

DESAPEGO: ATITUDE AUTODESASSEDIADORA MENTALSOMÁTICA PRÓ-EVOLUTIVA

Ana de Sena*

Especialidade. Acolhimentologia.

Resumo. O artigo aborda o desapego numa perspectiva pró-evolutiva e mostra a realidade da consciência autopesquisadora em busca de qualificação interassistencial. Refere-se ao exercício do recolhimento íntimo, da autorreflexão diária, da associação de ideias e do desenvolvimento de senso crítico em função dos resultados alcançados pelo esforço pessoal contínuo no processo do autodesassédio. Por fim tece considerações sobre o quanto uma atitude autorreflexiva, pode ampliar as possibilidades libertadoras do desapego e qualificar as energias interassistenciais desassediadoras.

Palavras-chave: Atitude mentalsomática; Desapego desassediador; Evolução consciencial.

INTRODUÇÃO

Motivação. O estudo foi motivado pelo desenvolvimento da vontade inquebrantável da autora, interessada em sair da zona de conforto para galgar uma condição evolutiva mais universalista e cosmoética, com intenção de superar as próprias limitações interassistenciais.

Fatuística. O fato do autodesempenho da pesquisadora ser menor do que o esforço empreendido; o fato de a permanência na zona de conforto desqualificar o desempenho pessoal; a autopercepção do apego patológico ao passado ser o principal desqualificador da produtividade interassistencial; o interesse por reciclagens favoráveis à dinamização da interassistencialidade; a necessidade de uma atitude mais proativa, direcionada à superação do pseudodesapego.

* Assistente Social (UFRN), Professora e especialista em Educação Inclusiva. Aposentada. Pesquisadora e voluntária da Associação Internacional dos *Campi* de Pesquisas da Conscienciologia (INTERCAMPI). Docente em Conscienciologia desde 2015.
anadesenaesilva@yahoo.com.br

Objetivo. O artigo visa compartilhar o resultado parcial das vivências autopesquisísticas da autora e possibilitar uma discussão reflexiva sobre o processo do desapego, enquanto atitude mentalsomática pró-evolutiva desassediadora, direcionada ao desenvolvimento da interassistencialidade.

Tema. O tema em estudo tem relação direta com três especialidades e duas subespecialidades da Conscienciologia:

A. Especialidades:

1. **Mentalsomatologia (Mentalsomática).** É a especialidade que estuda o mentalsoma, o paracorpo do discernimento e suas consequências evolutivas para a consciência (VIEIRA, 2008, p. 41).

2. **Pensenologia.** Especialidade que estuda os pensenes (pensamentos, sentimentos e energias), a pensenidade e os pensenedores. A autopenalidade é o mecanismo incessante da consciência, em todas as suas manifestações, em qualquer dimensão consciencial. O pensene constitui a unidade de manifestação consciencial (VIEIRA, 2008, p. 43).

3. **Evoluciolgia.** Especialidade aplicada aos estudos da evolução das consciências abordada de modo integral, holossomático, multiexistencial, multidimensional, em alto nível, matéria específica do orientador evolutivo (VIEIRA, 2008, p. 40).

B. Subespecialidades:

1. **Autodiscernimentologia.** É a desdramatização do autoesforço. O melhor é sair da estradinha secundária da interiorose e enfrentar a *freeway*. Autodiscernimento: distinção pensenizada (VIEIRA, 2014, p. 190).

2. **Desassediologia.** Desassédio é desconexão da consciência através da ortopenalidade (VIEIRA, 2014, p. 490).

Metodologia. A metodologia deste artigo ocorreu a partir de duas fontes:

1. **Autopesquisa.** A autoinvestigação ocorreu mediante registros e análise dos incômodos contextualizados; do automonitoramento, pela checagem dos pensenes e do nível de equilíbrio holossomático; das autocríticas e heterocríticas; das sincronicidades analisadas e registradas para aprofundamento das reflexões diárias, realizadas geralmente à noite, antes de dormir, com foco voltado à manifestação cosmoética.

2. **Estudo bibliográfico.** Livros e verbetes da Enciclopédia da Conscienciologia, além de revistas periódicas (Galileu e Superinteressante) com informações relacionadas ao tema.

Organização. O artigo foi organizado em três partes: considerações iniciais sobre o processo do apego e desapego; a relação entre desapego e desassédio mentalsomático pró-evolutivo; e as considerações finais.

I. CONSIDERAÇÕES INICIAIS DO PROCESSO APEGO/ DESAPEGO

Autoconsciência. A consciência intrafísica, ser humano, tende a consolidar suas atitudes pela repetição de hábitos, condicionadores, mantenedores e realimentadores da zona de conforto, ou das experiências fossilizadas ao longo das vidas. No entanto, a vida é constituída de ciclos, o que implica em compreender quando uma etapa termina para dar início a um novo ciclo evolutivo.

Evolução. Pela Evoluciologia, a evolução consciencial pressupõe dispensar o obsoleto e adquirir novas conquistas, através do exercício contínuo da ética cósmica (ARAKAKI, 2015, p.33).

Apego. No contexto evolutivo, o apego pode representar um travão devido a acomodação da consciência ao uso de valores secundários, mais egóicos do que cosmoéticos, referendados no sentimento de desmerecer o melhor e na tolerância com as falhas que já podiam ter sido superadas.

Desapego. A expressão “desapego”, compreendida na perspectiva da evolução consciencial, pode ser considerada uma atitude pró-evolutiva. O desapego pode ser entendido pelo rompimento dos excessos, que prendem a consciência aos contextos limitantes, para a conquista de uma visão mais ampla, equilibrada e cosmoética, favorável ao processo da interassistencialidade.

Definologia. Desapego é o ato de desprender-se de si mesmo ou da zona de conforto, das coisas, pessoas, lugares, situações, ideias e crenças que não agregam mais valor à vida, para buscar novos caminhos favoráveis à solução do problema identificado, abrindo novas possibilidades evolutivas para si e para os outros.

Sinonimologia: 1. Postura desapegada; 2. Ação de abandonar a zona de conforto em busca de novas possibilidades evolutivas; 3. Atitude livre do foco na pressão externa.

Antonimologia: 1. Postura apegada; 2. Acomodação; 3. Atitude limitada às pressões externas.

Tipologia. Arakaki (2015, p. 81), expõe 3 tipos básicos de desapego:

1. **Desapego voluntário.** Vontade pessoal, intencional.
2. **Desapego forçado.** Circunstâncias, catástrofes.

3. **Desapego altruísta.** Oportunidade evolutiva.

Processo. O uso dos atributos mentaisomáticos se constitui atitude geradora do discernimento, necessário à compreensão dos antagonismos existentes no processo do apego e desapego, tais como: Desapego material/apego à autoimagem; Desapego da autoimagem/apego ideológico; Desapego ideológico/apego material.

Desassediabilidade. A compreensão deste processo pode contribuir com o posicionamento desassediado da consciência interessada em evoluir por meio do uso deliberado do mentalsoma. Quanto mais mentalsomática e racional seja a consciên, maiores são os seus potenciais de desassediabilidade (VIEIRA, 2014, p. 489).

Interassistencialidade. O uso deliberado do mentalsoma, através da reflexão renovada sobre si mesma, possibilita o desenvolvimento do desapego altruísta da consciência, na medida em que ela assume substituir o autassédio pelo experimento evolutivo da interassistencialidade.

II. O DESAPEGO E O AUTODESASSÉDIO MENTALSOMÁTICO PRÓ-EVOLUTIVO

Autopercepção. O desapego foi se instalando, gradativamente, nas atitudes da autora, a partir dos erros e acertos, observados na cotidianidade, e seus efeitos evolutivos; da autorreflexão sobre as experiências traumáticas do passado e suas expressões limitantes e limitadoras, tais como: a tristeza e a insatisfação pessoal perante o resultado das próprias atitudes; as vivências, com foco em valores externos; o mal-estar físico e emocional, relacionados às lembranças pretéritas conscientes e inconscientes; a desconfiança, limitadora da interassistencialidade; a vontade de se desapegar dos valores limitantes para galgar patamares evolutivos mais assistenciais e cosmoéticos.

Atitude. A atitude mentalsomática pró-evolutiva, contribui para o desenvolvimento da capacidade de desapegar-se de tudo que limita a evolução da consciência, abrindo espaço para o início de uma nova etapa, mais universalista e cosmoética, para si e para os outros.

Problema. Nesse estudo, a análise reflexiva sobre o desapego contribui para a autopesquisa da consciência interessada no paradigma consciencial, mas, ainda apegada a determinadas situações ou contextos geradores de *gaps* evolutivos, no mecanismo interassistencial. Por exemplo: a procrastinação na escrita do primeiro livro, com base no

paradigma consciencial, para evitar mal-estar em algumas consciências do grupocarma antagonicas à ideia (apego grupocármico).

Hipótese. O paradigma consciencial viabiliza a compreensão evolutiva do processo apego/desapego; o paradigma pessoal influencia na relação entre o desapego e o nível de desassediabilidade pró-evolutiva, como seja:

1. **Atitude.** As atitudes repetitivas, relacionadas ao apego patológico, geraram incômodos e reflexões mentaissomáticas sobre a manifestação emocional consolidada, instigando a consciência na busca por novas possibilidades favoráveis à passagem de um ciclo, já desnecessário, para outro ciclo evolutivo mais assistencial. “O antibagulhismo ocorre em etapas (...). Os ciclos depurativos levam anos, décadas, milênios, pois exigem da consciência o ato de abrir mão” (ARAKAKI, 2015, p. 82).

2. **Desassédio.** A opção pela aplicação de atributos mentaissomáticos nas experiências diárias, possibilita a tomada de atitudes desassediadoras, mais flexíveis e desapegadas, ampliadora do autodiscernimento e da autoconfiança compatíveis com a realidade interassistencial da consciência. “Quem ingressa na interassistencialidade acaba descobrindo o seguinte: nem tudo que nos chega às mãos, nos pertence” (ARAKAKI, 2015, p. 81).

3. **Recin.** Os incômodos, indicadores de autassédios, e a vontade de superar o apego patológico ao passado, com intenção interassistencial, fez a autora investir na reciclagem intraconsciencial (recin), buscando sistematizar os registros pessoais e monitorar as condições holossomáticas e pensênicas, para compreender os detalhes dos incômodos pessoais e ativar os traços favoráveis à superação dos traços a serem reciclados.

4. **Reeducação.** A reeducação interassistencial, proposta pela autora, visa à superação do apego patológico pretérito, e consiste na atitude profilática, contínua, autoesclarecedora, reorganizadora da pensenidade e viabilizadora da lucidez, através do monitoramento das reciclagens necessárias. “Aprender a abrir mão pode ser decisivo para ensejar novas oportunidades evolutivas” (ARAKAKI, 2015, p. 81).

Autopesquisa. No processo reeducativo e desassediador do apego e desapego, a autora utilizou as seguintes técnicas:

1. **Bioenergéticas.** A Mobilização Básica de Energias (MBE) e a instalação voluntária do Estado Vibracional (EV), para obter a soltura energética; o mapeamento da sinalética energética pessoal e a projeção lúcida, necessária à tomada de decisões.

2. **Grafopensênicas.** Registros dos confortos e desconfortos, identificada nos esforços pró-evolutivos, diários, para posteriores reflexões. Escrita gesconológica.

3. **Pensenológica.** Checagem diária dos pensenes (O que penso? O que sinto? O que faço? Quais pensenes são recorrentes?).

4. **Holossomática.** Checagem diária do holossoma. (Como está o soma? Qual intensidade e a qualidade da vontade impressa? Como sinto as emoções do psicossoma? Como organizo as ideias sobre as impressões do mentalsoma?).

5. **Reflexiva.** Análise do mal-estar (desconfortos, patopenses); associação de ideias e sincronicidades; recolhimento íntimo (checagem pensênica e holossomática); reflexões diárias sobre o apego ao passado e os resultados alcançados.

6. **Cosmogramas.** Organização de cosmograma relacionado ao processo do apego e desapego para correlação e avaliação das sincronicidades e encaminhamento de nova atitude evolutiva, interassistencial.

7. **Autopesquisa.** Durante a investigação, a autora identificou diversas situações de apego patológico gerador de *gaps* evolutivos, em especial, o apego ao passado.

Atributos. Isto provocou a decisão de canalizar esforços para o desenvolvimento do desapego através dos atributos mentaissomáticos, desencadeadores do autodiscernimento, como sejam:

01. **Pensenização.** Compreensão da pensenidade presa aos valores ainda egóicos.

02. **Holossomaticidade.** Percepção dos efeitos dos pensenes sobre o holossoma.

03. **Holopensene.** Percepção do holopensene dogmático influenciando no posicionamento pessoal.

04. **Criticidade.** A análise crítica dos próprios pensenes e seus efeitos geradores de incoerências evolutivas. Por exemplo: negar o passado diminui a capacidade mnemônica da conscin, gerando *gaps* no seu processo evolutivo, enquanto o apego ao passado nega suas possibilidades evolutivas.

05. **Descondicionamento.** A atenção centrada no megatrafor (coragem) para superação do megatrafar (apego egóico). Água represada envenena.

06. **Priorização.** Aplicação da inteligência evolutiva para priorização do que realmente importa ao momento evolutivo da consciência.

07. **Reciclagem.** Desprendimento do problema pela mudança de foco (atitude voltada para a solução e não mais no problema), por meio da flexibilização das ideias fechadas, qualificando as reciclagens intraconscienciais.

08. **Interassistencialidade.** Aplicação da lei do maior esforço, no mecanismo reeducativo do aprendizado cosmoético, pela convivialidade diuturna e a parceria com os amparadores nas tarefas interassistenciais.

09. **Grafopenidade.** Sistematização dos registros das experiências reeducativas diárias.

10. **Pensividade.** A ação de buscar as verdades relativas de ponta e os princípios cosmoéticos com a finalidade de aplicá-los teaticamente no processo de desapego ao passado assediante; o holopenene pessoal proporcionando a autorreflexão enquanto instrumento corretor de rumo evolutivo.

Fatos dinamizadores do desassédio no processo do apego e desapego. o foco na autopesquisa; o esforço pessoal, consciente e contínuo, para superar o apego às crenças limitantes; o esforço constante para ampliar a qualidade da pensividade; a reflexão sobre o resultado das ações diárias; o autoenfrentamento gradativo das pressões mesológicas antievolutivas; o uso de estratégias consciencioterápicas para compreensão e desprendimento do passado fossilizado; o autodesassédio contínuo, no contexto da interassistencialidade; a desistência de querer controlar tudo; a perseverança no voluntariado conscienciológico; o recolhimento íntimo, nas reflexões diárias; as associações de ideias quanto aos fatos e parafatos vivenciados no dia a dia; os contrapontos utilizados para superação dos apegos desnecessários, identificados; a construção do Código de Desapego Pessoal (CDP); o monitoramento do nível de desapego nas atitudes diárias.

Parafatos desassediantes no processo do desapego. a autovivência do estado vibracional (EV) profilático e terapêutico; as intuições pré-cognitivas; as projeções conscientes esclarecedoras, experimentadas no laboratório conscienciológico do *Serenarium*; a autoconscientização multidimensional (a teática de ser consciência e não apenas um corpo humano); a prática diária da tenepes; a convivência com amparadores extrafísicos.

Desconstrução gradativa do apego patológico ao passado. checagem sistemática dos resultados evolutivos decorrentes dos esforços canalizados para o quadrinômio: compreensão-perdão-gratidão-recomposição; vivências autopesquisísticas e os contrapontos autodesassediantes no convívio diuturno.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Reeducação. Todo processo de reeducação exige autoenfrentamento do problema e esforços para desconstruir os esquemas mentais cronificados. O investimento no mentalsoma, pela reflexão sobre fatos e parafatos vivenciados cotidianamente, pode gerar atitudes implementadoras da recéxis.

Inteligência evolutiva. O exercício reflexivo dos atributos mentaisomáticos sugere o uso da inteligência evolutiva, na análise dos fatos e parafatos, para que a consciência atue com o máximo de discernimento possível, nas suas decisões, e consiga enfrentar os desafios evidenciados no processo, evolutivo e contínuo, do apego e desapego.

Amparo. A intenção da autora em qualificar a própria interassistencialidade é aspecto atrativo de amparadores, interessados na qualificação interassistencial.

Atitude. A atitude amparada, da prática contínua do desapego, favorece ao autodesassédio mentalsomático pró-evolutivo e pode potencializar a felicidade íntima, liberando a consciência das atitudes autoassediadoras, dos medos e das interprisões arraigadas ao longo das vidas.

Resultados evolutivos do desapego. Desdramatização das dificuldades; validação dos esforços; ganho gradativo de discernimento; fortalecimento da atitude perseverante; descortínio crescente da intraconsciencialidade; substituição gradativa da postura competitiva pela interassistência; desistência de querer controlar tudo; reverberação positiva na primeira família consciencial; convivência com os incômodos emocionais de forma mais leve e cosmoética.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, identifica algum tipo de apego em suas manifestações pessoais? Já pensou o quanto uma atitude desapegada pode favorecer o processo evolutivo mentalsomático interassistencial?

REFERÊNCIAS

ARAKAKI, Kátia. **Antibagulhismo Energético.** Foz do Iguaçu: Editares, 2015.

VIEIRA, Waldo. **Projeciologia.** ICGE/Online: Editares/, 10ª Ed., 2008.

VIEIRA, Waldo. **Léxicos de Ortopensatas,** Foz do Iguaçu: Editares, Vol. I, 2014, p. 190, 489.

CEOTTO, Bárbara. **Diário da Autocura: da doença à saúde consciencial.** Foz do Iguaçu: Editares, 1 ed., 2014.

HAYMANN, Maximiliano. **Síndrome do Ostracismo**. Foz do Iguaçu: Editares, 2011.

MACHADO, Cesar. **Proatividade Evolutiva sob a ótica da autoconsciencioterapia**. Foz do Iguaçu: Editares, 2014.

VICENZI, Luciano. **Coragem para Evoluir**. Foz do Iguaçu: Editares, 3ª Ed., 2013.

VIEIRA, Waldo. **Nossa Evolução**. Foz do Iguaçu: Editares, 3ª Ed., 2013.

ICGE. Verbetes; **Predisposição Evolutiva; Mágoa; Propiecepção Pensênica; Vínculo Consciencial**. Disponível em: www.icge.org.br/.

NOGUEIRA, Salvador. **SAPIENS - uma nova história da humanidade**. Revista SUPER INTERESSANTE, São Paulo: Editora Abril, ed. 378, p. 26, ago. 2017.

CASTRO, Carol. **Tudo que você precisa...é menos**. Revista GALILEU, São Paulo, Editora Globo, ed. 324, p. 30, set. 2017.