

■ AUTOCONSCIENCIOTERAPEUTICOLOGIA

O Trafor do Fraternismo na Autoconsciencioterapia da Sensação de Menos-Valia

El Trafor del Fraternismo en la Autoconsciencioterapia de la Sensación de Inferioridad

The Strongtrait of Fraternism in the Self-conscientiotherapy of Sense of Inferiority

Douglas Montenegro

Bacharel em Direito, especialista em Direito Administrativo, bacharel e licenciado em Ciências Biológicas, mestre em Genética; voluntário da ASSIPI e do CEAEC; dhmontenegro@gmail.com

RESUMO. O presente artigo apresenta estudo de caso consciencioterápico sobre a remissão da sensação de menos-valia, compreendida enquanto resultante de mecanismo de funcionamento patológico centrado na preservação deturpada da autoimagem. Objetiva analisar a contribuição de trafores conviviológicos, especialmente benignidade, autoconfiança e fraternismo, na desarticulação da insegurança, da arrogância e da autocobrança, e na instalação de padrão homeostático. A metodologia fundamentou-se na autopesquisa, na autobiografia consciencial, na autochequeagem pensênica, na análise de vivências do labcon e em atendimentos consciencioterápicos, contextualizados pela recéxis da radicação em Foz do Iguaçu (PR). O autodiagnóstico evidenciou que situações interpretadas enquanto ameaças à autoimagem desencadeavam insegurança, arrogância, retração afetiva e defasagem energética, culminando na autopercepção de insuficiência pessoal. Como estratégia de autenfrentamento, o redirecionamento da intenção para a interassistencialidade e o exercício continuado do fraternismo favoreceram a força presencial, a sustentabilidade energética, a qualificação da convivialidade e maior lucidez quanto ao amparo extrafísico. Constatou-se que a ativação deliberada de trafores conviviológicos atua enquanto recurso autoconsciencioterápico apto a identificar precocemente, interromper e substituir automatismos nosográficos para a qualificação da convivialidade.

Palavras-chave: afetividade; consciencioterapia; conviviologia; fraternismo; menos-valia.

RESUMEN. El presente artículo presenta un estudio de caso consciencioterápico sobre la remisión de la sensación de inferioridad, comprendida como resultante de un mecanismo de funcionamiento patológico centrado en la preservación distorsionada de la autoimagen. Objetiva analizar la contribución de los trafores conviviológicos, especialmente la benignidad, la autoconfianza y el fraternismo, en la desarticulación de la

inseguridad, de la arrogancia y de la autoexigencia, y en la instalación de un patrón homeostático. La metodología se fundamentó en la autoinvestigación, en la autobiografía concienical, en el autochequeo pensénico, en el análisis de vivencias del labcon y en atenciones concienioterápicas, contextualizadas por la recexis de la radicación en Foz de Iguazú (PR). El autodiagnóstico evidenció que las situaciones interpretadas como amenazas a la autoimagen desencadenaban inseguridad, arrogancia, retracción afectiva y desfasaje energético, culminando en la autopercepción de insuficiencia personal. Como estrategia de autoenfrentamiento, el redireccionamiento de la intención hacia la interasistencialidad y el ejercicio continuado del fraternismo favorecieron la fuerza presencial, la sostenibilidad energética, la cualificación de la convivialidad y una mayor lucidez respecto al amparo extrafísico. Se constató que la activación deliberada de trafores conviviológicos actúa como un recurso autoconciencioterápico apto para identificar precozmente, interrumpir y sustituir automatismos nosográficos para la cualificación de la convivialidad.

Palabras clave: afectividad; concienioterapia; conviviología; fraternismo; inferioridad.

ABSTRACT. This article presents a conscientiotherapy case study on the remission of the sense of inferiority, understood as resulting from a pathological functioning mechanism centered on the distorted preservation of self-image. It aims to analyze the contribution of conviviological strong traits, especially benignity, self-confidence, and fraternism, in dismantling insecurity, arrogance, and self-imposed pressure, and in establishing a homeostatic pattern. The methodology was grounded in self-research, consciential autobiography, thosenic self-checking, analysis of experiences from the labcon, and conscientiotherapy attendances, contextualized by the recexis of settling in Foz do Iguassu (PR). The self-diagnosis showed that situations interpreted as threats to self-image triggered insecurity, arrogance, affective withdrawal, and energetic lag, culminating in the self-perception of personal insufficiency. As a self-confrontation strategy, redirecting intention toward interassistentiality and the continuous exercise of fraternism favored presential strength, energetic sustainability, the qualification of conviviality, and greater lucidity regarding extraphysical assistances. It was found that the deliberate activation of conviviological strongtraits acts as a self-conscientiotherapeutic resource capable of early identification, interruption, and replacement of nosographic automatisms to qualify conviviality.

Keywords: affectivity; conscientiotherapy; conviviology; fraternism; inferiority.

INTRODUÇÃO

Objetivo. Este artigo visa a apresentar o papel do fraternismo enquanto impulsionador de condutas homeostáticas capazes de dirimir manifestações tráfáricas de ar-

rogância e insegurança, utilizadas enquanto tentativas de proteção contra a sensação de menos-valia.

Contexto. Além disso, propõe-se a demonstrar o modo pelo qual este autor, por meio da autoconsciencioterapia, diagnosticou e vem realizando enfrentamentos para superar a sensação de menos-valia e seus efeitos nosográficos observados no contexto de mudança significativa de vida, envolvendo a radicação em Foz do Iguaçu, Paraná, devido ao surgimento, pela nova mesologia, de aspectos psicossomáticos ainda não burilados.

Retribuição. Considerando que esses aspectos intraconscienciais homeostáticos e nosográficos foram mapeados no período de atendimentos consciencioterápicos realizados na *Organização Internacional de Consciencioterapia* (OIC), no período de abril a agosto de 2026, a elaboração deste artigo é uma maneira de contribuir para a Consciencioterapeuticologia e auxiliar consciências as quais enfrentam dificuldades similares.

Metodologia. Com base na releitura de anotações, reflexões e experiências parapsíquicas do labcon deste autor, buscou-se compreender como a aplicação de trafores relacionados ao fraternismo previne a instauração e o funcionamento de padrões íntimos patológicos, além de potencializar a manutenção de posturas homeostáticas.

Estrutura. O artigo está organizado em 5 seções:

I. **Considerações Preliminares.**

II. **Autoinvestigação.**

2.1. Investigação do Problema.

2.2. Início do Diagnóstico por meio da Consciencioterapia.

2.3. Repercussões em Viagem de Férias.

III. **Autodiagnóstico e Mecanismo de Funcionamento Patológico.**

3.1. Aprimoramento do Diagnóstico e Realização de Enfrentamentos.

IV. **Autenfrentamento e Mecanismo de Funcionamento Homeostático.**

4.1. Aprofundamento Autoconscienciométrico.

4.2. Posturas Pró-Afetividade.

V. **Indicadores de Autossuperação.**

I. **CONSIDERAÇÕES PRELIMINARES**

Autevolução. A evolução consciencial pressupõe progressiva qualificação da manifestação afetiva, permitindo à consciência transcender padrões emocionais autocentrados e desenvolver relações homeostáticas com conscins e consciexes. Tal processo amplia a capacidade interassistencial ao favorecer manifestações cada vez mais pautadas pelo fraternismo.

Afetividade. A *afetividade*, de acordo com Vieira (2023, p. 579), corresponde ao “conjunto de fenômenos psíquicos capazes de se apresentar enquanto emoções, sentimentos e paixões, acompanhados da impressão de dor ou prazer, satisfação ou insatisfação, agrado ou desagrado, alegria ou tristeza”.

Mentalsoma. À medida que a conscin amplia o autodiscernimento, a afetividade passa a ser gradativamente superintendida pelo mentalsoma, favorecendo o predomínio de sentimentos evoluídos sobre as reações emocionais. Nessa condição, torna-se possível experimentar e compreender os próprios estados afetivos de modo mais lúcido e homeostático.

Fraternismo. Sob a ótica conscienciológica, o fraternismo constitui manifestação avançada da afetividade calcada no autodiscernimento e caracterizada pela disposição de compreender, acolher e assistir os demais. Sua expressão decorre menos da intensidade das emoções e mais da maturidade no manejo dos próprios estados íntimos.

Psicossoma. Apesar de indispensável à evolução consciencial, o contato lúcido com as próprias emoções e com as manifestações emocionais alheias pode ser desconfortável para quem ainda não desenvolveu suficiente conhecimento e domínio do psicossoma. Nessas circunstâncias, tendem a surgir mecanismos de autoproteção que, frequentemente, comprometem o convívio sadio e dificultam o desenvolvimento do fraternismo.

Autopercepção. Trafares relacionados à autopercepção, especialmente a menos-valia, podem favorecer manifestações de insegurança, arrogância, autodepreciação e evitação do convívio, restringindo a expressão saudável da conscin. Nesse contexto, tais padrões constituem foco relevante de autopesquisa e reciclagem por meio da consciencioterapia, pois “a autestima cosmoética cresce na razão direta da interassistencialidade vivenciada. Este princípio é o embasamento da autoimperturbabilidade da conscin” (Vieira, 2014, p. 539).

Autovivência. No labcon aqui analisado, embora reconhecesse a necessidade de aprimorar a comunicação oral e a convivialidade, este autor passou a enfrentar desafios mesológicos cada vez mais intensos nesse campo. A ausência de profilaxia e terapêutica dos padrões nosográficos emergentes favoreceu a intensificação de manifestações de insegurança e arrogância, culminando na problemática analisada neste trabalho.

Menos-valia. Nesse sentido, entre os diversos padrões emocionais passíveis de reciclagem, destaca-se a sensação de menos-valia, entendida neste artigo enquanto estado íntimo caracterizado pela percepção persistente de insuficiência pessoal, capaz de comprometer a autoconfiança, restringir a convivialidade sadia e dificultar a manifestação espontânea do fraternismo.

II. AUTOINVESTIGAÇÃO

Radicação. A compreensão teática de que o saldo evolutivo desta vida atual, quando bem aproveitada, pode equivaler ao de 15 vidas pretéritas (Vieira, 2014, p. 997), aprofundou-se a partir da mudança deste autor para o bairro Cognópolis, em Foz do Iguaçu (PR), em 14 de dezembro de 2024.

Organização. A *técnica da autobiografia consciencial* (Almeida; Haymann e Remédios, 2022, orgs., p. 884) foi utilizada para organizar fatos marcantes desse período, contemplando tanto aspectos homeostáticos quanto indícios de problemática identificada posteriormente.

Amparo. Inicialmente, os eventos que demonstraram ostensivamente o suporte de amparadores extrafísicos em prol da mudança de cidade por este autor são sintetizados em 3, adiante expostos:

1. **Trabalho.** Em setembro de 2024, após retornar de férias passadas em Foz do Iguaçu, recebeu auxílio decisivo para abordar a possibilidade de mudança junto à diretoria da instituição onde atua profissionalmente, obtendo autorização para desempenhar suas atividades em regime remoto.

2. **ECP2.** Em novembro de 2024, integrou a equipe de campo do curso *Extensão em Conscienciologia e Projeciologia 2* (ECP2), do *Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia* (IIPC), em Curitiba. Durante o segundo campo energético, ao formular pergunta à consciex amparadora, recebeu resposta relacionada à desperticidade, à docência e à gesconografia, encerrada com a expressão: “a nova fase proexológica que se avizinha”.

3. **Duplismo.** Em 14 de dezembro de 2024, mudou-se para o bairro Cognópolis. Sincronicamente, essa foi a mesma data em que, 10 anos antes, havia passado a residir com a duplista. Após 9 meses vivendo em cidades distintas, ambos voltaram a compartilhar a mesma residência.

Saldo. Nos 2 primeiros meses após a mudança, finalizou artigo destinado à revista *Multiexistencia*, apresentou o verbete *Benignidade Pró-Desperticidade* em tertúlia conscienciológica, consolidou participação em dinâmica parapsíquica, ministrou aula no *Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* e fortaleceu vínculos com amigos e colegas de voluntariado com quem tinha contato apenas de maneira virtual.

Miniaçidentes. Apesar do saldo inicial positivo, o período foi acompanhado por sucessivos miniaçidentes, interpretados posteriormente como decorrências do intenso processo de recéxis iniciado. Entre eles, destacam-se queda com lesões no quadril e no pulso, crise aguda de dor estomacal e 3 episódios de resfriado intenso durante o verão. Após aproximadamente 4 meses da mudança, sobreveio crise pessoal de instalação súbita.

Crise. Na tarde de 3 de março, começou a sentir intensa apatia após a lembrança de colegas da cidade natal cujas vidas permaneciam aparentemente inalteradas e, subitamente, percebeu-se com drenagem energética, cansaço mental, desamparo, insegurança generalizada e sentimento de menos-valia. Apesar da manutenção de rotina produtiva, inclusive com a tenepes e a participação semanal em 2 dinâmicas parapsíquicas, não conseguia superar espontaneamente esse estado íntimo.

Autochecagem. A aplicação da *técnica da autochecagem pensênica* (Almeida; Haymann & Remédios, orgs., 2022, p. 898) revelou predominância de pensamentos relacionados ao conformismo, ao marasmo existencial e à ausência de paraperceptibilidade no cotidiano, gerando a impressão de que suas ações eram insignificantes.

Insight. Durante caminhada realizada com o objetivo de reorganizar as ideias, recebeu inspiração amparada sintetizada na seguinte frase: “Se você não fizer nada de diferente, nada de diferente vai acontecer”. Embora aparentemente simples, uma reflexão mais profunda sobre a questão evidenciou a necessidade de adoção de medidas concretas para modificar o quadro instalado.

OIC. Posteriormente, um panfleto da OIC exposto em estande na entrada do auditório do *Tertuliarium* chamou a atenção de maneira incomum, motivando a busca de informações sobre a instituição.

Consciencioterapia. Após o primeiro contato com a IC, experimentou imediato bem-estar, como se aquele estado de apatia e desamparo tivesse desaparecido; contudo, percebeu a necessidade de buscar assistência, pois aparentemente o processo de desassédio já havia sido iniciado pelos paraconsciencioterapeutas.

Demanda. Durante a elaboração da demanda a ser levada para a primeira sessão, tornou-se evidente a recorrência de manifestações nosográficas similares em diferentes áreas da vida, convergindo para hipótese de comprometimento da força presencial associado à sensação de menos-valia.

Profissão. Ilustrando a problemática no contexto profissional, na condição de advogado, frequentemente percebia dificuldade em se expor assertivamente em audiências judiciais e eventos públicos, em reuniões de trabalho junto a órgãos e entidades públicas, sentindo que seus posicionamentos não eram levados a sério, principalmente por figuras de poder simbólico ou hierárquico.

III. AUTODIAGNÓSTICO E MECANISMO DE FUNCIONAMENTO PATOLÓGICO

Autanálise. A revisão de memórias relativas a situações semelhantes vivenciadas em diferentes fases da vida, agora sob a perspectiva da problemática identificada, permitiu reconhecer padrões recorrentes de manifestação, traços conscienciais predominantes e modos de estruturação pensênica anteriormente ignorados.

Mecanismos. Com base na *técnica dos mecanismos de funcionamento consciencial* (Almeida; Haymann & Remédios, orgs., 2022, p. 537), este autor buscou compreender a dinâmica íntima da manifestação nosográfica, identificando a sequência de eventos intraconscienciais que sustentava a sensação de menos-valia e, posteriormente, os recursos empregados para sua superação homeostática.

Viagem. Entre os episódios mais elucidativos para a compreensão desse mecanismo, destacam-se experiências ocorridas durante viagem de férias ao Chile, realizada com sua duplista, as quais proporcionaram importantes *insights* consciencioterápicos.

Holopensene. Embora impossibilitado de comparecer presencialmente a determinada sessão consciencioterápica na OIC, na madrugada seguinte, durante estado de hipnopompia no apartamento em que estava hospedado em Santiago, percebeu alteração do campo energético para padrão semelhante ao holopensene vivenciado no atendimento consciencioterápico.

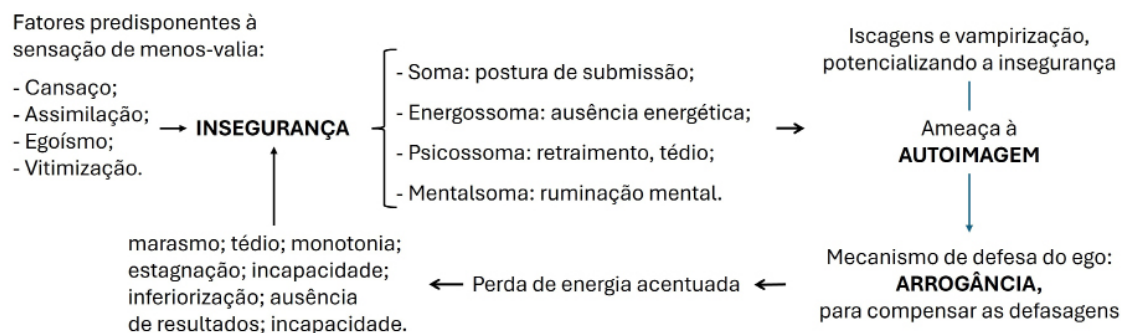
Autobservação. Durante a experiência, este autor era mero espectador de seu processo de elaboração pensênica. Embora os pensamentos rotineiros emergissem de forma espontânea, revelavam-se impregnados de cargas emocionais de insegurança ou arrogância, gerando repercussões somáticas expressas por taquicardia, aceleração respiratória e xerostomia.

Depuração. A análise da experiência trouxe a necessidade de depuração pensênica ainda nas fases iniciais do processo intraconsciencial por meio de trafores. Antes dos pensamentos serem contaminados pela insegurança, deveriam ser burilados pela autoconfiança; antes de serem contaminados pela arrogância, tragar enfrentado há mais tempo, deveriam ser permeados pela benignidade (Montenegro, 2024, p. 166).

Funcionamento. Isso forneceu pistas adicionais acerca do *modus operandi* patológico: qualquer estímulo à insegurança pessoal era processado holossomaticamente, resultando em uma cascata de efeitos, como a postura corporal de subjugação, a dificuldade de mobilização energética, sensações de retraimento social ou de tédio e ruminação mental.

Compensação. A insegurança favorecia iscagens com conseneres afins, intensificando a percepção de insuficiência pessoal e a dificuldade de corresponder à imagem que desejava projetar. Enquanto mecanismo de compensação, a arrogância era usada inconscientemente para neutralizar o sentimento de insuficiência, mas, paradoxalmente, ampliava o desgaste energético e mantinha o ciclo nosográfico.

Ciclo. Portanto, a interação entre insegurança, arrogância e autculpa constituía ciclo vicioso. A crença de que suas ações possuíam pouca relevância aumentava a autoco-brança, reforçava a sensação de menos-valia e perpetuava o padrão pensênico disfuncional.



ESQUEMA 1. MECANISMO DE FUNCIONAMENTO PATOLÓGICO DA SENSÇÃO DE MENOS-VALIA.

Retorno. A segunda experiência marcante ocorreu no dia seguinte ao retorno ao Brasil. Após voo noturno com poucas horas de sono fragmentado, este autor participou, na tarde do dia de regresso, de audiência judicial complexa, para a qual já havia se preparado antes da viagem.

Audiência. Diferentemente de uma mera reunião de trabalho, o estado de tensão ao entrar em contato com múltiplas partes conflitantes, as quais invariavelmente direcionam energias contra os adversários no litígio, tornava o desconforto era ainda maior, agravado pela necessidade de posicionar-se contrariamente a todo um grupo de pessoas. Afinal, não se tratava de simples ação judicial entre duas partes, mas de processo coletivo com instituições privadas, entidades e órgãos públicos.

Sintomas. A privação de sono, somada ao elevado nível de exigência emocional da audiência e à necessidade de manifestar-se contundente e colidentemente aos interesses de autoridades públicas e de grupo antagonico, teve como efeito, além de cefaleia, percepção de que seus argumentos não haviam produzido qualquer efeito e de que a atuação profissional havia sido decepcionante.

Distorção. Semanas depois, entretanto, a sentença acolheu integralmente os argumentos apresentados por este autor. O contraste entre a percepção imediata e o resultado objetivo evidenciou que a autavaliação negativa não refletia a qualidade da atuação profissional, mas decorria da ativação automática do mecanismo patológico previamente identificado, produzindo interpretação incompatível com os fatos.

Autocobrança. A análise dessa experiência revelou que a autocritica em relação à própria atuação não havia sido conduzida de modo cosmoético; pelo contrário, transformou-se em autocobrança egocêntrica, alimentada pela expectativa de desempenho fora de série, sempre, e pela busca de um ideal de competência inalcançável.

Egocentrismo. Tornou-se evidente, ainda, que o foco da manifestação consciencial deslocava-se da assistência ao assistido para a preocupação excessiva com a autoimagem. Sob essa perspectiva, concluiu-se que a sensação de menos-valia não constituía o elemento inicial do autassédio, mas consequência da ativação automática de mecanismos de defesa desencadeados por situações percebidas enquanto ameaçadoras à própria imagem.

Compreensão. O entendimento sobre o modo de funcionamento patológico, ilustrado por casos práticos ocorridos durante o período de conscienciaterapia, permitiu compreender com maior clareza a lógica de funcionamento da patologia e forneceu as bases para o planejamento de mudanças em prol da autocura. Assim, foi possível iniciar os esforços para favorecer a manifestação homeostática pautada na autoconfiança, na benignidade e, conseqüentemente, no fraternismo.

IV. AUTENFRENTAMENTO E MECANISMO DE FUNCIONAMENTO HOMEOSTÁTICO

Pontos-cegos. A compreensão do mecanismo de funcionamento consciencial patológico permitiu identificar que os principais pontos-cegos do autassédio residiam na ativação automática da insegurança e da arrogância compensatória. Tais manifestações dificultavam a expressão espontânea da afetividade e comprometiam a vivência do fraternismo, muitas vezes sem que este autor percebesse sua ocorrência.

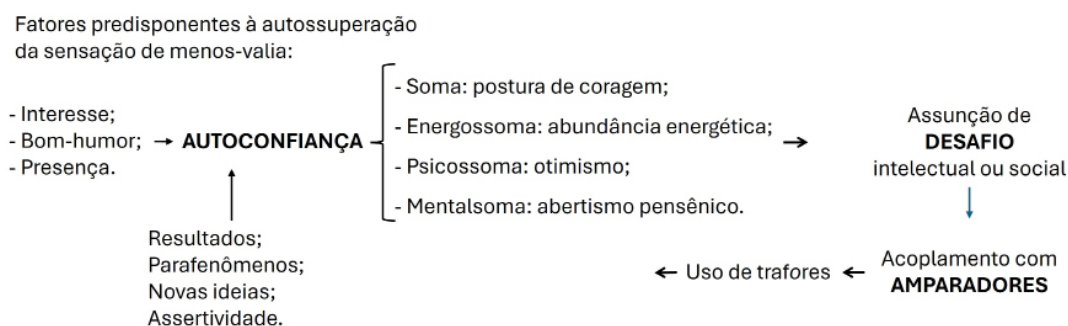
Repercussões. Nessas circunstâncias, a insegurança desencadeava a arrogância como mecanismo compensatório, produzindo certa retração afetiva, além de diminuir a disponibilidade energética, prejudicando assim a interassistência. Justamente por se manifestarem de modo automático, esses padrões permaneciam frequentemente despercebidos, reforçando sua manutenção.

Contraponto. Paralelamente ao mapeamento do funcionamento nosográfico, este autor realizou resgate de vivências registradas no próprio labcon com o objetivo de identificar um padrão pessoal recorrente em suas manifestações homeostáticas e observou que nos contextos profissionais, sociais e de voluntariado em que o desempenho foi superavaliado, predominavam bem-estar íntimo, expansão da aura e espontânea prontidão interassistencial.

Homeostasia. Nessas ocasiões, as necessidades surgiam e eram prontamente atendidas, as interações fluíam com naturalidade, junto das desassimilações necessárias, e os resultados eram alcançados sem autocobrança; dificuldades eram encaradas enquanto pro-

blemas a serem solucionados, e não como ameaças à autoimagem, favorecendo assim uma comunicação assertiva, bom humor e disponibilidade assistencial.

Vislumbre. Esmiuçando essas situações, este autor passou a vislumbra o contraponto homeostático do mecanismo patológico, apresentado no esquema 2, adiante:



ESQUEMA 2. MECANISMO DE FUNCIONAMENTO HOMEOSTÁTICO.

Interesse. A análise das manifestações homeostáticas permitiu concluir que seu funcionamento consciencial se iniciava, sobretudo, pelo interesse genuíno no tema em discussão ou na pessoa com quem interagira, sem ter mais o foco sobre a própria imagem. Tal postura favorecia a permanência no momento presente, fortalecia a autoconfiança e repercutia em coragem, otimismo, abertismo pensênico e disponibilidade energética para assumir desafios pessoais, profissionais e interassistenciais.

Intenção. Em contrapartida, a ativação do mecanismo patológico estava associada à intenção deslocada, excessivamente voltada para a preservação da autoimagem. Quando o foco passou a ser ampliado para a interassistência, foi possível interromper o ciclo da insegurança, arrogância e menos-valia.

Ações. Foram então elaboradas pequenas ações de enfrentamento das posturas ou traços nosográficos, conforme exposto na tabela 1, a seguir:

TABELA 1. PRESCRIÇÕES DE AUTENFRENTAMENTO DO CICLO VICIOSO DA INSEGURANÇA PESSOAL.

Trafores e maus hábitos pessoais	Ações de autenfrentamento
1. Cansaço	Cuidar melhor das horas de sono diárias, notadamente às vésperas de qualquer reunião ou audiência.
2. Assimilações antipáticas e intoxicação energética	Investir tanto em desassins quanto no EV profilático, além de exercícios de gratidão e de generosidade.
3. Autovitimização e distorções cognitivas	Manter a autoconsciencioterapia para melhorar a autopercepção e autocognição.
4. Egocentrismo	Participar de mais atividades assistenciais na condição de doador, dirimindo o egoísmo e autovitimizações.

Trafares e maus hábitos pessoais	Ações de autenfrentamento
5. Autocobrança performática – preocupação com a autoimagem e crença de não ser bom o suficiente	Conscientizar-se da condição de <i>minipeça do mecanismo</i> , fazendo sua parte da melhor maneira e encarando lacunas na atuação como processos de aprendizado.
6. Insegurança, ruminação mental, retraimento, ausência energética, submissão	Focar a autovigilância pensênica e a construção da autoconfiança, fazendo autoposicionamentos francos e cosmoéticos para que aconteça o melhor para todos.
7. Arrogância para compensação das vulnerabilidades pessoais	Desenvolver olhar de fraternismo e abertismo.

Abertismo. Com o prosseguimento dos enfrentamentos, das reflexões e dos diálogos consciencioterápicos, restou evidente que a base para a construção da autoconfiança é o abertismo. Do contrário, corre-se o risco de ela tornar-se tirania, especialmente quando a conscin possui trafores relacionados à necessidade de se mostrar superior aos outros.

4.1 Aprofundamento Autoconscienciométrico.

Insights. Com base nas sessões de consciencioterapia realizadas, alguns momentos essenciais contribuíram para a compreensão sobre como os aspectos homeostáticos poderiam ser manifestados, servindo de amostras acerca da inserção de mudanças em seu comportamento para cada vez mais fazer tais aspectos predominarem.

Gesconografia. Na sessão inicial de consciencioterapia, após a exposição da demanda e a circulação fechada das energias com instalação do estado vibracional, os consciencioterapeutas convidaram este autor a refletir sobre as conquistas íntimas alcançadas nos últimos anos por meio das gescons produzidas. O exercício promoveu imediato fortalecimento do autorreconhecimento, como se reacendesse qualidade até então obscurecida pela sensação de menos-valia.

Consciencimetria. A elaboração de listagem de trafores, trafores, trafores e valores, pela *técnica da listagem dos valores pessoais* (Almeida; Haymann & Remédios, orgs., 2022, p. 967), forneceu a constatação inédita de que seus trafores poderiam ser classificados entre aqueles voltados à intelectualidade (cientificidade, criticidade, detalhismo, escrita, ponderação) e outros afins à convivialidade (acolhimento, afetuosidade, bom humor, empatia, otimismo). Ocorre que o investimento maior nos trafores intelectuais gerou uma assimetria que dificultava a sustentação da estabilidade emocional diante de desafios em relacionamentos.

Convivialidade. Assim, o fortalecimento dos trafores conviviológicos não consistiria apenas em aprimoramento interpessoal, mas também em estratégia autoconsciencioterápica. Sempre que predominavam a empatia, a benignidade, o bom humor e a afetuosidade, a necessidade de defesa egocêntrica diminuía, mitigando também a ativação dos mecanismos relacionados à insegurança e à arrogância.

Autoimagem. Verificou-se também que situações percebidas como ameaçadoras à autoimagem favoreciam a manifestação da arrogância enquanto mecanismo de defesa. A tentativa de sentir-se superior ao outro implicava elevado dispêndio energético e di-

minuía a força presencial. Paradoxalmente, quanto menor a preocupação com vaidade, comparação ou egocentrismo, maior era a disponibilidade energética e a força presencial percebida.

Enfrentamento. Assim, o fraternismo passou a ser exercitado enquanto técnica de autenfrentamento. Em vez de direcionar a atenção ao próprio desempenho ou a eventuais julgamentos externos, este autor passou a deslocar o foco para as necessidades das demais consciências. Esse simples redirecionamento da intenção diminuía o egocentrismo, ampliava a disponibilidade assistencial e favorecia a conexão energética sadia com os interlocutores.

Profissão. No contexto da advocacia, especialmente em interações com agentes do Direito, da Administração Pública e da Política, marcadas por alta competitividade, tornou-se evidente que o diferencial não residiria apenas na capacidade técnica, mas na manifestação qualificada dos traços conviviológicos. Nessas condições, a atuação assistencial favorecia maior conexão com o amparo extrafísico e repercutia positivamente sobre a força presencial.

Perspectiva. Contudo, como esses traços estavam subutilizados, toda interação passava a ser desgastante. O desafio tornou-se enxergar as demais consciências de convívio e acessá-las energeticamente, primeira condição para ser, de fato, assistencial, e adquirir sustentabilidade energética para ampliar seus contatos e desenvolver o parapsiquismo.

4.2 Posturas Pró-Afetividade.

Movimentos. Com base na compreensão do seu mecanismo de funcionamento homeostático, este autor realizou alguns movimentos que auxiliaram em suas reciclagens, adiante exemplificados:

1. **Dinâmicas.** Participação sistemática em 2 dinâmicas parapsíquicas semanais, promovendo aumento do desempenho energético e parapsíquico, além da observação da atuação de professores mais veteranos enquanto assistentes.
2. **Energizador.** Atuação enquanto energizador lúcido em dinâmica, sentindo o acolhimento e a ausência de preconceitos da consciex amparadora no trabalho em conjunto, ampliando nitidamente o potencial energético pessoal.
3. **Fraternismo.** Mudança de foco apenas no bem-estar pessoal para desenvolver visão mais interassistencial, predispondo-se ao fraternismo, nos variados contextos da vida.
4. **Postura.** Melhoria da postura corporal, com a manutenção da coluna ereta, seja sozinho ou durante interações, afinal a coluna cervical levemente curvada para a frente conduzia à noção de submissão e de inferioridade.
5. **Interações.** Eventos profissionais e encontros com pessoas consideradas de difícil trato passaram a ser encarados com otimismo e enquanto forma de exercitar essa nova postura de assistente em qualquer contexto.

Pensenidade. Na prática, tais movimentos exigiam vigilância pensênica contínua. Ao detectar pensamentos relacionados ao medo de errar ou à necessidade de demonstrar competência, procurava interromper o fluxo, substituindo-o pela reflexão sobre o benefício da interação para as demais consciências. Gradativamente, percebeu que, quanto menor a preocupação consigo mesmo, maior o bem-estar íntimo.

Reunião. A precisão dessa análise confirmou-se depois, durante uma reunião de trabalho *online* com mais de uma hora de duração, com outras duas pessoas, as quais aparentavam desinteresse pela tarefa. Assim que senti o tédio, este autor começou a pensenizar contra quem estava conduzindo a reunião de modo monótono e, ao final, a sensação era de defasagem energética.

Defasagem. Uma análise retrospectiva do evento revelou que a perda energética não havia sido produzida pelo modo de condução da reunião, mas pela postura íntima adotada contra os participantes. Ao permitir que pensamentos de desqualificação fossem cultivados, este autor estabeleceu sintonia pensênica incompatível com a assistência, favorecendo a instalação do autassédio e reduzindo significativamente sua lucidez.

Valor. Compreendeu-se, então, que o fraternismo pressupõe reconhecer valor evolutivo intrínseco em toda consciência, independentemente do nível de lucidez momentâneo, da função exercida ou da qualidade da manifestação observada. Tal percepção diminui a tendência a comparações, reduz o julgamento das limitações alheias e favorece a instalação espontânea da afetuosidade, indispensável para a interassistência lúcida.

Progressão. Embora tais reciclagens ainda estejam em curso, os autenfrentamentos descritos evidenciaram mudança significativa na forma de lidar com situações anteriormente desencadeadoras da sensação de menos-valia, pois a progressiva substituição da autocobrança pela interassistencialidade, da preocupação com a autoimagem pela atenção às necessidades alheias e da defesa egocêntrica pelo fraternismo demonstrou ser imprescindível ao desenvolvimento da autoconfiança.

V. INDICADORES DE AUTOSSUPERAÇÃO

Continuísmo. A autossuperação raramente decorre de mudanças abruptas, mas da instalação progressiva de novos padrões pensênicos capazes de substituir mecanismos anteriormente automatizados. Sob essa perspectiva, o continuísmo e a manutenção dos autenfrentamentos constituem condições essenciais para a consolidação das reciclagens intraconscenciais e para o completismo existencial.

Critérios. Como a sensação de menos-valia foi compreendida, neste estudo, enquanto expressão de mecanismo recorrente de funcionamento consciencial, tornou-se necessário estabelecer critérios capazes de acompanhar, ao longo do tempo, a efetividade das mudanças promovidas pela consciencioterapia.

Indicadores. Para esse acompanhamento, este autor adotou indicadores fundamentados na autopercepção holossomática, na qualidade da manifestação pensênica, na sustentabilidade energética, na qualificação das interações e na capacidade de manter postura assistencial diante de situações anteriormente desencadeadoras de insegurança e arrogância.

Exemplos. A evolução do processo foi acompanhada por meio de 8 indicadores de autossuperação, listados a seguir:

1. **Autoconfiança.** Redução da necessidade de validação externa e aumento da confiança para expor posicionamentos técnicos sem ruminação mental prolongada antes ou após as interações.

2. **Intenção.** Maior facilidade em deslocar o foco da preocupação com a própria imagem para as necessidades das consciências envolvidas, especialmente em contextos profissionais de elevada pressão.

3. **Convivialidade.** Ampliação espontânea de manifestações de benignidade, bom humor, autoconfiança, empatia e afetuosidade, reduzindo a necessidade de mecanismos defensivos, por meio da metapensividade.

4. **Força presencial.** Percepção de maior disponibilidade energética, facilidade de exteriorização de energias e sustentação de posicionamentos sem retraimento ou arrogância.

5. **Holossomaticidade.** Diminuição de repercussões somáticas anteriormente frequentes, como taquicardia, tensão corporal, cefaleia ou sensação de drenagem energética diante de situações desafiadoras, por meio da melhoria da postura corporal.

6. **Autopercepção.** Maior capacidade de distinguir fatos objetivos das interpretações produzidas pelo mecanismo patológico, reduzindo distorções relacionadas ao próprio desempenho.

7. **Parapsiquismo.** Incremento da lucidez quanto ao amparo extrafísico e às sinaléticas energéticas durante atividades assistenciais.

8. **Sustentabilidade.** Aumento gradual da capacidade de manter padrão homeostático durante períodos prolongados, mesmo diante de demandas profissionais, sociais ou evolutivas de maior complexidade.

Monitoramento. Embora tais indicadores não representem critérios absolutos, sua observação continuada permitiu verificar tendência consistente de substituição dos mecanismos anteriormente centrados na preservação da autoimagem por manifestações mais pautadas pela interassistencialidade, pelo fraternismo e pela autoconfiança cosmoética.

Autossuperação. A autossuperação, nesse contexto, passou a ser compreendida menos como eliminação definitiva dos traços nosográficos e mais enquanto capacidade crescente de reconhecer precocemente sua ativação, interromper seu funcionamento e optar, lucidamente, por fornecer respostas mais homeostáticas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Fraternismo. Observou-se que a vivência do fraternismo corresponde, em si, a mecanismo autoconsciencioterápico, uma vez que desloca o foco da autoimagem para a assistência, rompendo o circuito egocêntrico que perpetua a sensação de menos-valia.

Aceleração. Apesar de considerar que havia feito avanços importantes em termos de reciclagens intraconscientes nos últimos 15 anos, desde que fez seu primeiro curso de Conscienciologia e começou a voluntariar, a recésis da mudança para Foz do Iguaçu impôs aceleração evolutiva para a qual ainda não estava preparado.

Emergência. Os desafios da adaptação à nova moradia levaram a uma baixa nas autodefesas energéticas, propiciando o surgimento de manifestações traforísticas relacionadas à insegurança e à arrogância que, em última análise, redundavam na sensação de insignificância pessoal.

Consciencioterapia. Por meio da consciencioterapia, o resgate íntimo da importância de si mesmo começou a ser feito com a modulação da intenção para o fraternismo e em prol da conexão com os outros, assim dirimindo as perdas energéticas com posturas inadequadas de superioridade ou de menos-valia.

Autodiagnóstico. O aprimoramento do diagnóstico, mediante a elaboração dos mecanismos de funcionamento consciencial homeostático e patológico, forneceu uma visão ampla sobre a própria estrutura consciencial. Isso permitiu detectar o início de posturas nosográficas, necessário para desarticular o comportamento autassediador, bem como reconhecer as formas pelas quais a autexpressão se mantinha homeostática e superavitária.

Interassistencialidade. Considerando a subutilização dos trafores conviviológicos que permitiam a homeostase, este autor passou a modular sua intenção a fim de se permitir ter o abertismo necessário para interações verdadeiras com outras consciências, independentemente de quem fossem, assumindo para si a responsabilidade pelo próprio bem-estar íntimo por meio da interassistência.

BIBLIOGRAFIA ESPECÍFICA

1. Almeida, Marco; Haymann, Maximiliano; & Remedios, Juliana; Orgs.; *Dicionário de Consciencioterapia com Termos Multilíngues Equivalentes: 400 Verbetes Prescritivos*; ed. Liege Trentin; Maximiliano Haymann; & Sissi Lopes; neologistas multilíngues: Equipe de Idiomas da OIC; revisores: Equipe de Revisores da OIC; 1.412 p.; 25 E-mails; 845 enus.; 50 especialidades; glos. 400 termos (al., esp., fr., ing.); 54 microbiografias; 3 quadros sinóticos; 1 tab.; 142 técnicas; 26 websites; glos. 38 termos (miniléxico dos campos paracientíficos); 161 filmes; 1.100 refs.; 111 webgrafias; 4 apênds. (1 apênd.: BEE da Consciencioterapia: 575 refs.); alf. (al., esp., fr., ing.); 28,5 x 22 x 7 cm; enc.; Associação Internacional Editares; & Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC); Foz do Iguaçu, PR; 2022; páginas 537, 884, 898 e 967.
2. Montenegro, Douglas H.; *Efeitos Multidimensionais da Aplicação do Planejamento Despertológico no Enfrentamento da Pusilanidade*; Artigo; *Anais do II Simpósio Consciência, Multidimensionalidade e Evolução*; Porto; Portugal; 03-05.11.2023; *Parapsiquismo Teático*; Revista; Anuário; Vol. 3; N. 1; 1 E-mail; 1 enu.; 2 notas; 1 microbiografia; 8 refs.; Associação Internacional de Parapsiquismo Interassistencial (ASSIPI); Novembro, 2023; página 97.
3. Montenegro, Douglas H.; *Seriedade Evolutiva Enquanto Postura Pré-Imperturbabilidade*; Artigo; *Anais do III Simpósio de Parapsiquismo Interassistencial*; 15-17.11.2024; *Parapsiquismo Teático*; Revista; Anuário; Vol. 4; N. 1; 1 E-mail; 1 enu.; 1 microbiografia; 8 refs.; Associação Internacional de Parapsiquismo Interassistencial (ASSIPI); Novembro, 2024, página 166.
4. Montenegro, Douglas Herrera; *Síndrome da Intelectualidade Estéril: Caracterização e Estudo de Caso*; Artigo; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 18; N. 4; 1 E-mail; 6 enus.; 1 microbiografia; 5 refs.; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciolgia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; Outubro-dezembro, 2014; página 398.
5. Vieira, Waldo; *Dicionário de Argumentos da Conscienciolgia*; 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 69, 141, 450, 539 e 997.

WEBGRAFIA ESPECÍFICA

1. Vieira, Waldo; *Afetividade* (N. 532; 02.05.2007); Verbetes; In: Vieira, Waldo; Org.; *Enciclopédia da Conscienciolgia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; Vol. Digital Único (PDF); CCXL + 34.372 p.; 3 E-mails; 11.129 enus.; 727 especialidades; 1 foto; glos. 6.500 termos (verbetes); 1 ilus.; 1.001 microbiografias; 417 tabs.; 25 websites; 22.474 bibliografias específicas; 125 videografias específicas; 1.860 webgrafias específicas; alf.; 10ª Ed. rev. e aum.; Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica (ENCYCLOSSAPIENS); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2023; páginas 579 a 582; disponível em: <https://encyclossapiens.space/ec/ECDigital10.pdf>; acesso em 30.03.2026; 10h27.

CITE ESTE ARTIGO

Montenegro, Douglas; *O Trafor do Fraternismo na Autoconsciencioterapia da Sensação de Menos-Valia*; Artigo; XVIII Jornada de Consciencioterapeuticologia; Foz do Iguaçu, PR; 05-06.09.2026; Conscientiotherapia; Revista; Anuário; Ano 15; N. 18; Seção: Autoconsciencioterapeuticologia; 1 E-mail; 4 enus.; 2 esquemas; 1 tab.; 4 técnicas; 1 microbiografia; 5 refs.; 1 webgrafias; Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC); Foz do Iguaçu, PR; Setembro, 2026; páginas 77 a 91.