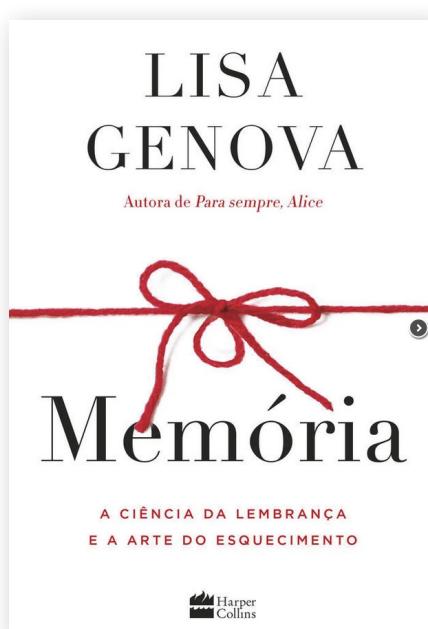
**Autor:** Lisa Genova.

**Editora:** Harper Collins Brasil.

**Ano:** 2021.

**Sinopse:** De modo acessível, a autora compartilha conhecimentos da neurociência, dentre eles o funcionamento da memória na formação de lembranças, armazenamento e rememoração. Ressalta a importância da memória e enfatiza a relevância de cada pessoa compreendê-la para relacionar proativamente com a própria memória. Destrincha atributos relacionados à memória, tais como as vivências emocionais. Desdramatiza os episódios de esquecimento cotidianos e explica que constantemente a memória é reformatada pelas novas vivências.

**Autorreflexão:** A memória nos ajuda a saber quem somos, entender o que queremos e indicar para onde vamos. É fundamental na construção da nossa autocognição e autopercepção consciencial. Desenvolver habilidades mnemônicas, como sugerido pela autora, nos ajuda não só a compreender a nossa holomemória, mas também a torná-la processo ativo de nossa holobiografia. O livro mostra que é possível reciclar a própria memória, remodelar as nossas lembranças e o que entendemos sobre nós mesmos, sob uma nova perspectiva ou propósito de vida que estamos buscando. É nesse contexto que se faz presente a consciencioterapia e os efeitos paraterapêuticos holossomáticos de compreender melhor a própria holobiografia e reperspectivar as memórias estagnadoras da autevalução. Este livro é um convite à revisão da holobiografia e à reconstrução da própria história, a qual podemos atribuir valores cosmológicos e fraternos e fomentar a construção da holomemória grupal.



**Luca Adan (1988-)** é médico especialista em Medicina Física e Reabilitação. Brasileiro, natural de Salvador, BA. Voluntário da Conscienciologia desde 2014, professor de Conscienciologia desde 2016 e tenepesta desde 2017. Verbetógrafo da Encyclopédia da Conscienciologia e autor de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2018.

## **Sugestão do consciencioterapeuta Luiz Ferreira**

**Título:** Mentiras no Divã.

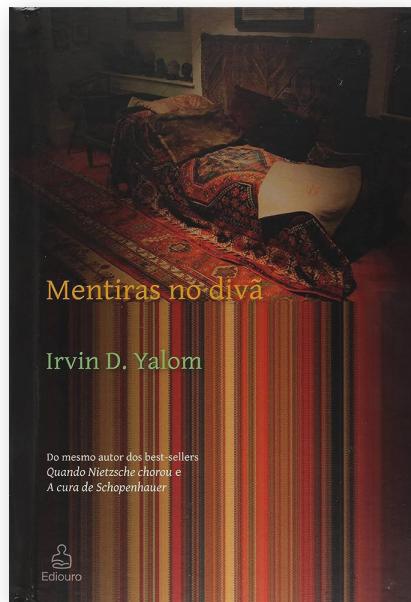
**Autor:** Irvin D. Yalom.

**Editora:** Harpers Collins.

**Ano:** 2019.

**Sinopse:** Por meio de uma ficção, o livro aborda os valores interpessoais das terapias e explora a complexidade do relacionamento entre terapeuta e paciente, incluindo a manutenção dos limites profissionais e pessoais. A narração traz a história de três terapeutas fictícios: Seymour Trotter, um psicanalista adepto de técnicas nem um pouco ortodoxas; Marshal, homem centrado no sucesso material; e Ernest Lash, o qual muda as direções de sua carreira para começar a trabalhar com psicoterapia e ajudar pessoas. Lash aprende, durante sua trajetória, a domar os próprios anseios por meio da terapia e a utiliza para entrar no recanto mais íntimo da vida de seus pacientes, o que acaba por gerar alguns conflitos com alguns deles. Com muitas reviravoltas, o romance dissecava a complexidade das emoções humanas e oferece uma visão íntima do mundo dos terapeutas e pacientes.

**Autorreflexão:** Apesar dos personagens fictionais do livro, as situações são reais dentro do mundo da psicoterapia. A consciencioterapia não fica isenta de tais possibilidades, embora tenha outras ferramentas e um paradigma diferente do que embasa o livro. Entretanto, tratando-se do universo “psi” tudo é possível, pois fala-se das mesmas consciências em evolução com seus conflitos, erros, acertos, trafores e trafares.



## Sugestão do consciencioterapeuta Luiz Ferreira

**Título:** Cartas a um Jovem Terapeuta.

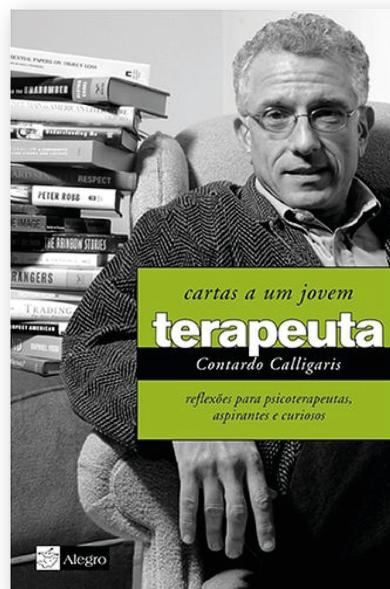
**Autor:** Contardo Calligaris.

**Editora:** Paidós.

**Ano:** 2021.

**Sinopse:** A partir de uma linguagem simples, Calligaris, em seu livro, aborda reflexões do que é e o que não é ser terapeuta, a partir de um modelo de cartas direcionadas a jovens em início de carreira. Após a primeira edição da publicação, a qual conta com pouco mais de dez anos, o autor lançou, em 2021, uma edição ampliada, com mais conteúdo para os temas já abordados, como a vocação profissional, o primeiro paciente, conflitos familiares, o dilema “curar ou não curar” e até questões práticas como o que fazer para ter mais pacientes. Além disso, introduz também outros pontos fundamentais na formação do psicoterapeuta, como as condições necessárias para seguir a profissão, custo de investimento e recomendação do que é preciso ler. O autor faz críticas, ainda, ao distanciamento apresentado pelo discurso psicanalítico em algumas instituições em relação ao próprio paciente. Desta forma, o livro torna-se interessante como leitura auxiliar para reflexões do que é terapia.

**Autorreflexão:** O livro traz reflexões transversais a todos os terapeutas e também a mim, enquanto um consciencioterapeuta. Amplia o universo de reflexão do que é estar nessa posição de escuta e também de protagonista coadjuvante da história do evoluinte.



**Luiz Ferreira (1965–)** é médico psiquiatra. Brasileiro, natural de Florianópolis, SC. Voluntário da Conscienciologia desde 1991, professor de Conscienciologia desde 1992 e tenepessista desde 2004. Verbetógrafo da Encyclopédia da Conscienciologia e autor de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2014.

## FILMES

### **Sugestão da consciencioterapeuta Bruna Seibel**

**Título:** Intocáveis.

**Direção:** Olivier Nakache.

**Ano:** 2011.

**Sinopse:** Refinado milionário tetraplégico francês precisa de auxiliar de enfermagem para as atividades cotidianas. O contratado é Driss, senegalês morador dos subúrbios de Paris.

**Autorreflexão:** A obra francesa Intocáveis é minha sugestão. O filme, com base em uma história real, retrata a biografia de Philipe, um milionário com condições físicas muito limitadas devido a um acidente. Apesar do confortável status financeiro, o homem é solitário e carente, e lida com a tetraplegia de maneira vitimizada. Quando decide contratar Driss, um rapaz da periferia cumprindo medida socio-educativa, Philipe reaprende a sentir prazer em viver, desdramatizando suas experiências de vida pelo bom humor do seu cuidador. Ao mesmo tempo, Driss também aprende a autorresponsabilidade e descobre um novo propósito de vida a partir da disponibilidade assistencial. O filme aborda ainda a amizade e a gratidão pelo viés da interassistencialidade.



**Bruna Seibel (1985–)** é psicóloga especialista em Terapia de Casais e Famílias, mestre e doutora em Psicologia. Brasileira, natural de Taquara, RS. Voluntária da Conscienciologia desde 2013, professora de Conscienciologia desde 2015 e tenepesta desde 2017. Autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2018.

## Sugestão da consciencioterapeuta Marília Souza

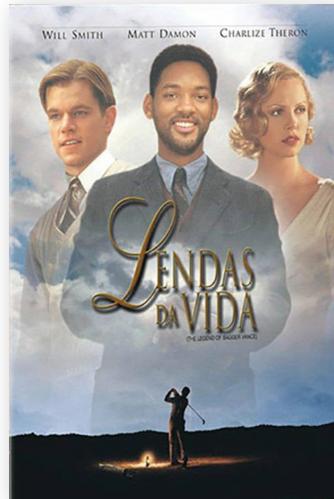
**Título:** Lendas da Vida.

**Direção:** Robert Redford.

**Ano:** 2000.

**Sinopse:** Ao ser convocado para lutar na 1ª Guerra Mundial, Rannulph Junnah, jogador de golfe de Savannah, tem sua carreira promissora interrompida. Ao retornar do combate, e ficar afastado da cidade por 15 anos, torna-se um homem amargurado que deverá recuperar o equilíbrio para participar de um torneio. Um misterioso homem, que surge do nada, se oferece para ser seu carregador de tacos por apenas US\$ 5, reestabelecendo a confiança do jogador que enfrenta seus desafios e encontra o sentido da vida.

**Autorreflexão:** O filme nos faz refletir sobre programação existencial (proéxis), o processo ego e grupocármico e a superação de feridas emocionais. Mostra técnicas de aumento de foco, auto e heteropercepção, além de explicitar o mecanismo de assistência: as relações amparador-amparado / assistente-assistido. Aprofunda na intraconsciencialidade por meio da discussão de traços, valores e cosmoética.



**Marília Souza (1965–)** é médica especialista em Mastologia, Ginecologia e Cirurgia Geral, mestre em Oncologia. Brasileira, natural de Florianópolis, SC. Voluntária da Conscienciologia desde 1996, professora de Conscienciologia desde 1997 e tenepessista desde 2007. Autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 1998.

## **Sugestão da consciencioterapeuta Regina Estermann**

**Título:** Beleza Oculta.

**Direção:** David Frankel.

**Ano:** 2016.

**Sinopse:** Retraído após tragédia, homem escreve para o Amor, o Tempo e a Morte, recebendo respostas inesperadas.

**Autorreflexão:** Minha escolha foi pelo filme Beleza Oculta, pois a história convida à reflexão de 3 temas fundamentais para a consciência: o amor, o tempo e a morte, ou a dessoma. O filme narra a história de Howard, personagem de Will Smith, profissional que exerce a função de líder motivacional para os funcionários de sua empresa de publicidade. Em cena inicial do filme, ele verbaliza a expressão “ansiamos pelo amor, gostaríamos de ter mais tempo e tememos a morte”. A dessoma da filha aos 6 anos de idade, em consequência de doença rara, desestrutura o personagem, desconectando-o da vida e imergindo-o na própria dor. Gradativamente, com o auxílio de amigos e reflexões sobre os temas centrais do filme, passa a sair da condição egoica e autocentrada, e a enfrentar e desdramatizar a realidade dos fatos, tornando-se mais disponível, empático e aberto às conexões com as pessoas e a existência.



**Regina Estermann (1963-)** é psicóloga pós-graduada em Luto e Perda. Brasileira, natural de Lavras, MG. Voluntária da Conscienciologia desde 2001, professora de Conscienciologia desde 2006 e tenepesta desde 2002. Verbetógrafa da Encyclopédia da Conscienciologia e autora de artigos conscienciológicos. Consciencioterapeuta desde 2015.



Não acredite em nada,  
nem mesmo no que ler nesta publicação.

## **EXPERIMENTE. TENHA SUAS EXPERIÊNCIAS PESSOAIS.**

PRINCÍPIO DA DESCREnça: DIRETRIZ BÁSICA DA PESQUISA EM CONSCIENCIOLOGIA.

Do not believe in anything,  
not even in what you read in this publication.

## **EXPERIMENT. HAVE YOUR OWN EXPERIENCES.**

DESBELIEF PRINCIPLE: BASIC GUIDELINE OF RESEARCH IN CONSCIENTIOLOGY.

No crea en nada,  
ni siquiera en lo que lea en esta publicación.

## **EXPERIMENTE. TENGA SUS PROPIAS EXPERIENCIAS.**

PRINCIPIO DE LA DESCRENCIA: DIRECTRIZ BÁSICA DE LA INVESTIGACIÓN CONCIENCIOLÓGICA

# DICTIONÁRIO DE CONSCIENCIOTERAPIA COM TERMOS MULTILINGÜES EQUIVALENTES

## WÖRTERBUCH DER BEWUSSTSEINSTHERAPEUTIKOLOGIE MIT MEHRSPRACHIGEN ÄQUIVALENTEM TERMINI

## DICTIONARY OF CONSCIENTIOTHERAPEUTICOLGY WITH MULTILINGUAL EQUIVALENT TERMS

## DICCIONARIO DE CONSCIENCIO- TERAPIA CON TERMOS MULTILINGÜES EQUIVALENTES

## DICTIONNAIRE DE CONSCIENCIO- THERAPIE AVEC TERMES MULTILINGÜES ÉQUIVALENTS

## DICCIONARIO DI CONSCIENCIO- THERAPIA CON TERMES MULTILINGÜES EQUIVALENTES

# **REVISTA ILUSTRADA DE CONSCIENCIOTERAPIA**

# Edição Comemorativa dos 20 Anos da OIC

