



Leonardo Paludeto*

* Psicólogo. Voluntário da OIC.
leonardo@evolui.com.br

Palavras-chave

Autoconsciencioterapia
Auto-imagem
Consciencioterapia
Energossomática
Homeostática
Reciclagem intraconscencial

Keywords

Conscientiotherapy
Ergosomatics
Homeostatics
Intraconscencial recycling
Self-conscientiotherapy
Self-image

Palabras-clave

Autoconsciencioterapia
Auto-imagen
Consciencioterapia
Energossomática
Homeostática
Reciclaje intraconscencial

Autoconsciencioterapia através do Estado Vibracional

Self-conscientiotherapy through the Vibrational State
Autoconsciencioterapia a través del Estado Vibracional

Resumo:

Este artigo propõe a utilização do estado vibracional servindo de base para o processo consciencioterapêutico da consciência interessada, disposta e pronta a administrar a própria evolução. Busca-se abordar todo o processo envolvido, incluindo metodologia específica. Propõe aplicação prática das técnicas descritas ao longo de, ao menos, 6 meses para alcançar os resultados mais efetivos. Conclui-se o trabalho analisando o estado vibracional enquanto ferramenta útil para recontextualização do autoconceito, podendo propiciar a auto-imagem mais real e saudável.

Abstract:

This article proposes the use of the vibrational state as the basis for the conscientiotherapeutic process of the interested consciousness that is willing and ready to administer its own evolution. It focuses on the entire process involved, including specific methodology. It proposes a practical application of the techniques described for at least 6 months to reach the most effective results. The work is concluded with the analysis of the vibrational state as a useful tool for the recontextualization of one's self-concept, which could propitiate a healthier and more real self-image.

Resumen:

Este artículo propone la utilización del estado vibracional sirviendo de base para el proceso consciencioterapêutico de la conciencia interesada, dispuesta y preparada para administrar la propia evolución. Se busca abordar todo el proceso envuelto, incluyendo metodología específica. Propone aplicación práctica de las técnicas descritas a lo largo de, al menos, 6 meses para alcanzar los resultados más efectivos. Se concluye el trabajo analizando el estado vibracional en cuanto herramienta útil para recontextualización del autoconceito, pudiendo propiciar auto-imagen más real y saludable.

INTRODUÇÃO

Diversidade. A autoconsciencioterapia pode ser realizada através de diversas técnicas. A técnica do estado vibracional (EV) representa oportunidade holossomática para aprendizado, pois envolve todo o holossoma. Este autor apresenta, neste artigo, autopesquisa teática com abordagem autoconsciencioterápica sobre a aplicação, durante 6 meses, do EV enquanto ferramenta para desencadear mudanças intra e interconscenciais.

Objetivo. O objetivo deste trabalho é apresentar informações e técnicas aos interessados em deixar as vivências e processos espontâneos para a criação de ciência laboratorial sobre si mesmo – nesse caso, a autoconsciencioterapia.

Experimentação. A autoconsciencioterapia é essencialmente prática, sendo a teoria o ponto de apoio. Porém, apenas experiências não garantem as transformações necessárias. O autoconsciencioterapeuta precisa executar ações direcionadas ao constante aprofundamento em seus próprios processos.

1. AUTOCONSCIENCIOTERAPIA

Definição. A *autoconsciencioterapia* é a aplicação pessoal, realizada pela própria consciência, dos conceitos, princípios, técnicas e práticas consciencioterapêuticas com o objetivo específico de promover a melhoria dos incômodos e problemas da consciência em questão.

Sinonímia: 1. Consciencioterapia de si mesmo. 2. Autocura consciencial. 3. Autoterapia conscienciológica.

Antonímia: 1. Terapias alternativas. 2. Modismo da auto-ajuda. 3. Superstições autopromovidas.

Consciencioterapia. “A *Consciencioterapia* é a especialidade da Conscienciologia que estuda o tratamento, alívio ou remissão de patologias da consciência, executados através dos recursos e técnicas derivados da abordagem da consciência inteira, em suas patologias e parapatologias, profilaxias e parapofilaxias” (Vieira, 1997, p. 68).

Implícita. A autoconsciencioterapia está implícita na abordagem da Consciencioterapia. Constitui trabalho específico da consciência interessada em desencadear a saúde com base no Paradigma Consciencial.

Objetivo. O objetivo amplo da autoconsciencioterapia é a saúde holossomática a partir da autonomia consciencial.

Ocorrências. O entendimento mais completo e definitivo da autoconsciencioterapia exige a consideração de fatos e processos presentes em diversas situações. Com essa finalidade, apresenta-se, a seguir, duas classificações.

Prática. Em primeiro lugar, quanto à *prática* autoconsciencioterápica, pode-se apresentar os seguintes 3 níveis, em ordem crescente de complexidade:

1. **Vivência.** A vivência é conjunto de ações e reações vividas pela consciência, nem sempre intencional, podendo ser espontânea, sem necessidade de premeditação, deliberação ou planejamento. As análises, reflexões e aprendizados nem sempre são promovidos pela conscin protagonista da vivência ou, quando surgem, são ainda esboçantes. O aproveitamento dessa prática para a evolução será restrito e mais dependente de outras consciências.

2. **Experimento.** O experimento é a seqüência de ações e reações promovidas pela consciência. Caracteriza-se pela intenção voluntária, premeditada, deliberada e controlada. Promove-se, com isso, o aprendizado através de diversos processos. Nem sempre se escolhe o contexto ou o ambiente, tampouco pode-se ter maior rigor no controle das variáveis envolvidas. Outro fator limitante é a dificuldade de repetição e continuidade das experimentações.

3. **Laboratório.** O laboratório de autopesquisa consciencial é a organização de contexto específico para a realização de técnicas predisponentes de experimentos estruturados, otimizados e premeditados. Com isso, consegue-se maior rigor no controle das variáveis, na repetição e na constância dos experimentos.

Encadeamento. Em segundo lugar, quanto ao *encadeamento* das práticas autoconsciencioterápicas, pode-se considerar:

1. **Processo.** O processo é a seqüência de causas e efeitos geradores de resultados. Nem sempre intencional, simplesmente é a linha de acontecimentos. Pode, inclusive, ser espontâneo. Está presente nas vivências.

2. **Técnica.** A técnica é o conjunto de ações, procedimentos e manifestações organizadas, sistematizadas e planejadas intencionalmente para promover o processo gerador de resultados desejados e deliberados para a finalidade determinada – nesse caso, a autoconsciencioterapia. É característica dos experimentos, servindo para estruturar a experiência e os resultados.

3. **Metodologia.** O conjunto de técnicas forma a metodologia, que representa o estudo e o desenvolvimento das técnicas. É característico da abordagem laboratorial, pois aplica toda a tecnologia para promover o controle e a otimização das variáveis predisponentes à experimentação mais profunda e avançada.

4. **Ciência.** A ciência engloba os itens anteriores, com o processo espontâneo passando a ser promovido intencionalmente mediante o emprego de técnicas e metodologia própria. Utiliza-se a metodologia, com todos os fundamentos e as técnicas para sair do nível da vivência, chegar à experimentação e manter o processo constante com o nível laboratorial. Dessa forma, a Consciencioterapia chega ao processo terapêutico estruturado em abordagem fundamentada no Paradigma Consciencial.

Processo. Considerando a natureza descrita, o processo autoconsciencioterapêutico está presente em diversas situações. Pode-se, inclusive, experimentá-lo sem a intenção de desencadeá-lo.

Cotidiano. Eis 10 situações nas quais se pode observar o processo autoconsciencioterapêutico no cotidiano:

01. **Aula.** Ministar ou assistir aula de Conscienciologia, permite experimentar o acesso a pensões avançadas sobre si mesmo e a natureza das questões pessoais.

02. **CCCI.** Fazer parte e conviver na *Comunidade Conscienciológica Cosmoética Internacional* (CCCI) pode proporcionar auto-enfrentamento.

03. **Feedback.** Receber *feedback* de alguém sobre característica particular favorece a realização de autodiagnósticos.

04. **Filme.** Assistir filme com temática psicológica possibilita realizar reflexões e investigações sobre conteúdos pessoais.

05. **Grupo.** Conviver em grupo, seja profissional ou socialmente, traz grandes oportunidades para aumentar o autoconhecimento ou promover mudanças intra e interpessoais.

06. **Laboratórios.** Vivenciar experimentos em laboratórios de autopesquisa consciencial pode proporcionar autocompreensão e crescimento pessoal.

07. **Livro.** Ler livro com aprofundamento sobre mecanismo do próprio microuniverso consciencial elaborando autodiagnósticos.

08. **Trabalho.** Executar trabalho específico, situação na qual se enfrenta dificuldades e traques, pode promover grande aprendizado sobre si mesmo.

09. **Viagem.** Fazer viagem estimulante de exploração, desencadeando idéias novas acerca de si mesmo, gerando descobertas pessoais ou oportunidades de enfrentamento de traques conscienciais.

10. **Voluntariado.** Ter experiências em trabalhos voluntários em Instituições Conscienciocêntricas (ICs) pode ser fonte de análises e reciclagens conscienciais.

Segmentação. Naturalmente, os processos autoconsciencioterápicos experimentados nas situações listadas anteriormente podem ficar segmentados, sem integração. As auto-investigações, os autodiagnósticos e os auto-enfrentamentos não são necessariamente sistematizados, organizados e potencializados para levar a um processo contínuo até chegar à auto-superação.

Etapas. O processo autoconsciencioterapêutico completo, técnico e fundamentado na abordagem científica da Consciencioterapia apresenta continuidade, sinergia e experimentação das 4 etapas apresentadas a seguir (TAKIMOTO, 2002):

1. **Auto-investigação.**
2. **Autodiagnóstico.**
3. **Auto-enfrentamento.**
4. **Auto-superação.**

Incitamento. Diariamente, as conscins passam por vivências incitadoras de processos consciencioterápicos. Entretanto, na maioria das vezes, não têm conhecimento, ferramentas, lucidez, vontade ou intenção de aproveitar o processo para transformá-lo em experiência constante e mais profunda. Então, não se chega à aplicação da Consciencioterapia.

2. ESTADO VIBRACIONAL

Definição. O *estado vibracional* (EV) é a dinamização das próprias energias conscienciais através da vontade, promovendo organização, equilíbrio e higidez holossomática (VIEIRA, 2003, p. 800).

Sinonímia: 1. Técnica do EV. 2. Autodefesa bioenergética. 3. Otimização energossomática.

Antonímia: 1. Bloqueio energossomático. 2. Desorganização energossomática. 3. *Vulnerabilidade* energética.

Impulsão. De acordo com o propositor da técnica do EV, Waldo Vieira (2003, p. 800), a instalação do estado vibracional ocorre através da impulsão da vontade e tem a finalidade de “manter a paraprofilaxia pessoal na vivência da consciência”.

EV. O estado vibracional é vivência holossomática potencializadora da realidade consciencial. Por isso, é natural o despertar de novas idéias, reflexões e *insights* sobre a realidade consciencial mais íntima.

Oportunidades. Naturalmente, por falta das habilidades necessárias, ainda se perdem oportunidades de transformar vivências do tipo do EV em experimentos promotores de laboratório consciencial pessoal.

Técnica. Inicia-se a técnica do estado vibracional com a concentração das energias no topo da cabeça e, através da vontade, sem necessidade de imaginação, realiza-se a mobilização das energias por todo o corpo, passando por todos os chacras, até chegar aos pés. Na seqüência, realiza-se a mobilização de volta para para cima, até chegar à cabeça. Mantém-se a mobilização da cabeça aos pés e dos pés à cabeça várias vezes e, simultaneamente, busca-se a dinamização máxima dessas energias até chegar ao EV (VIEIRA, 2003, p. 800).

Variações. Ainda se pode experimentar outras variações da técnica para alcançar o EV, importando prioritariamente a impulsão da vontade.

Funcionalidade. O EV é multifuncional, apresentando grande diversidade de efeitos e aplicações, ao modo destas 10, ordenados alfabeticamente:

01. **Autoconsciencioterapia.** O autoconhecimento e a reciclagem promovidos pela constante prática do EV podem levar à vivência da autoconsciencioterapia.

02. **Autodesassédio.** O momento da intensificação energética constitui o exercício da autodefesa energética, podendo trazer o autodesassédio.

03. **Auto-imagem.** A aplicação da técnica gera espécie de reconfiguração holossomática. Ao praticar constantemente, pode promover a reconstrução da auto-imagem.

04. **Desassim.** A otimização pessoal das energias conscienciais gera não só a diferenciação entre energias internas e externas, mas também oportuniza a eliminação das energias indesejáveis.

05. **Extrafísico.** O constante fluxo energético faz aumentar a conexão multidimensional holossomática e com consciexes, em especial, as amparadoras.

06. **Homeostase.** As aplicações constantes em série levam à experiência da homeostase, não raro com vivência da primener.

07. **Organização.** A disciplina para a prática constante dessa otimização energética leva ao treino da organização pessoal e contribui para o aumento da lucidez, conduzindo à melhora da auto-organização.

08. **Ortopensividade.** De modo geral, há espécie de “limpeza” pensênica, gerando contato mais cosmoético consigo mesmo e com consciexes. Há, então, aumento da ortopensividade.

09. **Pensamento.** Torna-se natural pensar multidimensionalmente, considerando as variáveis energéticas e as interações conscin-consciex.

10. **Vontade.** A exigência do uso da vontade em cada experimento gera verdadeiro treino para o fortalecimento desta.

Foco. As vivências com o EV podem ser direcionadas a diversas aplicações e aprendizados, dependendo do foco definido pela própria consciência. Conforme a elaboração e o foco pensênico, transforma-se a vivência em experimento com alguma abordagem específica.

Autoconsciencioterapia. Para a Autoconsciencioterapia, é preciso seguir otimizações metodológicas coerentes com os focos necessários às reciclagens mais profundas.

Sanidade. De acordo com Waldo Vieira (2003, p. 464), o “estado vibracional, notadamente o profilático, é a unidade da flexibilização holochacral ou da sanidade consciencial da conscin”.

Neofilia. Também, segundo Vieira (2003, p. 800), “o estado vibracional, em nível avançado, abre o microuniverso consciencial, libera a criatividade – as idéias originais – e aprimora a consciencialidade da pessoa neofílica. Sem o estado vibracional freqüente, inexistente autodefesa energética confiável e predisposição pessoal adequada para as tarefas assistenciais às consrésus”.

Auto-imagem. Se bem realizada, a prática autoconsciencioterápica do EV gera neofilia relativa a si mesmo, podendo haver mudança na auto-imagem. A consciência experimenta, de fato, a mudança real do conceito de si mesma.

Efeitos. Cada instalação do EV proporciona o reconhecimento do potencial energético e, mais ainda, representa a desconstrução-reconstrução dos próprios pensenes. Portanto, é oportunidade de flexibilização pessoal, desfazimento da rigidez e posterior reordenação energética. Assim, pode-se exercer influência na própria forma de entender a si mesmo.

3. METODOLOGIA

Metodologia. A prática da autoconsciencioterapia através do EV é realizada a partir de conjunto de otimizações técnicas, compondo metodologia específica.

Definições. É útil definir, antes das ações, os focos. De acordo com esses focos, serão direcionadas as transformações das vivências em experimentos.

Indicadores. Realiza-se o acompanhamento numérico através de indicadores:

1. **Tempo.** Quantidade de tentativas de EV por períodos de tempo (dia, semana, mês, trimestre, semestre e ano).
2. **Dia.** Quantidade de tentativas de EV por períodos do dia (madrugada, manhã, tarde e noite).
3. **Eficácia.** Quantidade de tentativas bem sucedidas (com alcance do EV).
4. **Intensidade.** Intensidade da tentativa e instalação do EV (pode-se utilizar a estimativa com escala numérica – quanto mais intensa a sensação, maior o número).
5. **Biorritmo.** Plotagem gráfica da quantidade diária ao longo do mês para verificar as variações.

Gráficos. As análises são mais completas, claras e objetivas ao plotar os indicadores em gráficos. Eis, 3 exemplos, baseados na autopesquisa autoconsciencioterápica deste autor:

Gráfico 1. Média do número diário de tentativas realizadas por mês.

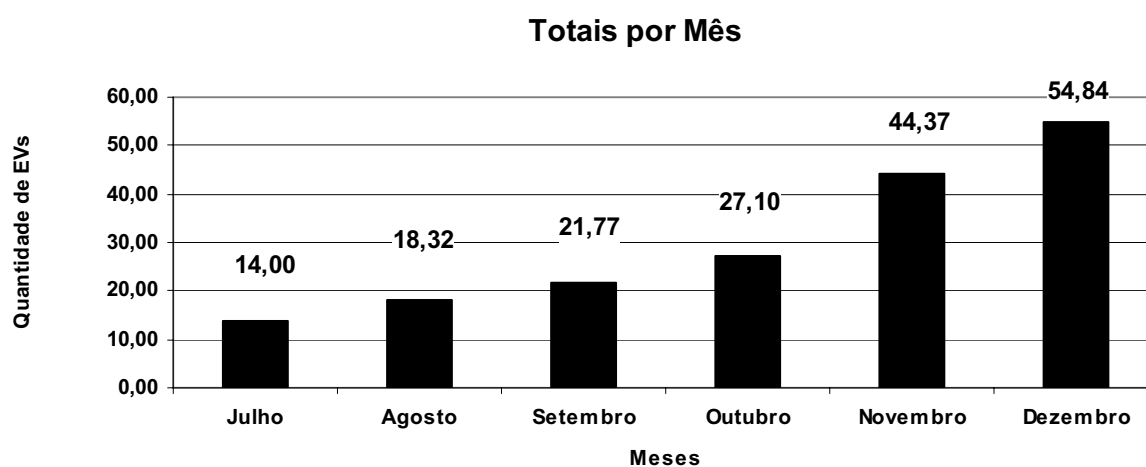


Gráfico 2. Comparação entre o número de tentativas e o número de EVs realmente instalados.

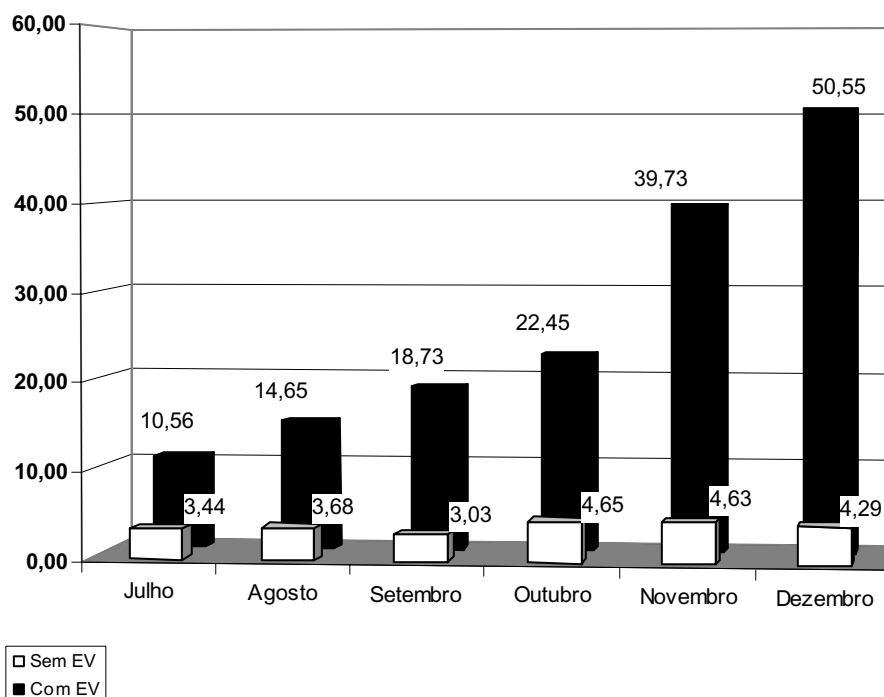
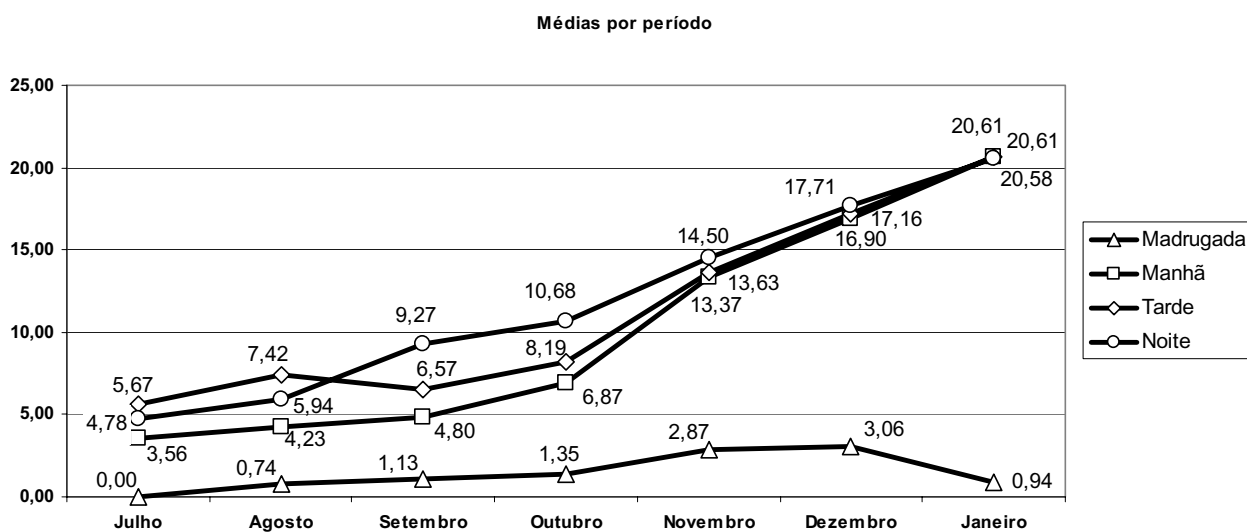


Gráfico 3. Registro do número de tentativas feitas em cada período do dia.

Relações. É importante relacionar todos os indicadores com variáveis qualitativas, por exemplo:

1. **Atos.** Identificar quais atos favoreceram a otimização energética ou, ainda, quais foram motivados por tal otimização.

2. **Fatos.** Relacionar todos os fatos anteriores, simultâneos ou posteriores com possibilidade de estarem associados à prática energética.

3. **Parafatos.** Utilizar as parapercepções para promover a identificação dos parafatos relacionados à prática da técnica.

Conscienciometria. É importante analisar também a qualificação consciencial através da conscienciometria – a métrica dos atributos conscienciais. Esse procedimento, pode ser realizado através de duas abordagens:

1. **Pontual.** Simultaneamente à instalação do EV, pode-se verificar a atuação dos atributos. Analisa-se o próprio momento da tentativa de instalação, as variáveis presentes, os processos vivenciados e os efeitos percebidos. Leva-se em conta uma prática de instalação para se fazer a conscienciometria dos atributos presentes nessa ação específica.

2. **Acúmulo.** Paralelamente às várias tentativas de instalação, pode-se analisar outras ações e manifestações conscienciais envolvidas com as instalações do EV e ocorridas ao longo do dia-semana-mês e relacionadas com a técnica. Estuda-se o processo e a conexão com várias práticas, levando-se em conta o acúmulo de informações.

Mobilizações. Associadas à prática do EV, é importante realizar outras mobilizações energéticas para complementar a experimentação relativas aos diversos atributos conscienciais e promover maior harmonização holossomática.

Exemplos. Eis 5 exemplos de mobilizações complementares:

1. **Auto-arco-voltaico:** exteriorização das energias através dos próprios chacras palmares para o chacra nugal (com a mão dominante) e para o frontochacra (com a outra mão).

Indicação: promove abertura para a formação de novas sinapses.

2. **Circuito corono-frontochacra:** exteriorização das energias pelo coronochacra e absorção pelo frontochacra gerando “anel” energético; após alguns instantes, pode-se inverter o fluxo.

Indicação: otimiza os atributos intelectuais cérebro-paracérebro.

3. **Absorção e exteriorização das energias:** absorver ou exteriorizar as energias através de todo o energossoma, em todas as direções.

Indicação: aumenta a interação multidimensional, com o objetivo de promover tanto a higienização do ambiente quanto a compensação do próprio energossoma.

4. **Elongação energossomática:** alongação de parte do energossoma em direção específica escolhida pelo experimentador.

Indicação: promover a interação com algum ambiente ou consciência específica.

5. **Expansão energossomática:** expansão do energossoma em todas as direções.

Indicação: realizar checagem de energias e/ou facilitar descoincidência holossomática.

Trinômio. O *trinômio energia-conscienciometria-cosmovisão* é proposto por este autor para orientar as pesquisas relativas ao tema deste artigo. Esses 3 elementos são os ingredientes básicos para a autoconsciencioterapia, conforme disposto, a seguir, na ordem funcional:

1. **Energia.** Com o trabalho das *energias*, pode-se otimizar a própria condição de modo extremamente prático.

2. **Conscienciometria.** Esta otimização é utilizada para a realização da *conscienciometria* com o objetivo de qualificar a vivência e transformá-la em experimento.

3. **Cosmovisão.** A análise mais ampla, com associação e expansão das idéias, consegue-se pela aplicação da *cosmovisão*.

Pré-requisito. O pré-requisito para esse trinômio ser verdadeiramente direcionador da consciencioterapia de si mesmo é a Cosmoética.

4. AUTOCONSCIENCIOTERAPIA ATRAVÉS DO EV

Etapas. As etapas da autoconsciencioterapia representam modelo didático para o entendimento desse processo terapêutico.

Aplicação. A aplicação da metodologia autoconsciencioterápica através do EV, em relação às etapas, pode ser feita de duas formas:

1. **Pontual.** Cada aplicação prática apresenta todas as 4 etapas da autoconsciencioterapia. Por exemplo, se em uma instalação, percebe-se alguma dificuldade no início (auto-investigação) e conclui-se tratar-se de descompensação (autodiagnóstico), realiza-se movimento mais acentuado, apoiado na intensificação e na qualificação da intencionalidade (auto-enfrentamento), e chega-se ao EV (auto-superação).

2. **Acúmulo.** O acúmulo de várias práticas de EV configura seqüência de etapas. Por exemplo: depois de várias semanas de práticas, tem-se informações suficientes para a fase de auto-investigação; depois de outras várias semanas conclui-se sobre o próprio diagnóstico e assim por diante.

Descrição. As formas de utilização do EV em cada etapa autoconsciencioterápica – seja na abordagem pontual ou de acúmulo – são descritas a seguir, na ordem funcional:

I. Auto-investigação

Definição. A fase de *auto-investigação* é a pesquisa da própria manifestação para identificar as características, os traços e os mecanismos pessoais. Aqui, promove-se a busca de informações sobre si mesmo e as relações com outras consciências e contextos.

Processos característicos: observação, auto-observação, análise, auto-análise, autocrítica, registro e reflexão.

Percepções. Eis 10 exemplos de informações que podem ser investigados nessa etapa:

01. **Amparalidade.** Percebe-se a presença e atuação de amparadores?
02. **Bloqueios.** Quais chacras estão bloqueados? Em que situações?
03. **Descompensações.** A sensação de esgotamento energético dificulta a prática?
04. **Intencionalidade.** Com que intenção se faz as práticas? Cumprir tarefa é só ato mecânico?
05. **Organização.** As anotações dos experimentos são realizadas constantemente?
06. **Pensenes.** Quais são os pensenes facilitadores e os dificultadores?
07. **Persistência.** Apesar das dificuldades, cumprem-se as metas mais desafiadoras?
08. **Protelação.** Quantas oportunidades são desperdiçadas deixando-se o EV para depois?
09. **Tempo.** Qual a prioridade do EV no dia-a-dia? A sensação de falta de tempo está presente?
10. **Vontade.** A vontade supera as adversidades e a preguiça?

II. Autodiagnóstico

Definição. A fase de *autodiagnóstico* é a conclusão da investigação ao modo de classificação da situação atual, identificando os traços (a serem enfrentados) e os traços (a serem utilizados para apoio), fazendo a conclusão sobre o estado consciencial atual. Na fase de autodiagnóstico, chega-se a conclusões fundamentadas nas informações da etapa anterior.

Processos característicos: síntese, analogia, metáfora, matematização, registro, reflexão, expansão de idéias, miniexpansão holossomática podendo levar à euforia intrafísica (euforin).

Identificação. O acúmulo de informações leva à identificação de repetições, padrões ou tendências. Pode-se estudar as informações, as estatísticas e os gráficos descritos na metodologia para chegar a conclusões sobre a própria manifestação.

Diagnósticos. Eis 10 exemplos de possíveis conclusões diagnósticas nessa etapa freqüentemente relacionadas a situações envolvendo dificuldades com a prática do EV, dispostos na ordem alfabética:

01. **Acídia.**
02. **Acrasia.**
03. **Autoconfiança baixa.**
04. **Autocorrupção.**
05. **Conscin eletrônica** (VIEIRA, 2006, p. 355).
06. **Desmotivação.**
07. **Emocionalismo exacerbado.**
08. **Egocentrismo.**
09. **Materialismo.**
10. **Rigidez emocional e/ou energética.**

III. Auto-enfrentamento

Definição. A fase de *auto-enfrentamento* é o conjunto de ações para o enfrentamento das dificuldades identificadas até a etapa anterior, na qual são praticados vários procedimentos para mudança efetiva, reciclagem de traços e atributos.

Ações. O auto-enfrentamento é realizado essencialmente pelas ações; a teoria não é solução para esse momento, só ponto de apoio.

Processos característicos: ação, experimentação, treino, prática, simulação, ensaio-erro, ensaio-acerto, registro e reflexão.

Gargalo. Nessa etapa, encontra-se, em geral, o *gargalo* para se chegar à superação.

Procedimentos. Eis alguns procedimentos otimizadores do auto-enfrentamento:

1. **Metas.** Estabelecimento de metas racionais, desafiadoras e factíveis quanto ao número e à qualidade das práticas.
2. **Significado.** Manutenção clara do significado das ações de melhoria.
3. **Rotina.** Implementação de rotina motivante, antiestagnante e rica em aprendizados, apoiada na metodologia de registro e análise dos EVs.
4. **Ousadia.** Aplicação da ousadia cosmoética consciencial em favor da experimentação fora da *zona de conforto* para ampliar as possibilidades e potencialidades.
5. **Vontade.** Prática da vontade férrea, *siderúrgica*, para a concretização de todas as boas intenções predefinidas.

IV. Auto-superação

Definição. A fase de *auto-superação* é o fechamento do ciclo da autoconsciencioterapia, resultado do enfrentamento anterior. Representa a consolidação da mudança através do domínio das dificuldades anteriormente identificadas e enfrentadas. Após o auto-enfrentamento, conquista-se nova condição íntima, reconhecendo-se em patamar mais evoluído e saudável.

Processos característicos: reorganização, reciclagem, reestruturação, registro, reflexão e expansão holossomática levando à euforia (mais intensa quando comparado ao ocorrido).

Ciclo. É preciso direcionar a energia presente, nesse momento, para novos movimentos de autoconsciencioterapia, podendo iniciar nova auto-investigação em outro ciclo.

CONCLUSÃO

Experimentologia. A Consciencioterapia – especialidade de 4ª ordem da Conscienciologia – tem imediatamente acima a Experimentologia – 3ª ordem (VIEIRA, 1999, p. 38). Com isso, percebe-se a necessidade de aprofundamento da compreensão e prática dos experimentos na condição de fundamentos do processo autoconsciencioterapêutico. No caso deste artigo, a proposta é realizar a experimentação através de uma das técnicas fundamentais da energossomática – o EV.

Labcon. O EV depende apenas da vontade da consciência e, por isso, é de aplicação acessível e pode ser de grande eficácia em diversas situações. Com essa técnica, é possível manter laboratório consciencial – labcon – constante para servir de ponto de apoio à autoconsciencioterapia.

Metodologia. Portanto, a proposta prática aqui apresentada serve a todos os interessados em promover a autoconsciencioterapia através da força da vontade combinada com metodologia racional e técnica.

Resultados. A experimentação realizada por este autor serviu de base para a sistematização deste artigo e promoveu os seguintes resultados principais:

1. **Renovação.** Auto-imagem atualizada, com melhor compreensão sobre a própria realidade consciencial.
2. **Potencialização.** Potencialização energossomática, com mais vigor, motivação e vontade para a realização de diversos projetos.
3. **Força.** Melhoria da força presencial, funcionando esta também ao modo de recurso de esclarecimento a outras consciências.
4. **Assistencialidade.** Aumento da intenção e predisposição assistencial. Constante inspiração sobre aplicação de técnicas assistenciais no cotidiano e em técnicas específicas (exemplos: tenepes e atendimentos em Consciencioterapia).
5. **Equilíbrio.** Favorecimento do equilíbrio holossomático e nas manifestações dos atributos conscienciais.

Cronologia. A partir da experiência pessoal deste autor, estima-se que, após 6 meses de aplicação, o *autoconsciencioteapeuta* obtenha o aumento da lucidez sobre si mesmo e a melhoria de autoconceito.

Desafio. Apresenta-se, com este artigo, sistematização prática de experiência desafiadora, porém factível e de grandes benefícios aos interessados na auto-superação.

REFERÊNCIAS

01. Almeida, Roberto; *Auto-imagem: Abordagem Conscienciológica*; Artigo; *Conscientia*, 1 enu.; 1 esquema; V. 5; N. 2; Abr./Jun., 2001; *Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2001; páginas 43 a 53.
02. Branden, Nathaniel; *Auto-estima: Como Aprender a Gostar de Si Mesmo (How to Raise Your Self-esteem)*; rev. Maria Silva Mourão Netto; trad. Ricardo Gouveia; 144 p.; 11 caps.; 20,5 x 14 cm; br.; 33ª Ed.; Saraiva; São Paulo, SP; 1999.
03. Carvalho, Francisco; *Autoconsciencioterapia e Grupalidade*; Artigo; *Proceedings of the 3rd Conscientional Health Meeting; Journal of Conscientiology*; Revista; Trimestral; Vol. 5; No. 20S; Supplement; *International Academy of Consciousness* (IAC); Foz do Iguaçu, PR; September, 2003; páginas 105 a 116.
04. Houaiss, Antônio; Villar, Mauro de Salles; & Franco, Francisco Manoel de Mello; *Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa*; LXXIII + 2.925 p.; glos. 228.500 termos; 23 x 30,5 x 7cm; br.; Editora Objetiva; Rio de Janeiro, RJ; 2001.
05. Leite, Hernande; *Posicionamento Docente e Desassédio Multidimensional*; Artigo; *Anais da II Jornada de Educação Conscienciológica*; 11 enus.; 1 microbiografia; 19 refs.; 21 x 28 cm; br.; *Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia* (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 2003; páginas 63 a 74.
06. Paludeto, Leonardo; *Auto-imagem como Autolimitação Docente*; Artigo; *Anais da II Jornada de Educação Conscienciológica*; 4 enus.; 1 microbiografia; 8 refs.; 21 x 28 cm; br.; *Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia* (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 2003; páginas 186 a 191.
07. Rocha, Adriana; *Profilaxia do Auto-engano Docente*; Artigo; *Anais da II Jornada de Educação Conscienciológica*; 5 p.; 21 refs.; 21 x 28 cm; *Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia* (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 2003; página 88.
08. Takimoto, Nario; & Almeida, Roberto; *Conscientiotherapy: A Clinical Experience of the Nucleus of Integral Assistance for the Consciousness*; Artigo; *Journal of Conscientiology*; Revista; Trimestral; Vol. 4; N. 15S; Supplement; 5 gráfs.; 53 refs.; *Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia* (IIPC); London; UK; Maio, 2002; páginas 21 a 41.
09. Veiga, Aida; *Cuidado! Imagem em Construção; Veja*; Revista; Semanário; Ed. 1.663; Seção: *Geral*; 2 fichários; 2 fotos; São Paulo, SP; 23.08.2000; páginas 70 a 77.
10. Vieira, Waldo; *200 Teáticas da Conscienciologia*; 260 p.; 200 caps.; 13 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; *Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia* (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 1997a.
11. Vieira, Waldo; *700 Experimentos da Conscienciologia*; 1.058 p.; 700 caps.; 147 abrevs.; 600 enus.; glos. 280 termos; 8 índices; 5.116 refs.; 2 tabs.; 300 testes; alf.; geo.; ono.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; *Instituto Internacional de Projeciologia* (IIP); Rio de Janeiro, RJ; 1994.

12. **Vieira, Waldo;** *Conscienciograma: Técnica de Avaliação da Consciência Integral*; 344 p.; 150 abrevs.; 11 enus.; 100 folhas de avaliação; glos. 282 termos; 4 índices; 2.000 itens; 7 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; *Instituto Internacional de Projeiologia* (IIP); Rio de Janeiro, RJ; 1996.

13. **Vieira, Waldo;** *Homo sapiens reurbanisatus*; 1.584 p.; 479 caps.; 139 abrevs.; glos. 241 termos; 40 ilus.; 7 índices; 7.653 refs.; 102 sinopses; alf.; geo.; ono.; 27 x 21 x 7 cm; enc.; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2003.

14. **Vieira, Waldo;** *Manual de Redação da Conscienciologia*; 272 p.; glos. 300 termos; 152 abrev.; 274 estrangeirismos; 21 x 28 cm; *Instituto Internacional de Projeiologia e Conscienciologia* (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 2002.

15. **Vieira, Waldo;** *Projeiologia: Panorama das Experiências da Consciência Fora do Corpo Humano*; 1.248 p.; 525 caps.; 150 abrevs.; glos. 300 termos; 43 ilus.; 5 índices; 2.041 refs.; 1 sinopse; alf.; geo.; ono.; 5ª Ed.; 27 x 21 x 7 cm; enc.; *Instituto Internacional de Projeiologia e Conscienciologia* (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 2002.

16. **Vieira, Waldo;** *Temas da Conscienciologia*; 232 p.; 90 caps.; 16 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; *Instituto Internacional de Projeiologia e Conscienciologia* (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 1997b.

