

PARA-AFETIVIDADE: PROPOSIÇÃO DE TÉCNICAS CONSCIENCIOTERÁPICAS

*Marco Antônio Almeida e **Rose Carvalho

*Médico, consciencioterapeuta e voluntário da Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC), marco_af_almeida@yahoo.com.br.

**Nutricionista, consciencioterapeuta e voluntária da Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC), nutri.rosecarvalho@gmail.com.

RESUMO. O presente trabalho estuda a *para-afetividade*, ou seja, o conjunto de fenômenos parapsíquicos experimentados enquanto parassentimentos e paraemoções, e aborda aspectos consciencioterapêuticos específicos da desconstrução de imaturidades (*infantilidade para-afetiva*) e da construção de padrão homeostático (*adulthood para-afetiva*). O objetivo do artigo é fornecer ferramentas úteis ao diagnóstico e tratamento dos autotrafes psicossomáticos relacionadas ao tema. A hipótese de trabalho é testar a utilidade autoconsciencioterápica de 4 técnicas de qualificação afetiva e para-afetiva: a *Projecioterapia Temática sobre Reconciliação*; a *Projecioterapia Temática sobre Gratidão*; a *Técnica do Autoposicionamento quanto à Gratidão*; e a *Técnica da Construção do Dicionário Para-afetivo*. A metodologia de pesquisa é conduzida em 2 contextos dentro do universo da *Consciencioterapia*: a *Paraclínica* e a *Autoconsciencioterapia*. Ao final, há a conclusão a favor da utilidade das propostas terapêuticas apresentadas, frente às indicações específicas, através da aceleração da mudança holopensênica a partir dos procedimentos listados.

PALAVRAS-CHAVE: autoconsciencioterapia; Consciencioterapia; Psicossomatologia; Projecioterapia.

INTRODUÇÃO

Apresentação. O presente trabalho estuda a *para-afetividade* e aborda aspectos consciencioterapêuticos específicos da desconstrução de imaturidades (*infantilidade para-afetiva*) e da construção de padrão homeostático (*adulthood para-afetiva*).

Psicossomaticidade. Sob o enfoque da *Autoconscienciometrologia*, o aprimoramento da psicossomaticidade pessoal é processo dinâmico, passível de composição a todo o evoluciente interessado, e apresenta relação, por exemplo, com 4 vertentes complementares, de autoconsciencioterapia, relacionadas a seguir em ordem funcional:

1. A *desconstrução* holopensênica de infantilidade afetiva (exemplo: mágoa e ingratidão).
2. A *desconstrução* holopensênica de infantilidade para-afetiva (exemplo: medo de consciexes).
3. A *construção* holopensênica de adultidade afetiva (exemplo: reconciliação, perdão e gratidão).
4. A *construção* holopensênica de adultidade para-afetiva (exemplo: a paragratição).

Relevância. O tema proposto se constitui de relevância na teática consciencioterápica, dada a importância dos autotrafes psicossomáticos enquanto elementos estagnadores da evolução consciencial.

Objetivo. O objetivo do artigo é fornecer ferramentas úteis ao diagnóstico, tratamento e qualificação referentes ao universo afetivo e para-afetivo.

Hipótese. A hipótese apresentada neste artigo é testar a utilidade autoconsciencioterapêutica de 4 técnicas:

1. Projecioterapia Temática sobre Reconciliação.
2. Projecioterapia Temática sobre Gratidão.
3. Técnica do Autoposicionamento quanto à Gratidão.
4. Técnica da Construção do Dicionário Para-afetivo.

Metodologia. A metodologia de pesquisa é composta na experiência dos autores em 2 cenários de atuação, relacionados, em ordem alfabética, dentro do universo da *Consciencioterapia*:

1. **Autoconsciencioterapia:** o movimento autoconsciencioterápico, na condição de evolucentes, frente à autoaplicação de técnicas propostas no presente trabalho.

2. **Heteroconsciencioterapia:** o movimento heteroconsciencioterápico, na condição de consciencioterapeutas em atendimentos individuais e em grupo, frente à observação dos efeitos da heteroaplicação de técnicas propostas no presente trabalho.

Projecioterapia. Sob a ótica da *Experimentologia*, a título de exemplificação, a heteroaplicação grupal das 2 técnicas projecioterápicas específicas (de reconciliação e de gratidão) foi realizada em setembro de 2011, em curso modular de frequência mensal, no auditório do *Campus OIC*, das 14 às 16 horas, em 2 dias consecutivos (sábado e domingo), com 21 evolucentes, em posição de decúbito dorsal.

Autoposicionamento. Ao final dos trabalhos de domingo, neste mesmo evento, houve a indicação, a todos os alunos, da aplicação da *técnica do autoposicionamento da gratidão*, no período entre módulos (total de 28 dias). Apenas 1 participante manifestou indisponibilidade para a realizar a proposta apresentada pelos consciencioterapeutas.

Relatos. Os *feedbacks* verbais dos alunos-evolucentes sobre a aplicação da técnica acima e sobre os resultados práticos observados foram coletados no mês seguinte (outubro/2011), com o predomínio de 3 aspectos, descritos em ordem alfabética:

1. **Motivação:** grande motivação em reaplicar a técnica.
2. **Proximidade:** forte sentimento de aproximação com a conscin-alvo.
3. **Surpreendência:** surpresa com o nível de eficácia da técnica.

Sistematização. No entanto, cumpre ressaltar o fato da não-submissão de tais devolutivas à sistematização, pela ausência de organização prévia na coleta de dados por parte dos pesquisadores.

Divisões. Quanto à exposição do presente trabalho, o mesmo está dividido em 6 partes listadas em ordem funcional:

1. Introdução.
2. Afetividade.
3. Para-afetividade.
4. Técnicas Consciencioterapêuticas.
5. Conclusão.
6. Bibliografia.

I. AFETIVIDADE

Definição. A *afetividade* é o conjunto de fenômenos psíquicos baseados em ampla modalidade de vivências psicossomáticas experimentadas na forma de sentimentos, emoções, humores, afetos e paixões.

Tipologia. De acordo com a *Psicossomatologia*, a afetividade da consciência é passível de manifestação em 5 tipos básicos, apresentados em ordem alfabética:

1. **Afeto:** a qualidade e o tônus emocional indissociáveis à ideia ou à representação mental, produtores da energia consciencial.

2. **Emoção:** a reação afetiva aguda a partir de estímulos subjetivamente significativos, de grande vinculação a repercussões somáticas.

3. **Humor:** o tônus afetivo basal e difuso.

4. **Paixão:** o estado afetivo redutor do autodiscernimento, de grande intensidade, monopolizador da atividade psíquica através da captação unidirecional e tendenciosa da atenção.

5. **Sentimento:** a configuração afetiva estável, de maior vínculo a conteúdos intelectuais e valores, com pouca tendência à produção de efeitos somáticos.

Dinamismo. Desta forma, evidencia-se o fato da afetividade ser elemento dinâmico, vivo, passível de manifestação sob a forma de ampla gama de variações, escalas, temperaturas e tonalidades de manifestação, desde as mais sutis às mais grosseiras, de acordo com a predisposição e o momento evolutivo de determinada consciência.

Aforismo. A título de elucidação, vale ressaltar a lembrança da expressão “*não carregar nas tintas*”, referente à dramatização inerente à exacerbação emocional e o *exagero do padrão de coloração sobre a vivência psíquica*.

Cor. Em resumo, segundo a *Experimentologia*, a afetividade é a dimensão da autopensividade geradora de *cor, brilho e calor* às experimentações conscienciais.

Sintonia. Consoante à *Conviviologia*, tais gradações afetivas *intraconscienciais* mantêm relação estreita com a *extraconsciencialidade*, segundo o princípio de causa-efeito, através de 2 tipos de respostas, descritas em ordem funcional:

Centrípeta: a *capacidade de ser influenciada* segundo a habilidade pessoal de sintonia afetiva com outrem.

Centrífuga: a *capacidade de irradiar influência* segundo a habilidade pessoal de facilitar a sintonia afetiva de outrem.

Rigidez. Desta forma, segundo a *Parapatologia*, a *rigidez afetiva* ocorre na consciência de menor permeabilidade nas relações sociais, tanto para influenciar quanto para ser influenciada afetivamente.

Resposta. Ademais, consoante à *Experimentologia*, tais respostas psicossomáticas podem ser pertinentes e estruturadas ou impertinentes e caóticas, passíveis de exemplificação nos 10 itens descritos em ordem alfabética:

01. **Adequação:** a *harmonia do sen* (sentimento) com o *pen* (ideia) associado.

02. **Ambivalência:** a oposição de sentimentos frente ao mesmo estímulo.

03. **Distanciamento:** a perda progressiva e patológica das experiências afetivas.

04. **Embotamento:** a perda severa da vivência afetiva.

05. **Labilidade:** a inconstância de manifestação.

06. **Monorritmia:** a monotonia afetiva.

07. **Neotimia:** a nova experiência afetiva.
08. **Paratimia:** a *incongruência* ou inadequação do *sen* com o *pen*.
09. **Puerilidade:** a vida afetiva superficial e infantil.
10. **Restrição:** a moderada redução na intensidade do sentimento.

Dicionário. Deste modo, eis a exemplificação de 10 processos patológicos passíveis de trabalho autoconsciencioterápico através da construção de dicionário afetivo pessoal, listados em ordem alfabética:

01. **Alexitimia:** a incapacidade de nomear as emoções.
02. **Amoralidade:** a inaptidão às regras de convívio.
03. **Ansiosismo:** a inquietação agônica cronicificada.
04. **Apedutismo:** a ignorância técnica quanto ao universo do *sen*.
05. **Autismo:** a perda da relação com *inputs* e exigências circundantes.
06. **Autorrepressão:** o perfil passivo-agressivo.
07. **Exclusividade:** o monopólio coronochacral.
08. **Impulsividade:** o açodamento regular.
09. **Rigidez:** a inabilidade nas trocas afetivas.
10. **Truculência:** a agressividade desenfreada.

Variações. De acordo com a *Mentalsomática*, as variações frente à nomeação de sentimentos e emoções são amplamente influenciadas pelas aspectos idiomático e cultural. Eis, a título de exemplo, lista de 10 elementos afetivos e as vertentes patológica e homeostática dos mesmos, dispostos em ordem alfabética:

01. **Amor:** o egóico *ou* o altruísta?
02. **Autoestima:** a vaidade *ou* a autovalorização?
03. **Calma:** o indiferentismo *ou* a tranquilidade íntima?
04. **Confiança:** a imprudência *ou* a autosssegurança?
05. **Distanciamento:** a frieza emocional *ou* o sobrepairamento analítico?
06. **Euforia:** a psicossomática *ou* a mentalsomática?
07. **Orgulho:** a soberba *ou* o brio cosmoético?
08. **Satisfação:** a malévola *ou* a benévola?
09. **Simpatia:** a tendenciosidade *ou* a benevolência?
10. **Solidariedade:** o acumpliciamento *ou* o comprometimento?

Grupos. Consoante à *Conscienciometrologia*, o universo da afetividade é passível de categorização, *a priori*, em 6 grupos básicos, sendo a primeira palavra italicizada o elemento mais representativo, estando os demais itens exemplificados em ordem alfabética:

1. **Afeição:** *amor*, aceitação, admiração, afabilidade, afeição, afinidade, agrado, amizade, anuência, apaixonamento, aprazimento, apreço, atração, benevolência, brandura, carinho, concordância, comprazimento, conformidade, confraternidade, consenso, empatia, estima, gratificação, identidade, igualdade, inclinação, irmanação, paixão, ratificação, simpatia, solidariedade, transigência, união, unidade, vinculação.

2. **Contentamento:** *alegria*, chiste, hilaridade, mória, euforia, júbilo, confiança, contentamento, elação, esperança, espirotuosidade, gratidão, gratificação, jocosidade, prazer, regozijo, risibilidade.

3. **Desafeição:** *raiva*, abominação, aborrecimento, antipatia, ciúme, desamor, desconformidade, desdém, desgosto, dificuldade, discordância, discórdia, dissenso, divergência, estranhamento, frieza, furor, heterodepreciação, impetuosidade, ira, irritação, mágoa, malquerença, negação, pesar, quizila, rabidez, rancor, rechaço, recusa, rejeição, relutância, repelência, repúdio, ressentimento.

4. **Descontentamento:** *tristeza*, abatimento, alquebramento, anedonia, apatia, ataraxia, auto-depreciação, cansaço, culpa, debilidade, depressão, derreamento, desalento, desânimo, desencorajamento, desgosto, diligência, esmorecimento, exaustão, extenuação, frustração, indolência, indiferença, insatisfação, languidez, lassidão, letargia, marasmo, melancolia, nostalgia, prostração, saudade, tédio, vergonha, torpor.

5. **Engrandecimento:** *narcisismo*, afetação, atrevimento, bufonaria, convencimento, empáfia, insolência, imodéstia, jactância, onipotência, opressão, orgulho, ostentação, prepotência, presunção, soberba, pedantice, petulância, pretensão, ufanía, vaidade, vanglória.

6. **Vulnerabilidade:** *medo*, abandono, ameaça, ansiedade, desamparo, fobia, horror, pavor, receio, rejeição, temor, terror.

Dificuldade. A sutilização da afetividade acarreta a aproximação do sentimento com o pensamento, em termos taxológicos. Ou seja, há dificuldade progressiva de categorização de acordes afetivos mais sutis, em comparação à emocionalidade mais bruta ou primária.

Tipificação. Em outras palavras, segundo a *Enumerologia*, tonalidades afetivas primárias e básicas (exemplos: raiva, alegria, tristeza, vaidade) são mais facilmente tipificadas em relação a componentes secundários e complexos (exemplos: aprazimento, benevolência, gratidão, confiança).

Foco. No presente artigo, os trabalhos práticos autoconsciencioterápicos de qualificação afetiva foram direcionados a duas manifestações psicossomáticas patológicas, listadas a seguir em ordem funcional:

1. **Mágoa:** o traço-fardo da sensação íntima de agravo, injúria, afronta ou ofensa promotora do desgosto recolhido com marcas holossomáticas.

2. **Ingratidão:** o traço-faltante do sentimento de agradecimento a partir de assistência, benefício, auxílio ou favor recebido.

Possibilidade. No entanto, importa ressaltar a possibilidade de o evoluciente iniciar a reciclagem afetiva por vias diferentes, personalíssimas e prioritárias quanto à necessidade evolutiva do momento.

II. PARA-AFETIVIDADE

Definição. A *para-afetividade* é conjunto de fenômenos parapsíquicos baseados em ampla modalidade de vivências psicossomáticas experimentadas na forma de parassentimentos, paraemoções, para-humores, para-afetos e parapaixões.

Qualificação. A qualificação do universo psicossomático é tarefa abrangente, extensa, a exigir do autoconsciencioterapeuta estratégia personalizada, eficaz e exaustiva.

Para-afetividade. Consoante à *Holomaturologia*, 4 tipos de manifestações afetivas e para-afetivas são passíveis de distinção, descritas em ordem funcional:

1. **Infantilidade afetiva:** o padrão de emoções típicas do egocentrismo infantil, relativas a demandas, aspirações, desejos, e necessidades pessoais, refletindo *perfil de solicitação nas manifestações psíquicas*. Exemplos: a mágoa, a ingratidão, as desafeições, os descontentamentos cronicificados.

2. **Infantilidade para-afetiva:** o padrão de paraemoções típicas do egocentrismo infantil, relativas a demandas, aspirações, desejos e necessidades pessoais, refletindo *perfil de solicitação nas*

manifestações parapsíquicas. Exemplos: os misticismos, o para-apaixonamento direcionado ao guia cego, o “medo de consciexes”, o *congressus subtilis*, os acordos tácitos de apego recíproco entre conscin-conscieix.

3. **Adulthood afetiva:** o padrão de emoções típicas da adultidade, mais voltadas ao altruísmo, à doação, ao contentamento, ao desejo de compartilhamento e promoção de assistência, refletindo *perfil de doação nas manifestações psíquicas*. Exemplos: o altruísmo, a gratidão, a satisfação benévola, a empatia, a cooperatividade.

4. **Adulthood para-afetiva:** o padrão de para-afetos típicos da adultidade, mais voltadas ao altruísmo, a doação, ao contentamento e ao desejo de compartilhamento e promoção de assistência, refletindo *perfil de doação nas manifestações parapsíquicas*. Exemplos: as para-amizades, as projeções assistenciais entre voluntários da CCCI, os encontros, a relação afetiva entre tenepessista-amparador, as para-rondas noturnas entre colegas de voluntariado conscienciológico, a eudemonia cosmoética, o trabalho nas reurbexes.

Infantilidade. As infantilidades afetiva e para-afetiva são caracterizadas por tonalidades psicossomáticas *tudo-ou-nada*, binárias, do tipo “amo ou odeio”, com reações emocionais primárias e egoicas, simples e sem complexidade de valores e ideias.

Binômio. Eis, a título de exemplificação, o cotejo de 2 binômios relacionados à capacidade pessoal de nutrir sincera admiração alheia, segundo características da fase de evolução afetiva, infantil ou adulta, descritas em ordem funcional:

1. **Infantilidade:** o binômio *admiração-cotoveloma*.
2. **Adulthood:** o binômio *admiração-discordância*.

Desenvolvimento. A partir do desenvolvimento da conscin, a manifestação adulta é caracterizada pelas manifestações de escalas progressivamente mais sutis e avançadas de manifestação.

Paraneoconstructos. Com a aquisição de vias sinápticas avançadas quanto à especificidade de interpretar a realidade pessoal circunjacente, ou paraneoconstructos, à adultidade afetiva pode ser acrescentada manifestações mais complexas (por exemplo, a influência das para-amizades extrafísicas) que permeiam a manifestação da conscin, construindo e adultidade para-afetiva.

Amadurecimento. A adultidade para-afetiva é a condição holossomática de maior amadurecimento quanto à manifestação do psicossoma.

Manifestações. Consoante à *Psicossomatologia*, eis lista de 10 exemplos de manifestações para-afetivas cosmoéticas, descritas em ordem alfabética:

01. **Anticonflitividade:** a ortopensidade anuladora de conflitos intraconscienciais.
02. **Eudemonia Cosmoética:** o autocontentamento homeostático.
03. **Euforex:** a euforia extrafísica através da assistência.
04. **Euforin:** a euforia da conscin a partir do compléxis.
05. **Eutimia:** a tranquilidade serena.
06. **Júbilo Cosmoético:** a exultação da homeostase holossomática autoconsciente.
07. **Para-admiração:** a consideração e o respeito incondicionais.
08. **Paragratião:** o reconhecimento multidimensional.
09. **Parasserenidade:** a tranquilidade adquirida nas projeções extrafísicas.
10. **Primener:** a autoconfiança através da primavera energética.

Distorção. Segundo a *Parapatologia*, distorção cognitiva frequente é a negação dos estados conscienciais para-afetivos, procrastinando o autocomprometimento com o desenvolvimento da maturidade psicossomática.

Lógica. Por outro lado, o mais inteligente é o trabalho árduo para o acúmulo de vivências enriquecedoras – como as descritas anteriormente – e o alcance de condições evolutivas de ponta, por exemplo, a condição do ser *desperto*.

Parafatos. Segundo a *Experimentologia*, basta ao pré-serenão vulgar rememorar uma única condição de trabalho junto a amparadores técnicos e refletir, anotar e detalhar o *estado para-afetivo* nesta situação: a autopacificação, a autoconfiança, o sobrepassamento, dentre outros tons afetivos avançados, para sair da teoria especulativa em direção à rememoração autocomprobatória sobre a possibilidade dos para-afetos.

Experimentação. Segundo a *Conviviologia*, a experimentação da para-afetividade é passível de construção progressiva a partir de 2 situações complementares descritas em ordem funcional:

1. **Conscins:** o trabalho multidimensional solidário, de minipeça, frente aos desassédios, por exemplo, com outras conscins também projetadas, fortalecedoras das relações afetivas humanas do cotidiano.

2. **Consciexes:** o trabalho multidimensional solidário, de minipeça, frente aos desassédios, por exemplo, com consciexes técnicas amparadoras.

Atividades. Eis 1 lista de 10 atividades de trabalho ombro a ombro junto ao amparo de função e experimentação da maturidade para-afetiva, descritas em ordem alfabética:

01. Atendimentos Consciencioterápicos.
02. Autoconsciencioterapia.
03. Cursos de Campo.
04. Dinâmicas Parapsíquicas.
05. Docência Conscienciológica.
06. Estado Vibracional.
07. Projetabilidade Assistencial.
08. Técnica da Reflexão de 5 horas.
09. Tenepes.
10. Voluntariado Conscienciológico.

Parapsiquismo. Desta forma, de acordo com a *Parapercepciologia*, é possível à conscin amplificar a saúde emocional através do desenvolvimento parapsíquico (saúde parapsíquica) e da paraconvivialidade sadia com amparadores e assistidos, ao experimentar de modo continuado para-afetos avançados.

III. TÉCNICAS CONSCIENCIOTERAPICAS

Objetivos. As técnicas apresentadas no presente artigo foram realizadas com os objetivos gerais listados a seguir:

1. **Projecioterapia Temática sobre Reconciliação:** autodesassédio através da desconstrução de mágoas específicas e construção da autopensividade de reconciliação.

2. **Projecioterapia Temática sobre Gratidão:** autodesassédio através da desconstrução da ingratidão e construção da autopensividade de gratidão.

3. **Técnica do Autoposicionamento quanto à Gratidão:** autodesassédio através da solidificação da autopensividade de gratidão.

4. **Técnica da Construção do Dicionário Para-afetivo:** autodesassédio através da decodificação e nomeação de manifestações psicossomáticas para-afetivas mais sutis.

Contextualização. De acordo com a *Heurística*, é válida a contextualização da origem dos procedimentos propostos neste artigo, para melhor perspectivação sobre o tema em estudo:

1. **Projecioterapia:** as técnicas projetivas são procedimentos potencialmente consciencioterapêuticos, consideradas de rotina nas práticas conscienciológicas (VIEIRA, 1999). No presente trabalho, os autores trazem a proposição do uso específico e direcionado para a reversão de mágoas (Projecioterapia Temática sobre Reconciliação) e ingratidão (Projecioterapia Temática sobre Gratidão), explicitando o passo a passo, as indicações e as limitações observadas frente às referidas finalidades.

2. **Técnica do Autoposicionamento quanto à Gratidão:** proposta surgida a partir da coleta de dados quanto às soluções heurísticas de evolucionistas, e de análise bissociativa de levantamento bibliográfico específico (DYER, 2009; e SELINGMAN, 2009).

3. **Técnica da Construção do Dicionário Para-afetivo:** a construção do dicionário para-afetivo é extensão da técnica estabelecida de construção do dicionário afetivo, seguindo os mesmos procedimentos básicos, porém mantendo o megafoco na para-afetividade. Utilização em *set* consciencioterápico há 2 anos pelos autores.

Descrição. De modo específico, eis a descrição das 4 técnicas apresentadas, além de detalhes da execução das mesmas:

1. *Projecioterapia Temática sobre Reconciliação*

Indicação: Patopensividade de mágoa e ressentimento.

Objetivo: Aplicação do perdão específico; desconstrução da mágoa.

Pendência. A mágoa é pendência afetiva, necessitando de desconstrução dos sentimentos de agravo a outrem, mantendo relação direta ao comportamento infantil, através da requisição afetiva sustentada. Tal comportamento afetivo é fator redutor do autodiscernimento relacionado à desafeição.

Desafio. *A priori*, qualquer nível manifesto de desafeição é desafio autoconsciencioterápico ao evolucionista. Importa, em última análise, desenrolar tais nichos de patopensividade.

Procedimento. A *Projecioterapia Temática sobre Reconciliação* é realizada através dos seguintes procedimentos, listados em ordem cronológica:

1. Escolha uma consciência para trabalhar as mágoas pendentes.
2. Deite-se e faça relaxamento psicofisiológico progressivo.
3. Apassive a mente.
4. Trabalhe a Mobilização Básica de Energias (MBE).
5. Exteriorize as energias para a consciência-alvo da reconciliação.
6. Trabalhe diariamente, em horários diversos, até a percepção da reversão completa do padrão de mágoa.

Perfis. Segundo a *Perfilologia*, eis 5 características de personalidade acumuladoras de imaturidades infantis, naturalmente predispostas ao acúmulo de mágoas, listadas em ordem alfabética:

1. **Arrogância:** o arrogo para si de privilégios a partir de suposta superioridade.
2. **Melindre:** a suscetibilidade de predisposição ao ressentimento.
3. **Pudor:** a preocupação excessiva em *ferir* a decência.
4. **Sociosidade:** o pensamento monopolizado em desfrutar de bom conceito social.
5. **Vaidade:** a necessidade da aprovação alheia.

Hesitação. De acordo com a *Cosmoética*, eis 3 exemplos de mecanismos de hesitação durante o processo de reconciliação e manutenção do apego patológico ao rancor, enumerados em ordem alfabética:

1. **Equívoco:** a interpretação equivocada do perdão significar prova de amor ao ofensor.
2. **Injustiça:** a sensação pessoal de injustiça em conceder o perdão a outrem, mantendo a “raiva justa”.
3. **Retaliação:** a reivindicação a favor de si do direito da vingança pós-injúria.

Autoaquisição. Conforme a *Holocarmologia*, o ato do perdão em relação a outrem é autoaquisição libertadora, pois *desacorrenta*, sobretudo o perdoador, das *amarras* de injúrias recíprocas estagnadoras da evolução.

Atitude. Consoante à *Egocarmologia*, o perdão é atitude íntima de autoposicionamento pensênico, denotativa de habilidade social e parassocial do perdoador, independente do aval, permissão ou alinhamento da contraparte envolvida.

Encontro. Após esta primeira etapa, em determinadas circunstâncias, é facilitada a ocorrência eventual de encontros físicos ou extrafísicos, onde ambas as partes podem vir a se defrontar para a oportunidade da reconciliação.

Tenacidade. Segundo a observação destes autores, ao evoluciente jejuo, a aplicação do perdão específico requer tenacidade frente às dificuldades iniciais. A confrontação com o holopense de mágoa cronicificada é passível de *minar* a motivação do candidato a perdoador, onde a necessidade natural da repetição paciente pode se confundir, para a conscin desavisada, com o insucesso terapêutico.

Perseverança. Deste modo, segundo a *Terapeuticologia*, importa perseverar com o máximo empenho sustentado para a desconstrução cosmoética da patopensenidade da mágoa. O esforço regular e repetitivo faz o 1% de energia sadia do primeiro dia consolidar de modo progressivo a força do desassédio, até os 100% da completude desassediadora.

2. *Projecioterapia Temática sobre Gratidão*

Indicação: Patopensenidade de ingratidão.

Objetivo: Desconstrução da ingratidão; autoconscientização quanto aos multiportes recebidos; remodelamento da afetividade com a aquisição do sentimento de gratidão.

Procedimento. A Projeção Terapêutica sobre Gratidão é realizada através dos seguintes procedimentos, listados em ordem cronológica:

1. Escolha uma consciência para trabalhar o seu reconhecimento de auxílio, ajuda ou assistência recebidos.
2. Deite-se e faça o relaxamento psicofisiológico progressivo.
3. Apassive a mente.
4. Trabalhe a Mobilização Básica de Energias (MBE).
5. Exteriorize as energias para a consciência-alvo da gratidão.
6. Trabalhe diariamente, em horários diversos, até atingir a autossatisfação quanto à exteriorização de energias sinceramente gratas a esta consciência.

Coerência. Segundo a *Autodiscernimentologia*, é importante ao praticante manter a coerência com os objetivos pessoais pré-estabelecidos das técnicas propostas.

Atenção. Importa a devida atenção para o praticante desta etapa não cometer, na prática, o equívoco entre os padrões de gratidão e reconciliação. Reconciliação não é gratidão. Na primeira, há a retomada afetiva após o agravo; na segunda, há o reconhecimento de auxílio prestado.

Percepção. No desenvolvimento da gratidão, o ponto-chave é a autopercepção dos aportes já recebidos pela consciência até o momento evolutivo, consolidando o senso de responsabilidade quanto à retribuição.

Balanço. Com este balanço cosmoético entre a vivência de recebimentos e doações, a consciência é passível de sair do padrão de maior requisição egocêntrica infantil para a maior doação assistencial.

Ponte. Segundo a *Extrafisicologia*, a gratidão no contexto assistencial extrafísico é *ponte* para a construção de para-afetividade homeostática (paragratição), resultando em desenvolvimento de *rapport* junto à equipe de amparadores.

3. Técnica do Autoposicionamento quanto à Gratidão

Indicação: Patopensividade de ingratidão.

Objetivo: Remodelamento da afetividade pela aquisição do sentimento de gratidão.

Procedimentos. A Técnica do Autoposicionamento quanto à Gratidão é realizada através dos seguintes procedimentos, listados em ordem cronológica:

1. Reflita sobre os benefícios trazidos a você pela conscin-alvo (por exemplo, a mesma consciência da *Técnica da Projecioterapia Temática sobre a Gratidão*).
2. Escreva em folha de papel em branco as reflexões sobre o sentimento de gratidão acerca desta pessoa, com data e assinatura pessoal.
3. Marque encontro presencial com a conscin. Importa a espontaneidade e a informalidade desta ocasião.
4. Leia a carta em voz alta para a pessoa a sua frente.
5. Entregue a carta, ao final da leitura, ao ouvinte.

Lista. Para fins práticos, eis 1 breve *check list* quanto a possíveis beneméritos intrafísicos passíveis de reconhecimento do sentimento de gratidão, em ordem alfabética:

1. **Academicismo:** o aporte intelectual da escolaridade formal, desde a infância à adultidade, incluindo professores, tutores, preceptores.
2. **Amizades:** as amizades dos compassageiros evolutivos.
3. **Amparadores:** os inspiradores quanto ao melhor.
4. **Empregados:** os empregados garantidores de suportes em geral.
5. **Empregadores:** a chance do exercício da ocupação de subsistência.
6. **Progenitores:** o aporte do soma e da oportunidade de viver a vida humana.
7. **Trabalho:** os colegas de trabalho desde o início da vida no mercado de trabalho até os momentos atuais.
8. **Voluntariado:** o compartilhamento das ideias e vivências aplicadas ao voluntariado conscienciológico.

Interdependência. A contar o período de vida humana, desde a ressonância até a dessonância, é impossível, *a priori*, a conscin conseguir viver com autonomia completa, ou seja, sem a necessidade de recebimento de algum tipo de assistência ou aporte.

Lucidez. Por extensão, a conscin com programação existencial complexa, necessita do auxílio de beneméritos no trilhar da assistência mais avançada. A lucidez quanto a este mecanismo e o sentimento de gratidão aos esforços heterodesempenhados a favor de si faz parte do amadurecimento afetivo do evoluciente.

Reconhecimento. Consoante à *Coerenciologia*, a gratidão é sentimento profundo de reconhecimento de assistência recebida, com repercussões holossomáticas inequívocas.

Frieza. No entanto, segundo a *Parapatologia*, vale ressaltar a condição doentia da consciência capaz de reconhecer cognitivamente o recebimento de qualquer benefício, porém incapaz de reconhecer afetivamente esta condição. Tal condição de *pseudogratição* é frequente em consciências de maior percentual de frieza emocional, segundo o padrão pensênico energívoro: – “Obrigado, mas você não fez mais que a obrigação em me assistir”.

Aceitação. Neste caso, há a aceitação lógica do recebimento do auxílio, mas não há a contraparte afetiva chanceladora da genuína gratidão. Esta patopensividade é o foco da *ingratição*.

Tiranía. Desta forma, segundo a *Retribuiciologia*, o ingrato é, invariavelmente, portador de autopensividade tirânica, sempre pronto a receber e indisponível a doar. O recebimento de assistência é percebido de modo automático, como se o mesmo fosse “feito para ser servido”. Neste *pacote patopensênico* é possível discriminar ao menos 4 imaturidades relacionadas, listadas em ordem alfabética:

1. **Amoralidade:** a falha grave de autodiscernimento moral.
2. **Egoísmo:** a doutrina pessoal de autopreservação hipertrofiada.
3. **Incivilidade:** a inabilidade de viver em comunidade.
4. **Superficialidade:** a visão míope focada apenas nas demandas pessoais.

Diferenças. Importa ao pesquisador do universo específico da *Assistenciologia*, a ressalva: gratidão não é polianismo, ingenuidade ou autocontentamento patológico com o banal.

Binômio. Segundo a *Psicossomatologia*, a vivência do *binômio reconciliação-gratição* evoca a responsabilidade evolutiva acerca da necessidade de doação e da assistência.

4. Técnica da Construção do Dicionário Para-afetivo

Indicação: Alexitimia, autorrepressão e superficialidade afetiva.

Objetivo: Construção do Autodiscernimento Para-afetivo.

Procedimentos. A Técnica da Construção do Dicionário Para-afetivo é realizada através dos seguintes procedimentos, listados em ordem cronológica:

1. Faça a checagem holossomática relacionada ao universo para-afetivo.
2. Nomeie e escreva o parassentimento ou paraemoção a cada verificação, construindo lista-gem de experimentações pessoais.
3. Consulte dicionários para o desenvolvimento do vocabulário para-afetivo intraconsciencial.

Aferição. Importa ao evoluciente a autodescrição minuciosa do estado holossomático, verificando soma, energossoma, psicossoma e mentalsoma para aferir com o máximo de precisão o estado para-afetivo pessoal.

Autoprojecioterapia. Esta técnica também pode ser realizada após a autoprojecioterapia, com o estado de relaxamento psicofisiológico a propiciar maior entendimento da dinâmica pessoal para fisiológica.

V. CONCLUSÃO

Autoqualificação. A autoqualificação psicossomática é condição singular ao evoluciente interessado no desenvolvimento autoconsciencioterápico.

Desenvolvimento. Tal condição inclui a saída do padrão de manifestação egocêntrico infantil, tanto no universo de manifestação psíquica quanto parapsíquica, desenvolvendo as chamadas adultidades afetiva e para-afetiva.

Propostas. Neste artigo, foram apresentadas propostas terapêuticas de desconstrução das infantilidades e construção progressiva de tonalidades afetivas e para-afetivas mais amadurecidas.

Conclusão. A conclusão destes autores, a partir das autoexperimentações e da aplicação das referidas técnicas em evolucientes, trata a favor da utilidade das propostas terapêuticas apresentadas frente às indicações específicas, através da aceleração da mudança holopensênica de desenvolvimento de colorações afetivas e para-afetivas mais utilizadas, paradoxais e alinhadas às realidades extrafísicas superiores.

VI. BIBLIOGRAFIA

AMERICAN PSYCHIATRY ASSOCIATION. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – DSM-IV.** 4ª. ed. Porto Alegre: Artmed, 2002.

BALONA, Málu. **Autocura Através da reconciliação:** Um Estudo Prático sobre a Afetividade. Rio de Janeiro: IIPC, 2003.

DALGALARRONDO, Paulo. **Psicopatologia e Semiologia dos Transtornos Mentais.** Porto Alegre: Artmed, 2000.

DYER, Wayne W. **Novas Ideias para uma Vida Melhor.** Rio de Janeiro: Nova Era, 2009.

SELIGMAN, Martin E.P. **Felicidade Autêntica:** Usando a Nova Psicologia Positiva para a Realização Permanente. Rio de Janeiro: Objetiva, 2009.

VIEIRA, Waldo. **Conscienciograma:** Técnica de Avaliação da Consciência Integral. Rio de Janeiro: Instituto Internacional de Projeciologia, 1996.

VIEIRA, Waldo. **Homo sapiens reurbanisatus.** Foz do Iguaçu: Centro de Altos Estudos da Conscienciologia, 2003.

VIEIRA, Waldo. **Projeciologia:** Panorama das Experiências da Consciência Fora do Corpo Humano. Rio de Janeiro: Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia, 2002.

VIEIRA, Waldo. **700 Experimentos da Conscienciologia.** Rio de Janeiro: Instituto Internacional de Projeciologia, 1994.