

## ■ AUTOCONSCIENCIOTERAPIA

### **Autoenfrentamento da Pusilanimidade para a Retomada da Proéxis**

*Autoenfrentamiento de la Pusilanimidad para Retomar la Proexis*

*Self-confrontation of Pusillanimity in the Resumption of the Proexis*

**Lourdes Viana**

---

Consciencioterapeuta, pediatra, sanitarista, pós-graduada em Psicologia Médica e Medicina Psicossomática, mestre em Estudo de Ciências da Saúde e do Ambiente, voluntária da Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC), lvianadearaujo@gmail.com

**RESUMO.** Neste artigo a autora aborda a retomada da proéxis a partir das mudanças efetuadas com aplicação das técnicas autoconsciencioterápicas, demonstrando as etapas do processo proposto e realizado diante do medo de ataques de consciências extrafísicas e da dificuldade em se expor diante do público ou mesmo de colocar as suas opiniões em círculos de diferentes grupos, como trabalho, família e voluntariado. Foram utilizadas as quatro fases do ciclo autoconsciencioterápico e apresentados os resultados obtidos com o objetivo de demonstrar ser exequível o realinhamento da proéxis a partir de reciclagens intraconscienciais desencadeadas através da autoconsciencioterapia.

**Palavras-chave:** reciclagem, escondimento, medo.

**RESUMEN.** En este artículo la autora aborda la decisión de retomar la proexis a partir de los cambios efectuados por medio de la aplicación de las técnicas autoconsciencioterapéuticas, demostrando las etapas del proceso propuesto y enfrentando el miedo de ataques de consciencias extrafísicas y la dificultad en exponerse delante del público o de presentar las propias opiniones en diferentes grupos, como trabajo, familia y voluntariado. Fueron empleadas las cuatro fases del ciclo autoconsciencioterapéutico y se presentan los resultados obtenidos con el objetivo de demostrar que es posible el realineamiento de la proexis a partir de reciclajes intraconscienciales desencadenados através de la autoconsciencioterapia.

**Palabras clave:** reciclaje, escondimiento, miedo.

**ABSTRACT.** In this article, the author discusses the resumption of the proexis through the changes made with the application of self-conscienciotherapeutic techniques, demonstrating stages of the process proposed and carried out in the face of the fear of attacks of extraphysical consciousnesses and in the difficulty of exposing herself before the public or even inserting her opinions in various groups, such as work, family and volunteering. The four phases of the self-conscienciotherapeutic cycle were used and the results obtained were presented with the objective of demonstrating the feasibility of the realignment of the proexis through intraconsciencial recyclings triggered by self-conscienciotherapy.

**Keywords:** recycling, concealment, fear.

## INTRODUÇÃO

**Pusilanimidade.** O presente trabalho visa apresentar a autossuperação do *trafar* da pusilanimidade da autora com a heteroajuda da consciencioterapia clínica numa abordagem fundamentada no paradigma consciencial. O traço aparecia, notadamente, frente a ameaças de ataques extrafísicos dos assediadores, ex-companheiros do passado, e de autoexposição em público.

**Proéxis.** O estudo enfatiza o autorreconhecimento da programação existencial como motivador para a reciclagem intraconsciencial mais profunda e, neste caso específico, de autossuperação da pusilanimidade para a assunção do protagonismo no voluntariado conscienciológico.

**Metodologia.** O método utilizado para o tratamento da pusilanimidade inclui as pesquisas do laboratório consciencial da pesquisadora – Autoconsciencioterapêutica e Autoexperimentologia, as 4 etapas do processo autoconsciencioterápico: autoinvestigação, autodiagnóstico, autoenfrentamento e autossuperação, e revisão bibliográfica sobre os temas abordados neste trabalho.

**Seções.** O artigo foi organizado em 4 seções:

### I. Proéxis.

### II. Curso Intermissivo.

### III. Consciencioterapia.

3.1. Autoinvestigação.

3.2. Autodiagnóstico.

3.3. Autoenfrentamento.

3.4. Autossuperação.

### IV. Conclusões.

## I. PROÉXIS

**Proéxis.** A identificação de se ter uma programação existencial a cumprir, mesmo sem conhecer os detalhes, é capaz de impulsionar a conscin a assumir, com mais frequência, posicionamentos e diretrizes mais positivas em relação à sua vida, e principalmente à autoevolução.

**Teática.** Segundo Vieira (1997, p. 20) mais vale 1 experiência direta, vivida, exemplificativa, do que 99 teorias catalogadas com toda meticulosidade científica.

**Trafôres.** O reconhecimento dos *trafôres* e do *materpensene* pessoal favorece a viabilização da *proéxis*, assim como os *autoesforços*, *coragem* e *vontade firme* para as *recins*, *recéxis* e *empreendimentos* necessários à evolução.

**Compléxis.** De acordo com Lopes (2015, p. 86), no planejamento da vida *intrafísica*, elaborado durante o curso *intermissivo* (CI), para atingir o *compléxis* foram considerados os *autotrafores* da *consciência*, desenvolvidos em *múltiplas existências*.

**Trinômio.** Somado a isso, pelas características pessoais identificadas na autoconsciencioterapia e contrapondo à pusilanimidade, para tornar-se completista existencial supôs-se ser indispensável, para esta autora, a aplicação do *trinômio motivação-esforço-perseverança*.

**Incompléxis.** Em contrapartida, o incompléxis, condição frustrante de incompletude da execução da proéxis, geralmente se manifesta como melancolia intrafísica (melin) e doenças físicas, podendo até chegar à dessoria precoce e conseqüente melancolia extrafísica (melex).

**Autoposicionamento.** A percepção da melin, e vislumbre de posterior melex, pode levar a conscin, pelo constrangimento cosmoético, a se posicionar, por exemplo, frente a assediadores extrafísicos, consciexes patológicas, ex-companhias do passado, com quem ainda se mantém ligada e sob dominação destas por medo ou afinidade pensênica e multisseriexológica, mas principalmente por se acovardar diante de neoposturas e autorresponsabilidades mais avançadas, exemplaristas e evolutivas que já deveria ter assumido para todo este grupo.

**Submissão.** O medo, diante da pressão para manter-se com as mesmas posturas retrógradas do grupo de consciexes assediadoras, pode provocar vergonha, sofrimento e paralisar a consciência, o que a torna pusilânime diante da vida e dos compromissos assumidos no CI.

**Verdugo.** Couto, em *Contrapontos do Parapsiquismo* (2010, p. 23), enfatiza a pusilanimidade como o “medo de enfrentar os assediadores extrafísicos e os erros do passado, caindo na situação da vítima passiva, entreguista, que aceita o domínio do verdugo receando o enfrentamento da situação, acuada pelas autoculpas e pelas retrocognições negativas”.

**Insatisfação.** A percepção de não cumprimento da proéxis, sendo deficitária na condição de minipeça no maximecanismo da equipe multidimensional (Vieira, 2011, p. 17), mantendo ainda o medo das consciexes e do protagonismo interassistencial mais sério assumido em CI, gerou nesta autora alto nível de ansiedade e insatisfação pessoal.

**Autoconsciencioterapia.** A compreensão de que esta insatisfação, aliada a conseqüentes sinais e sintomas físicos, a exemplo de aumento da pressão arterial, taquicardia, alterações do sono e gastroenterológicos, anunciava a instalação da melin, e posterior melex, levou a autora a novos posicionamentos diante dos medos e pressões assediadoras, assumindo o processo de autopesquisa e aplicação de técnicas autoconsciencioterápicas para sua superação.

## II. CURSO INTERMISSIVO

**Teste.** A certeza íntima da autora em ter frequentado CI veio ao responder o teste do intermissivista, encontrado no livro *700 Exeperimentos da Conscienciologia* (Vieira, 2013, p. 604), a respeito das evidências na personalidade de pelo menos 5 dos 10 traços apresentados no questionário.

**Indicativos.** Esta autora se identificou com todos os trafores apresentados e relata, na *técnica da auto-holobiografia*, item 3.1, alguns exemplos da sua história de vida atual que indicam ser intermissivista.

### III. CONSCIENCIOTERAPIA

**Avançado.** A autora participou do Grupo Avançado em Consciencioterapia em 2017, sendo fundamental para o aprofundamento autoconsciencioterápico.

**Operandi.** Durante as sessões do grupo, pôde-se perceber com clareza que o afastamento da proéxis, por quase 10 anos, foi em decorrência do medo de se posicionar frente às consciexes carentes e exigentes de sua fidelidade ao *modus operandi* antigo, antes comum entre elas e a autora, e, para as quais, um dos seus principais públicos-alvo de assistência, já poderia lhes oferecer, nesta existência, exemplarismo autoevolutivo.

**Mudanças.** Ficou evidenciada a necessidade de implementação imediata, com ações factíveis e exequíveis, sem procrastinações, de mudanças no autoposicionamento para o realinhamento da proéxis.

**Questionamentos.** De que maneira superar o medo da pressão e ameaças exercidas pelas consciexes e mudar de atitude? Como passaram a exercer tanta dominação e medo sobre esta autora?

#### 3.1. Autoinvestigação.

##### *Técnica da auto-holobiografia.*

**Otimização.** A consciencioterapia oferece diversas técnicas para otimização do processo de aprofundamento na autoinvestigação (etapa 1) e ter mais precisão nos auto-diagnósticos (etapa 2), a fim de prescrever, com assertividade, as ações de autoenfrentamento (etapa 3) e, então, conseguir finalmente a autossuperação (etapa 4) dos auto-diagnósticos, trafores, autocorrupções, sinais e sintomas, parassinais e parassintomas identificados.

**Foco.** Os focos da auto-holobiografia foram o de investigar as situações de medo e submissão às consciexes e, para fazer o contraponto positivo e traforista, os momentos autocomprobatórios do vínculo proexológico desta autora com o maximecanismo evolutivo.

**Paragenética.** Mesmo sem ter identificado claramente as causas dos medos e da submissão, por hipótese, pela criação rígida na infância e adolescência e a forma como esta autora reagia, tentando nunca dar trabalho e não admitindo cometer os erros comuns destas fases da vida, a raiz destes comportamentos é paragenética, ou seja, herança de si mesmo desde outras existências.

**Preponderância.** Também foram identificados e listados a seguir, em ordem de acontecimento, fatos e parafatos marcantes na vida da autora, os quais ratificam sua convicção em ter frequentado o CI e conseqüentemente ter proéxis a cumprir:

01. **Antirreligião.** Desde a pré-adolescência já sentia aversão e necessidade de afastamento de qualquer tipo de religião, seita ou misticismos, apesar de ter sido aluna em colégio católico.

02. **Assistência.** Entre os 9 e 10 anos de idade já apresentava interesse no desenvolvimento humano; poder estudar assuntos sobre o funcionamento da mente e o passado da consciência, também sobre História e Arqueologia, decidindo, na adolescência, pelo curso de Medicina e atuar na Psiquiatria.

03. **Psiquiatria.** Os estudos da Psiquiatria na faculdade não despertaram interesse, pois naquela época a prática psiquiátrica pareceu muito agressiva, com contenção física e química dos pacientes (década de 1970), optando pela Saúde Pública e Pediatria.

04. **Bioenergias.** Durante a atuação em hospitais e ambulatorios, percebia banhos energéticos e, eventualmente, orientações na forma de intuição ou clariaudiência para ajustes nos atendimentos. Não comentava estas parapercepções por medo de ser considerada doente mental pelos colegas de profissão, amigos e grupo familiar.

05. **Projeção.** Em julho de 1996 estas parapercepções se tornaram mais ostensivas. Os autoquestionamentos se intensificaram e ocorreu uma projeção consciente assistida por um amparador que levou a autora a um hospital extrafísico. Impactada com a projeção, procurou algum local em que pudesse estudar este fenômeno, encontrando o Instituto Internacional de Projeção e Conscienciologia (IIPC).

06. **Conscienciologia.** Houve, no IIPC, o reconhecimento imediato das ideias da Conscienciologia e o início da participação em vários cursos da instituição e também do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC), em Foz do Iguaçu, Paraná.

07. **Mestrado.** Na mesma fase ingressou no mestrado, o qual havia protelado por vários anos, apesar de trabalhar em uma universidade.

08. **Docência.** Em paralelo também começou a docência na instituição conscienciocêntrica, marcada por sentimentos de insegurança e medo ilógico, principalmente no início de aulas ou palestras, diferentemente do ocorrido em relação à universidade, onde o processo se deu sem intercorrências ou dificuldades maiores.

09. **Psicometria.** Na docência conscienciológica pôde identificar, através de leitura energética, que havia a influência de consciexes insatisfeitas com as neoideias que passou a estudar e a divulgar.

10. **Tenepes.** Durante a prática da tenepes, a autora percebeu que estas consciexes faziam parte de seu público-alvo de assistência.

**Aportes.** O parapsiquismo, assistencialidade, ideia persistente de ter tarefa importante a cumprir, seriedade desde muito jovem com a carreira e aproveitamento útil da vida, projeções lúcidas e autoconsciência seriexológica e bioenergéticas eram aportes para assunção no maximecanismo proexológico grupal.

**Contratempo.** Porém, um acidente de percurso aumentou a pressão extrafísica e a autora veio a se afastar de suas responsabilidades.

**Duplismo.** Apesar das inseguranças na docência conscienciológica, ainda manteve seus compromissos, porém diante de acidente grave envolvendo seu parceiro evolutivo, em quem resultou seqüela física, a autora paralisou-se, sucumbiu ao medo e à sensação de ameaça em ocorrências que lhe parecessem negativas.

**Afastamento.** Desde então, por quase 10 anos, afastou-se da docência e voluntariado, mas manteve-se nos estudos da Conscienciológica e na tenepes.

**Sucumbência.** Segundo Vieira (2013, p), “a sucumbência é o ato ou efeito de a consciência sucumbir, cair sob o peso de força interna ou externa, perdendo o ânimo, rendendo-se às injunções da crise intraconsciencial e, por fim, cedendo espaço ou atravancando o caminho evolutivo do grupocarma, compondo a interprisão interconsciencial”.

**Interprisão.** Em vez de atender ao grupo de assistidos, que se incomodava com suas aulas de conteúdo evolutivo e assistencial, a autora passou a sustentar a interprisão grupocármica e estancou o aprimoramento de seus trafores e desenvolvimento dos trafores.

**Desafio.** Conforme afirma Kauati em seu livro Síndrome do Impostor (2017, p.123), “os trafores em uso com poucos desafios podem levar ao tédio e à melin”.

**Identificação.** Precisava ainda identificar os autotrafores para lidar com o autodiagnóstico identificado, conforme exposto no item a seguir.

### 3.2. Autodiagnóstico.

Havia identificado o autodiagnóstico principal: covardia, sucumbência, pusilanidade diante da pressão para não seguir na docência conscienciológica, por sentir-se sob ameaça de que as consciexes assediadoras poderiam lhe prejudicar diretamente ou por meio das pessoas próximas, o que lhe era ainda mais assustador.

#### *Técnica da checagem da autointencionalidade.*

**Intenção.** Usando de autenticidade máxima, a autora aplicou a *Técnica da identificação da intenção*, fazendo-se 3 questões-chave para identificar a própria intenção: por quê? (causa); para quê? (finalidade); para quem? (conscin-alvo), por exemplo:

– *Por que me escondo?* Por medo das reações das consciexes.

**Aprofundamento.** Sendo o medo sintoma do problema e sustentação da pusilanidade, foi necessário aprofundar mais na questão:

– *Por que a sucumbência e não o enfrentamento do medo?* Porque é conveniente ficar na *zona de conforto* e expor somente conteúdos que se tem domínio. *Conscienciológica é novo, e a Evoluciologia é desafiante.*

– *Para que me escondo?* Para eliminar a sensação de medo e sentir mais autosssegurança.

**Aprofundamento.** A autosssegurança havia aprofundado a resposta quanto ao medo e à permanência na zona de conforto.

– *Para quem me escondo?* Para as consciexes, que reforçam minha permanência na zona de conforto.

**Autosssegurança.** Foi surpreendente perceber que para sentir-se segura, dedicava-se a áreas que tinha certo domínio. Por exemplo, o trabalho no posto de saúde, com grupos temáticos, e na universidade, onde sentia que fazia assistência e ficava menos autoculpada, ainda ocupando o tempo sem sofrer contrafluxos assediadores, pois neste contexto ensinava matérias já consolidadas no planeta.

**Dissimulação.** Segundo Marcelo da Luz (2011 p. 162), sob a ilusão do perfeccionismo, candidatos à santidade se julgam superiores aos demais, e a arrogância pode fazer uso de diversas máscaras, dissimulando consciente ou inconscientemente sua altivez.

**Arrogância.** A autora não havia ainda identificado arrogância em sua manifestação, mas viu a importância de se observar melhor e refletir mais sobre isso.

**Conforto.** A recin e a docência conscienciológica, muitas vezes *desdizendo o que dizia em outras vidas*, incomodava as consciexes companheiras do passado. Elas não estavam dispostas a mudar e cobravam da autora os mesmos posicionamentos e promessas retrógradas, ao modo de verdades absolutas e abordagem de consolo ou manipulação comuns no contexto religioso.

**Vaidade.** A autora identificou que as consciexes assediadoras manipulavam a autora por meio das ameaças à saúde na família, sobrecarregando-a na autorresponsabilidade para com estes.

**Xenopense.** Segundo Vieira (2013, p. 745), “... Os assédios de origem extrafísica em geral são executados sobre os elementos constitutivos dos pensenes do ser intrafísico, ou através de cunhas mentais (xenopenses), nesta ordem pensênica de importância: EC, emoção ou afeto, e pensamentos ou ideias”.

### ***Técnica da checagem autopensênica.***

**Técnica.** A *técnica da checagem autopensênica* teve propósito de desenvolver a autocognição dos próprios pensenes, utilizando também o parapsiquismo.

**Questionamentos.** Foram feitos os seguintes autoquestionamentos: “por que estava pensando em me esconder naquele determinado momento?; “o que estava sentindo em consequência deste pensamento?; “que sentimentos estava emitindo em relação a mim mesma e aos outros?; “como estavam as energias?; “estes pensenes eram somente meus, ou estavam sendo exacerbados por consciexes?”.

**Somatização.** Nas situações como o início de uma palestra ou a primeira aula de um curso foi identificado pela autora que o medo da autoexposição se exacerbava de modo a provocar sintomas físicos: gastrointestinais, náuseas, tremores, taquicardia, tonteira que começaram a serem controlados com a instalação do estado vibracional e manobras energéticas.

**Autorreflexão.** Qual seria a preocupação principal no momento do medo da exposição? A preservação da autoimagem? O medo de não agradar os ouvintes? O medo de não ser uma palestrante brilhante? E por que estava ali? Queria reforço na autoestima? Ou na vaidade? Como procurar identificar as necessidades dos ouvintes ou interlocutores tendo estes pensamentos? Como chegar a uma reflexão clara e cosmoética? Que grau de autenticidade havia durante a autoexposição?

**Autoatualização.** Estas reflexões provocaram uma atualização das autopercções, com identificação e reajuste de trafores, trafares e trafais, levando à assunção multidimensional quanto às próprias capacidades e às limitações, tais como:

Trafor: facilidade de comunicação.

Trafar: vaidade.

Trafal: coragem.

**Arrogância.** Foi possível observar também, que no traço da vaidade escondia-se a arrogância. Para não demonstrar suas dificuldades, por medo de enfrentar os erros que poderiam ser cometidos, escolhia não se arriscar a fazer o que poderia não conseguir.

**Inautenticidade.** Estava focada na autopreservação egoica, evitando o julgamento e avaliação negativa dos outros, esquecendo a natureza multidimensional, da impossibilidade de esconder as energias, evidenciando um comportamento inautêntico que a levou ao estudo da sua da autenticidade nas manifestações conscienciais.

**Autoexposição.** A dificuldade de autoexposição era mais um mecanismo de defesa de sua arrogância para não mostrar possíveis erros, natural quando se está aprendendo algo novo ou adotando neoposturas e empreendimentos mais avançados para a evolução das consciências.

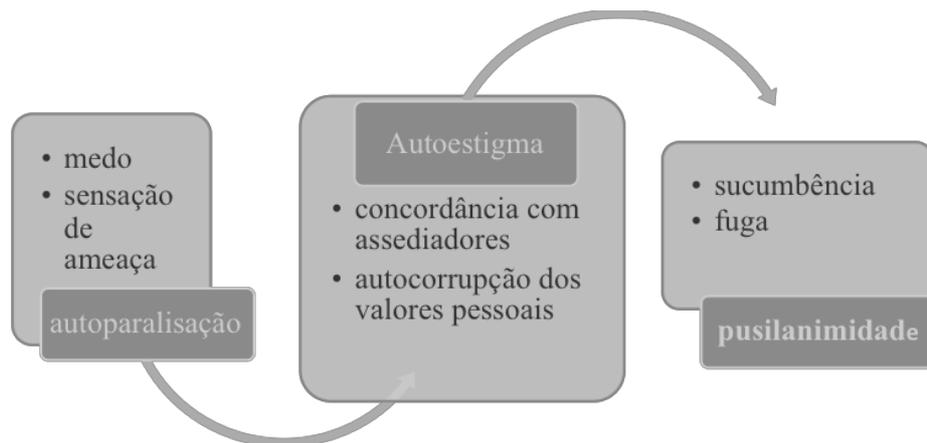
**Protagonismo.** Vaidade e arrogância foram elementos de *rapport* com os assediadores que mantinham o autoassédio, e se ousasse sair da zona de conforto, ameaçavam minidoenças de parentes ou contrafluxos, a fim de instigar o estigma assediador contrário à participação da autora no protagonismo proexológico.

**Estigma.** O estigma assediador é “um insucesso, sempre dramático, em geral patológico, ou uma derrota evolutiva, assentada, em geral, em uma auto-obcecação consciencial geradora da melin ou da melex. Muitas vezes, resulta em acidentes parapsíquicos”.

**Pusilanimidade.** A autora percebeu que sob o medo da ameaça dos assediadores mantinha-se paralisada, corrompendo os seus valores e interesses evolutivos, confirmando e concordando com a patologia, sem enfrentar as dificuldades, nem demonstrar

reação, utilizando ainda mecanismos de autocorrupção e aparência de quem estava apenas sendo prudente ou ponderada.

**Funcionamento.** Eis modelo gráfico do entendimento desta autora quanto ao mecanismo de funcionamento da pusilanimidade pessoal, pelo qual, com medo, mantém-se paralisada diante de sensações de ameaças, mantendo o autoestigma assediador, se corrompendo com seus valores pessoais e sucumbindo à pressão, levando à fuga e pusilanimidade:



**GRÁFICO 1. MECANISMO DE FUNCIONAMENTO DA PUSILANIMIDADE PESSOAL.**

**Autoenfrentamento.** Os autoquestionamentos diante da realidade ainda dogmática e anacrônica do modo de funcionar, fez com que a autora investisse na qualificação dos autopensamentos com mais coerência e cosmoética, buscando promover a higidez pensativa, a identificação e o emprego dos traços já desenvolvidos e a intensificação das práticas energéticas, a fim de dar sustentabilidade aos autoenfrentamentos da pusilanimidade pessoal, contudo mantendo a autoinvestigação contínua dos auto e heterojulgamentos, autocorrupções e autocomplacências evitando novos mata-burros.

**AM.** “A autoconscientização multidimensional, não permite mais determinadas autocorrupções que, a rigor, tornam-se incompatíveis com a paz íntima que depende sempre, exclusivamente, do nível de nossa consciencialidade. Deixar o próprio erro intocável, sem qualquer reação renovadora, é sucumbir aos próprios traços, passando um atestado quanto à própria rendição anticosmoética. Eis aí um suicídio moral típico, consciente, até camuflado” (Vieira, 1997, p. 40).

### 3.3. Autoenfrentamento.

#### *Técnica da ação pela prioridade.*

**Alavancagem.** A autora precisava identificar as ações prioritárias de autoenfrentamento para alavancar as autorreciclagens e manter a automotivação no processo.

**Questionamentos.** Precisava responder aos questionamentos do início da autoconscientioterapia, referentes a “como superar o medo da pressão e ameaças exercidas

pelas consciexes e mudar de atitude?” e; “como essas consciexes passaram a exercer tanta dominação e medo sobre mim?”.

**Prioridade.** A segunda questão foi respondida na etapa do autodiagnóstico. A primeira, como superar o medo da pressão e ameaças e mudar de atitude, era a tarefa para exercer a prioridade no momento.

**Autoexposição.** Dois anos antes de conseguir chegar à consciencioterapia, havia iniciado o enfrentamento da dificuldade de exposição ao público, por meio da desdramatização, com o objetivo de diminuir a importância dada ao medo das consciexes e ameaças imaginárias.

**Recéxis.** Com as melhoras alcançadas, a autora concluiu que necessitava aplicar a *técnica da recéxis*, direcionando os esforços para o cumprimento das metas evolutivas autoprogramadas.

**Profissão.** Havia feito mudanças na profissão, na universidade e no centro de saúde onde trabalhava, e iniciado processo de formação docente na Conscienciologia.

**Autoconfiança.** A prática docente permaneceu por apenas 2 anos, porém gerou autoconfiança para outras realizações, tais como o mestrado, palestras públicas e participação em debates com autoposicionamentos das próprias ideias, contudo ainda restritas, mantendo o autoescondimento e falta de autenticidade.

**Proatividade.** A partir do Grupo Avançado em Consciencioterapia, em 2017, sem procrastinações, a autora posicionou-se quanto à sua própria realidade consciencial e à necessidade das mudanças para o realinhamento da proéxis.

**Recin.** Posicionou-se contra o próprio dogmatismo, em decorrência dos estudos de conscienciologia e das experiências pessoais vivenciadas.

**Retomada.** Decidida, de imediato retomou a docência conscienciológica, o voluntariado no setor de acolhimento e, posteriormente, em oficinas de bioenergias e palestras públicas gratuitas, com o enfrentamento do medo da autoexposição e assunção das verpons da Conscienciologia.

**Exemplarismo.** A intensificação das práticas energéticas, associada a mudanças prioritárias, por exemplo, melhor auto-organização do tempo, rotinas úteis, vigilância da pensividade e foco no traforismo, favoreceu o neoposicionamento frente às consciexes, empregando o autodiscernimento e a cosmoética, provocando a quebra do vínculo doentio e favorecendo, pelo exemplarismo, oportunidade para renovação de posturas anacrônicas para todos os envolvidos.

**Autocoerência.** Estas mudanças levaram a confrontações mais aprofundadas como a autopesquisa do grau de autenticidade nas manifestações diárias, desde a necessidade de sinceridade consigo mesma, de autocoerência, como nas relações pessoais mais próximas, nos grupos sociais e profissionais e no desenvolvimento da autocoerência para o cumprimento da agenda evolutiva pessoal para a interassistência multidimensional.

### 3.4. Autossuperação.

#### Indicadores de autossuperação.

**Autoexpressão.** Para acompanhamento e avaliação das autossuperações, foram estudados os resultados que demonstravam mudança de comportamento nas ações diárias quanto ao autoescondimento, por exemplo, expressão das ideias de maneira clara durante debates e diálogos, de forma sincera e transparente.

**Mensuração.** Embora perceptível no dia a dia, foram autoposicionamentos de difícil mensuração.

**Engajamento.** Indicadores ao modo do aprimoramento da percepção das necessidades dos outros, procurando assistir com cosmoética e discernimento, a aceitação da docência Conscienciológica, epicentrismo nas Oficinas do Estado Vibracional, palestras e fotopalestras públicas gratuitas, com a percepção, e parapercepção, da progressiva diminuição dos sintomas anteriores como taquicardia, insônia e xenopensenidade.

**Glasnost.** A pesquisadora tem procurado exercitar diariamente a autenticidade em suas manifestações, sem autoescondimentos. Os amparadores trabalham com a *glasnost*, quem gosta de escondimentos geralmente são as consciexes mais patológicas e assediadores.

**Neopostura.** Com esta nova postura e abertismo consciencial com o grupo evolutivo, esta autora tem percebido diversas sincronicidades para participar em eventos onde ela possa contribuir com seus trafores assistenciais e bancar os autoposicionamentos pró-evolutivos.

**Lucidez.** Foi observado também que à medida em que passou a assumir a sua realidade consciencial, a partir de posicionamentos com mais lucidez e com foco no trabalho a ser desenvolvido, houve uma ampliação das parapercepções e o ansiosismo foi diminuindo.

## IV. CONCLUSÕES

**Conexão.** A autora constatou que o comportamento de autoescondimento provocado pelo medo das reações das consciexes, mais a vaidade e a arrogância camufladas levavam à dificuldade de conexão com o amparo e à perda de energias na manutenção do processo autoevolutivo, que não eram percebidos anteriormente.

**Assistência.** Percebeu que seria fundamental desdramatizar seus medos e os desconfortos, mudando seu comportamento dogmático no processo assistencial, pois sempre haverá repercussões desagradáveis, contra as quais caberá ao assistente a aplicação dos trafores e técnicas assistenciais para o melhorar a condição ou sensação do assistido.

**Proéxis.** Essa mudança de atitude e foco na assistência levaram a autora à diminuição da pusilanimidade e hesitação nas decisões, firmando sua retomada da proéxis e autoconsciência para o cumprimento da agenda evolutiva pessoal.

**Incremento.** Com assunção da proéxis e investimento nas reciclagens, intraconscienciais e existenciais, passou a ter sensações de alívio e liberdade, além da

melhora do humor e nos relacionamentos, incremento das parapercepções, domínio energético, sinaléticas energéticas e parapsíquicas e maior lucidez do contato com consciências extrafísicas amparadoras.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

01. **Couto**, Cirlene; *Contrapontos do Parapsiquismo: Superação do Assédio Interconscional Rumo à Desassediabilidade Permanente Total*; pref. Waldo Vieira; 208 p.; 18 caps.; 93 enus.; 1 tab.; glos.: 300 termos; 45 refs.; 21 x 14,2 cm; br.; alf.; *Associação Internacional Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2010, página 23.
02. **Ferreira**, Luiz Roberto; *Autoconsciencioterapia aplicada ao Narcisismo*; Artigo; VIII Jornada de Saúde da Consciência e VIII Simpósio de Autoconsciencioterapia; Foz do Iguaçu, PR; 07 a 08.09.14; *Saúde Conscional*; Revista; Anuário; Vol. 3; N. 3; Seção Consciencioterapia Clínica; 1 E-mail; 9 enus.; 1 microbiografia; 2 siglas; 2 tabs.; 11 refs.; 1 webgrafia; *Organização Internacional de Consciencioterapia* (OIC); Foz do Iguaçu, PR; Setembro, 2014. Páginas 109 a 118.
03. **Haymann**, Maximiliano; *Prescrições para o Autodesassédio*; 216 p.; 4 seções; 36 caps.; 77 enus.; 3 esquemas 4 tabs.; glos. 168 termos; 63 refs.; 78 verbetes da Conscienciologia; 28 webgrafias; alf.; 23 x 16 cm; br.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2016, páginas 119 a 121.
04. **Kauati**; Adriana; *Síndrome do Impostor: Superação pela Autocientificidade*; pref. Alzira Gesing; 246 p.; 5 partes; 31 caps.; 209 enus.; 3 esquemas; 1 fluxograma; 5 ilus.; 7 tabs.; 3 filmes; 112 refs.; 9 webgrafias; alf.; ono.; 22,5 x 16 cm; br.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2017; páginas 123 e 155.
05. **Lopes**, Tatiana; *Identificação e Aplicação Lúcida dos Autotrafores na Consecução da Proéxis*; Artigo; Anais do I Congresso Internacional de Proexologia (Ciproexis); Foz do Iguaçu, PR; 12 a 13.09.15; *Proexologia*; Revista; Edição Especial I Congresso Internacional de Proexologia (Ciproexis); Vol. 1; N. 1; 1 E-mail; 1 ilus.; 1 website; 1 microbiografia; 6 enus.; 3 notas; 6 refs.; *Associação Internacional da Programação Existencial* (APEX); Foz do Iguaçu, PR; 2015; páginas 86 a 92.
06. **Luz**, Marcelo da; *Onde a Religião Termina?*; pref. Waldo Vieira; revisores Erotides Louly; Helena Araujo; & Valana Ferreira; 486 p.; 5 seções; 17 caps.; 12 documentários & Minisséries; 17 E-mails; 33 enus.; 149 estrangeirismo; 1 foto; 79 infografias; 1 microbiografia; 15 siglas; 2 tabs.; 16 websites; 22 filmografias; 571 refs.; 2 apênds.; alf.; geo.; ono.; 23,5 x 16 cm; enc.; 3ª Ed. Gratuita; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2011; página 162.
07. **Mohr**, Tara; *Ouse crescer*; tradução de Afonso Celso da Cunha Serra; Rio de Janeiro, RJ; *Sextante*; 2016. páginas 147 a 162.
08. **Musskopf**, Tony; *Autenticidade Conscional*; 374 p.; 6 seções; 105 caps.; 71 abrevs.; 81 estrangeirismos; glos. 237 termos; 6 filmes; 508 refs.; 39 geo.; 91 ono.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2012. Páginas 109 a 116, 199 e 200.
09. **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.; 3ª Ed. rev. e amp.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2013, páginas 604 e 745.
10. **Idem**; *Manual da Proéxis: Programação Existencial*; revisores Erotides 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.; 5ª Ed. rev.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2011. páginas 61 a 68.
11. **Idem**; *Temas da Conscienciologia*; revisores Alexander Steiner; Cristiane Ferraro; & Graça Razera; 232 p.; 7 seções; 90 caps.; 10 diagnósticos; 15 E-mails; 115 enus.; 1 foto; 1 microbiografia; 10 pesquisas; 30 testes conscienciométricos; 2 tabs.; 2 websites; 16 refs.; alf.; ono.; 21 x 14 cm.; br.; *Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia* (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 1997, página 40.