



Jamile Haddad*

* Médica Veterinária. Voluntária do IIPC.

jamilehaddad@yahoo.com.br

Palavras-chave

Auto-supa a o
Comunicabilidade
Projeto pessoal

Keywords

Communicability
Personal project
Self-overcoming

Palabras-clave

Autosuperaci n
Comunicabilidad
Proyecto personal

Projeto Pessoal para o Desenvolvimento da Comunicabilidade

Personal Project for the Development of Communicability

Proyecto Personal para el Desarrollo de la Comunicabilidad

Resumo:

Este artigo visa abordar conceitos da comunicabilidade sob o ponto de vista do paradigma consciencial. Defini es, classifica es, tabelas, objetivos, metodologia, resultados e discussão estruturam o trabalho com o intuito de contribuir para a compreensão das posturas facilitadoras e inibidoras da comunicabilidade sadia.

Abstract:

This article aims at broaching concepts of communicability under the lenses of consciencial paradigm. Definitions, classifications, tables, objectives, methodologies, results and discussions structure the article with the purpose of contributing to the understanding of facilitating or inhibiting attitudes of healthy communicability.

Resumen:

Este artículo visa abordar conceptos de la comunicabilidad bajo el punto de vista del paradigma consciencial. Definiciones, clasificaciones, tablas, objetivos, metodología, resultados y discusión estructuran el artículo con el intuito de contribuir para la comprensión de las posturas facilitadoras y inibidoras de la comunicabilidad sana.

INTRODU O

A comunicabilidade   um atributo indispensável da consciência humana. O simples fato de possuir *energia consciencial* já constitui uma comunica o ininterrupta e multidimensional, que pode ser constantemente modificada e amadurecida. Uma das premissas da evolu o da consciência   a vida de rela o, ou seja, a convivência com consciências diferentes entre si.

Durante o processo evolutivo, melhora-se a convivência com o ego, grupo e policarma através da sofisticac o e do aprimoramento da comunicabilidade. Contudo, não se qualifica a comunica o de um dia para outro. Ninguém nasce perito em comunica o. A reciclagem comunicativa, assim como a pro xis pessoal e a grupal, necessita de seriedade, empreendimento e organiza o para ser bem-sucedida. Requer acompanhamento dos resultados e esforços evolutivos.

Sem o emprego de um método de autopesquisa e reciclagem, a tendência   a dispersão de esforços, o desnorreamento, a incompetência e a perda de tempo e oportunidades evolutivas. Através de um projeto de autopesquisa – que pode ser comparado a um manual de instru es pessoal –,   possível   consciência:

identificar com maior clareza seus objetivos existenciais e os pontos de reciclagem; estabelecer um plano de ação para o alcance de metas evolutivas propostas a curto, médio e longo prazo; acompanhar os resultados dos esforços; e manter a motivação sadia. O artigo pretende mostrar as estratégias desenvolvidas para a qualificação da comunicação, iniciada durante um curso de *Extensão em Conscienciologia e Projeciologia I* (ECP1), e que têm se mostrado úteis e pragmáticas neste caso pessoal.

DEFINIÇÕES PRELIMINARES

Seguem a seguir algumas definições relevantes, no contexto deste trabalho, e que podem expandir o entendimento da comunicabilidade:

A. Comunicação

Definição. A comunicação é o ato de comunicar-se, ou seja, transmitir e receber mensagens ou informações acerca de si mesmo e da realidade exterior, utilizando recursos verbais ou não-verbais, intrafísicos ou extrafísicos.

Etimológica. De acordo com Vieira (1999, p. 16), o termo *comunicação* vem do Latim *communicatio* (século XV), e pode ser desdobrado em três subtermos:

- a. *Com*: juntos símbolos.
- b. *Munis*: presente, dádiva.
- c. *Actio*: ação.

Troca. O mesmo autor conclui que comunicar é, portanto, “trocar presentes (dádivas, gifts) de todos os tipos sadios, positivos ou energeticamente evolutivos”.

Sinonímia: 1. Transmissão; informação; diálogo; interlocução; intercâmbio verbal; estabelecimento de conversação. 2. Extroversão; desembaraço; sociabilidade; troca; participação; pôr em contato; pôr em relação; ligação; união; convívio.

Antonímia: 1. Incomunicação; desinformação; monólogo; subinformação. 2. Autismo; introversão; acanhamento; retraimento; cerimônia; palavras mentais; sermão; isolamento.

B. Comunicabilidade

Definição. A *comunicabilidade* é a qualidade da comunicação, empregando “clareza e objetividade, evitando a má-interpretação” (VIEIRA, 2003, p. 534) através de uma abordagem não-autoritária e não-dogmática.

C. Comunicologia

Definição. “A *Comunicologia* é a especialidade da Conscienciologia aplicada à comunicabilidade da consciência de todas as naturezas e formas, inclusive a comunicação interconsciencial entre as dimensões conscienciais, considerando a projetabilidade lúcida e as abordagens da consciência ‘inteira’, holossomática, multidimensional, holobiográfica e holomnemônica” (VIEIRA, 2003, p. 318).

Sinonímia: Estudo da comunicação interconsciencial; ciência da comunicação; ciência da informação; mídia; diálogo; eloquência; oratória; retórica.

Antonímia: Condição da incomunicabilidade; condição do isolamento; silêncio; censura; desinformação; agonística; erística; sofística.

IMPORTÂNCIA

Informação. A comunicabilidade qualifica o convívio e a assistência. Sem a comunicação, mantém-se a própria ignorância e a do outro, pois, para que haja conhecimento, há de se ter um nível adequado de troca de informações.

Compreensão. A boa comunicabilidade é um recurso profilático e terapêutico para a evitação de auto e heteroassédios, tais como mágoa, autculpa e incompreensão. É ela quem desfaz as interprisões grupocármicas à medida que possibilita retratações e exposição dos fatos reais.

Assistência. A assistência *tarística* é proporcional à comunicabilidade. Manter o outro na condição de ignorância pela falta de comunicação é também abster-lo de responsabilidades, perpetuando a imaturidade ou o infantilismo alheio por postura também imatura e infantil do comunicador omissor.

FORMAS DE COMUNICAÇÃO SADIA

Tipos. Há dois tipos gerais de comunicação (GÓMEZ, 2005, p. 149):

1. A comunicação mediante o exemplo pessoal.
2. A comunicação direta.

1. **Exemplo pessoal.** A comunicação pelo exemplarismo se desenvolve a partir da autoconsciência, verbação, incorruptibilidade pessoal, comprometimento e teática do comunicador, o que eleva sua força presencial, autoridade moral e nível de isenção.

Comunicação intraconsciencial. Desenvolver a intercomunicabilidade requer, antes de mais nada, que a consciência saiba auscultar-se intimamente para desenvolver a organização pensênica e a linearidade do pensamento, a atenção em si, a autoconcentração e a autopercepção.

2. **Comunicação direta.** A comunicação direta tem a característica de ser precisa, clara, objetiva, límpida, sem distorção e sem intermediários. “No caso de uma Instituição, quanto maior sua estrutura, mais complexa se torna a tarefa da comunicação direta. A efetividade de uma política de comunicação depende do grau de confiança que rege as relações interconscienciais” (GÓMEZ, 2005, p. 148).

Regularidade. Outro aspecto importante na comunicabilidade é a sua regularidade. O continuísmo e a manutenção da comunicação reforça e fortifica as interações e aumentam a eficiência dos resultados:

Quando se deixa transcorrer muito tempo desde o evento anterior ou se interrompe definitivamente a comunicação, o ânimo cai, volta a insegurança, multiplicam-se os rumores e a motivação das pessoas diminui até desaparecer. Depois é muito mais difícil e trabalhoso voltar a motivá-las. Mas se os eventos de comunicação seguinte são realizados e entre eles ocorre um lapso de prudência, cada evento reforçará a informação e o efeito motivador do anterior. O resultado será um pessoal mais conscientizado e uma tendência à elevação da motivação coletiva (GÓMEZ, 2005, p. 152).

Saber ouvir. Saber ouvir não é tarefa fácil, porém só quem sabe ouvir corretamente desenvolve a comunicabilidade sadia. Segundo Vieira (1994, p. 118), a tendenciosidade, o apriorismo, a impulsividade,

a impaciência e as preconceções são alguns exemplos de atitudes que impedem ouvir o outro dentro de diálogo atento e educado.

FORMAS DISTORCIDAS DE COMUNICAÇÃO

Conflito. A falta de desenvoltura comunicativa pode gerar uma falsa impressão de se ter falado algo que na realidade apenas se pensou. Não raro, pode-se julgar que o outro *ouviu* o pensamento e não o compreendeu corretamente, ou sequer lhe respondeu. Isso pode gerar frustrações, confusões e conflitos de interação.

Monólogo. A pessoa que tem dificuldade em comunicar-se com o outro passa a se comunicar consigo mesma, substituindo o diálogo pelo monólogo, perguntando por ela e respondendo pelo outro, ou vice-versa. É um subterfúgio da falta de vontade de descobrir novas abordagens de interação, de fazer a escuta fina para entender o modo de pensar do outro. A interação é o princípio da assistência. Abster-se de comunicar-se impede que as outras pessoas saibam o que se está pensando e sentindo, gerando inseguranças e frustrações desnecessárias.

Omissão. A falta de diálogo pode demonstrar dois tipos de omissão:

1. **Omissão deficitária:** surge quando a consciência desistiu de tentar o entendimento e a interação de forma prematura, apriorística e arrogante.

2. **Omissão superavitária:** surge quando a consciência optou pela superficialidade cosmoética ao invés da profundidade anticosmoética com o(s) outro(s), a fim de evitar um estupro evolutivo e um entendimento desnecessário, preservando o respeito e o convívio fraterno com as diferentes formas de experiências e pensamentos das consciências.

Diálogo. O diálogo estabelecido tem a marca da própria consciencialidade: se a manifestação é de rigidez ou de flexibilidade, otimismo ou pessimismo, sinceridade ou fingimento, assim também será o tom do diálogo. Por isso, o refinamento comunicativo vem junto com o refinamento consciencial.

Empatia. Segundo Vanegas (2006), a empatia é um elemento-chave da inteligência emocional definido como “a habilidade em estar consciente para reconhecer, compreender e apreciar os sentimentos dos outros. Em outras palavras, o ser empático é aquele capaz de ler emocionalmente as pessoas”.

Umbigocentrismo. A definição acima permite concluir que a antipatia comunicativa seria a dificuldade de estar aberto para ouvir o que o outro tem a dizer e conseqüentemente compreendê-lo, muitas vezes devido ao *umbigocentrismo*.

Favorecimento. Um questionamento multidimensional que se pode ter quando não se fala aquilo que se penseniza ou não se ouve o que é dito é: “Essa atitude favorece a quem? Quais ganhos secundários estou tendo com esta postura?” O primeiro sinal de auto-assédio mentalsomático ocorre quando se julga ter a razão absoluta em detrimento da opinião do outro. A recin surge quando se compreende os próprios sentimentos e as próprias reações ao mundo e às pessoas, assumindo inteira responsabilidade perante os compromissos evolutivos.

Instituições Conscienciocêntricas. No voluntariado das Instituições Conscienciocêntricas (ICs), a distorção comunicativa enfraquece a grupalidade e, conseqüentemente, as maxiproéxis pessoais e grupais. A dificuldade em pedir ajuda e ser assistido pode ser decorrente da vaidade e do egoísmo pessoal. A pessoa contida é egoísta porque contém (*conter: ter só para si*).

Comunicação indireta. Segundo Vieira (2003, p. 326), a “*comunicação indireta* é o processo dominante da transmissão e recepção de mensagens de modo ambíguo, implícito ou velado, desenvolvido através de meios laterais ou contrários à informação face a face, da boca para o ouvido, direta, sem preâmbulos, ao vivo”.

Tipos de informação. Vieira (2003, p. 335 e 336) classifica doze tipos de informação, cuja análise pode ser útil na identificação de posturas cosmoéticas ou anticosmoéticas do comunicólogo:

01. Ambinformação: informação ambígua, obscura.
02. Antiinformação: a informação errada (má intenção, imaginação exacerbada).
03. Contrainformação: bloqueio da informação correta (belicismo).
04. Desinformação: informação falsa, devido ao desconhecimento dos fatos, seja intencional, anticosmoética ou inconsciente.
05. Hiperinformação: informação excessiva e deslocada quanto ao tempo e local.
06. Intrainformação: informação intrusiva, tipicamente assediadora.
07. Malinformação: ausência de dados suficientes.
08. Prininformação: informação circular, típica do politiquero.
09. Pós-informação: informação atrasada e ultrapassada pelos acontecimentos.
10. Reinformação: informação reiterada, repetida, monoidéica, batopensênica.
11. Semininformação: informação truncada ou parcial.
12. Subinformação: informação incompleta.

ASPECTOS INTRACONSCIENCIAIS NA COMUNICABILIDADE

Os traços intraconscienciais e a comunicabilidade são interligados e indissociáveis, e a mudança de um deles repercute no outro. A seguir, são apresentados aspectos sadios, patológicos e neutros da comunicabilidade, identificados através da auto e heteroconscienciometria.

01. **Intelectualidade.** A comunicação científica e lógica necessita de dados e informações confiáveis. Para isso, é necessário investimento intelectual, que se traduz por leitura. Só através dela se expande o dicionário cerebral, o que possibilita um maior acesso às consciências, através de abordagens mais assertivas, e às senhas mais adequadas ao microuniverso de cada um. A preguiça mental é inimiga da argumentação lógica e do senso crítico. A leitura em horário e local específico, ao modo da tarefa energética pessoal, é um bom hábito já vivenciado por comunicólogos e comunicólogas competentes.

02. **Pressa.** Muitas vezes a pressa faz com que se escute o outro ao mesmo tempo em que se pensa em assuntos diferentes, fora do contexto. Esta atenção dividida é antiassistencial. Desacelerar o ritmo pensênico entrópico é fundamental para *saber ouvir* e compreender como o outro pensa, estabelecendo uma troca de informação produtiva e sadia. *Saber falar* sem ansiedade também é importante para não sufocar nem confundir o outro. *O Teste das suas Relações Extrafísicas* (VIEIRA, 1997, p. 217) ajuda na compreensão deste tema. Saber ouvir não se aplica somente ao outro, mas também a si mesmo. Se não se silencia, não se escuta os próprios pensenes e não se promove a autopercepção.

03. **Autenticidade.** Assumir a identidade e realidade consciencial requer inteligência e cosmoética. A perda dessa identidade, gerada por negação interna ou excesso de influência externa, pode resultar na perda da autonomia e valor pessoal, ou seja, a autodestruição.

04. **Ansiedade.** Cedo ou tarde, surgem os efeitos de tal postura: a ansiedade, definida por Rúdio (1999, p. 71) como um sinal de perigo que o indivíduo experimenta na forma de uma vaga insatisfação e mal-estar.

05. **Auto-estima.** Assumir uma falsa identidade é negar a verdadeira natureza. Quem gosta de si não se nega. Estar contente de ser quem é e ter afeição por si (auto-estima) afeta o desempenho e a produtividade pessoal (RÚDIO, 1999, p. 71).

06. **Verbação.** A auto-estima gera confiança, firmeza, satisfação, entusiasmo e motivação para viver e executar a programação existencial, e isso se reflete na postura verbal (verbação), no tom de voz e na escolha das palavras mais hígdas do dicionário mental.

07. **Posicionamento.** Um posicionamento íntimo claro, definido e cosmoético, aliado à coragem consciencial, contribui para a maturidade comunicativa.

08. **Odores pessoais.** A higiene bucal (bom hálito) e a corporal (ausência de odores desagradáveis ou repulsivos), embora intrafísica, é um princípio básico de respeito e empatia importante para quem deseja desenvolver a intercomunicação sadia.

09. **Emocionalismos deslocados.** Padrões psicossomáticos ao modo da agressividade patológica, a vitimização, a timidez, a autculpa, a auto-sabotagem, a euforia, a depressão, a ansiedade, as mágoas e os ressentimentos, são alguns exemplos de emoções que impedem e distorcem uma comunicação direta.

10. **Repressão pessoal.** A punição da espontaneidade, da sinceridade e da autenticidade pelos diversos tipos de repressão (religiosa, social, familiar, sexual) contribui para o desenvolvimento de formas indiretas de ser e de falar.

11. **Manipulação.** Através de comportamentos de comunicação indireta – manipulação, vitimização e a sedução –, é possível obter aquilo que se quer sem ser punido, castigado, ridicularizado ou ameaçado. Talvez isso tenha sido necessário no passado, mas sem uma atualização evolutiva, essa postura torna-se deslocada e anacrônica no presente.

12. **Vantagens.** Muitas vezes a dificuldade em reciclar esse padrão imaturo de comportamento comunicativo indica que a consciência está ainda obtendo vantagens com sua postura anacrônica (ganhos secundários). Vale a pena refletir que tipo de autolavagem subcerebral ou paracerebral se mantém com isso e o que se deixa de ganhar (perda primária) em termos de abertismo e renovação consciencial. A postura neofílica começa em abrir mão das vantagens do passado.

13. **Competitividade.** Saber usar a força do argumento ao invés do argumento da força é o que faz a diferença entre a comunicação cosmoética e a anticosmoética. Na argumentação cosmoética, não importa quem ganha (competitividade) mas sim o consenso que se alcança com o somatório de idéias. Um princípio que pode ser empregado é o de *não usar os neurônios como se fossem fibras musculares*¹, pois a fibra muscular serve para fazer movimentos corporais como em uma luta, e os neurônios servem para raciocinar e promover o entendimento, a mediação e a conciliação.

OBJETIVOS DO PROJETO

Diagnóstico. A autoconscienciometria auxilia o diagnóstico dos trafores e trafares da consciência. Portanto, apenas diagnosticar não basta para promover a maturidade.

Objetivos. O ideal é estabelecer diretrizes, saber onde se quer chegar e com quais os meios se pode contar. A seguir, seguem os objetivos que foram identificados para serem trabalhados visando o alcance de uma comunicabilidade mais madura.

1. Geral

Comunicabilidade madura. O desenvolvimento da comunicabilidade madura abrange substituir

Comunicação esotérica	Comunicação científica
Agressividade patológica	Assistencialidade
Apelo emocional	Argumentação lógica
Austeridade	Bom-humor sadio
Hermética, fechada	Aberta, universalista
Indireta	Direta
Insegurança	Autoconfiança
Introversão, acanhamento	Extroversão
Menos fidedigna e confiável	Mais fidedigna e confiável
Omissão deficitária	Esclarecimento
Prolixidade	Ir direto ao ponto
Regionalismos	Políglotismo
Repressiva	Libertadora
Voz trêmula e melíflua	Voz firme

2. Objetivos específicos

- a. Qualificar a tares.
- b. Melhorar a interação com as pessoas.
- c. Expandir a quantidade e qualidade do dicionário cerebral a fim de obter padrão mais mentalsomático.
- d. Saber ouvir e auscultar os heteropenses a fim de compreender melhor o outro.

METODOLOGIA E CRONOGRAMA

ECPI. Depois de haver respondido a um questionário em campo energético propício do curso *Extensão em Conscienciologia e Projeiologia 1* (ECPI), foi possível elaborar um plano de ações com as metas e prazos. Dessa vez, o diferencial para esta autora seria o de segui-lo com comprometimento, vontade, auto-organização e priorização, de um modo mais científico e menos empírico, inclusive com anotações e acompanhamento dos prazos e dos resultados.

Tabela. Para o desenvolvimento da comunicabilidade, foi elaborada uma tabela contendo as metas e as ações pragmáticas a curto, médio e longo prazo, com o objetivo de suprir as deficiências comunicativas diagnosticadas. Para cada uma havia uma data limite, que posteriormente compôs o cronograma de ações.

Tabela 2. Metas e ações para o desenvolvimento da comunicabilidade.

METAS	AÇÕES
Expansão do dicionário cerebral.	1. Leitura de um livro a cada dois meses.
Qualificar a expressão verbal.	1. Fazer fonoaudiologia.
Autopesquisa e Autoconscienciometria aplicada à comunicabilidade.	1. Ler folhas do conscienciograma e <i>Homo sapiens reurbanisatus</i> sobre comunicabilidade. 2. Participar do curso Comunicação Interassistencial promovido pela COMUNICONS. 3. Organizar os dados obtidos e anotações pessoais.

METAS	AÇÕES
Desenvolvimento da grafocomunicabilidade.	1. Escrita de artigo sobre comunicação.
Melhoria da extroversão e da interação interconsciencial.	1. Romper algumas barreiras íntimas (orgulho, vaidade) para saber pedir e aceitar ajuda. 2. Telefonar mais para amigos e parentes. 3. Tomar iniciativas para fazer novas amizades e convidar amigos para passear. 4. Aprender novo idioma.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Credibilidade. A seriedade em assumir compromissos íntimos, adotando prazos e metas, aumenta a credibilidade perante si mesmo e perante os amparadores, otimizando e potencializando a reciclagem intraconsciencial. Eis os principais resultados percebidos ao longo da execução do projeto, ainda em execução:

01. **Antecipação dos prazos.** Quase todas as metas se concretizaram antes dos prazos adotados, inclusive aquelas cuja demanda financeira seriam maiores. Isso corrobora a importância de se colocar no papel as metas evolutivas. Na experiência desta autora, morar em Foz do Iguaçu também é um inegável e considerável fator de aceleração evolutiva.

02. **Oportunidades evolutivas.** Dentro do cenário do voluntariado e da docência em uma Instituição Conscienciocêntrica, há várias oportunidades para o aprimoramento da comunicação em todos seus aspectos (extroversão, autenticidade, posicionamento, coerência, universalismo). A maneira mais eficiente de resolver situações de assédio com as pessoas, seja no trabalho, no voluntariado ou na docência, faz-se pelo uso cosmoético da comunicação.

03. **Extras.** Experiências extras podem acontecer quando se está envolvido em um tema de autopesquisa. Nesse caso, esta autora experimentou pela primeira vez o fenômeno de retrocognição, imprevista, fora do projeto, após uma sessão de fonoaudiologia que, embora necessite de reverificabilidade, propiciou maior entendimento de algumas posturas e deficiências comunicativas.

04. **Força de vontade.** As metas mais onerosas (como, por exemplo cursos, livros, aulas de espanhol, fonoaudiologia) não são as mais difíceis de alcançar. As mais difíceis são aquelas que necessitam de maior disciplina e que dependem de mais demanda de trabalho pessoal (por exemplo leitura, interação e escrita), porém são as mais desafiadoras.

05. **Espanhol.** Aprender o idioma espanhol está sendo um grande recurso para aprimorar e dar mais vivacidade à comunicação, através do aumento da força presencial e da agressividade sadia.

06. **Poliglotismo.** Expandir a linguagem para outros idiomas ou até mesmo para outros sotaques dentro do país é um dos aspectos do desenvolvimento da comunicação universalista, da interação consciencial e da expansão assistencial. A docência itinerante, seja nacional ou internacional (palestras, cursos livres e outros), é uma ferramenta inteligente e valiosa que merece ser melhor aproveitada por quem deseja sair da condição do paroquialismo.

07. **Comunicação interassistencial.** É possível, através do campo bioenergético e assistencial de um curso, promover melhor autopercepção da forma de expressão através da fala e da comunicação não-verbal. O curso Comunicação Interassistencial, promovido pela Comunicons, gerou, na experiência desta

autora, o posicionamento para a despedida de companhias extrafísicas antigas, trazendo profundas e marcantes renovações neofílicas.

08. **Fonoaudiologia.** O estudo dos sinais de expressão na comunicação (semiologia comunicativa) permite que se entre em contato com outros veículos de manifestação da própria realidade consciencial. Corrigir ou não corrigir um defeito de fala torna-se secundário diante da riqueza autoperceptiva que se desenvolve em uma sessão de fonoaudiologia, principalmente quando o(a) profissional é também conscienciólogo(a).

09. **Antecipação de distorções comunicativas.** Ao menor sinal de dúvida ou desconforto perante um fato ou situação, o mais inteligente é resolver o quanto antes, explorando da melhor forma os recursos de encontros telefônicos, virtuais ou presenciais. Quanto maior a acuidade comunicativa, maior a aptidão para antecipar futuros problemas ou mal-entendidos advindos da deficiência ou da distorção comunicativa.

10. **Dupla evolutiva.** É muito importante ter alguém confiável com quem falar abertamente um assunto, como por exemplo um(a) parceiro(a) de dupla evolutiva.

11. **Relato.** Certa vez, esta autora foi dormir com muita dor de cabeça e começou a fazer alguns exercícios bioenergéticos na tentativa de saná-la. Nada adiantou. Resolveu, então, checar o energossoma detalhadamente e não percebeu nada no coronochakra. A origem do bloqueio era no laringochakra e no nualchakra.

12. **Associação.** Associou os bloqueios a uma importante reunião da qual participaria no dia seguinte. Começou a verbalizar ao seu parceiro que achava que o bloqueio do nualchakra era decorrente da influência de consciexes, e que as mesmas estavam atuando no laringochakra desta autora com a intenção de enfraquecer a comunicação e diminuir o rendimento e os resultados interconscienciais que poderiam advir da reunião do dia seguinte.

13. **Denúncia.** Mal terminou de falar, notou que a dor de cabeça sumira instantaneamente, tanto a desta autora como também a de seu parceiro, que já a havia assimilado. Era como se as consciexes tivessem sido flagradas no ato da execução de seu plano e fugido rapidamente após a denúncia.

CONCLUSÃO

Conquistas. São as pequenas conquistas do dia-a-dia que trazem grandes motivações para a reciclagem e a evolução consciencial. As técnicas da Conscienciologia estão disponíveis para qualquer pessoa motivada. Isso não impede que cada um desenvolva a sua, de acordo com a realidade íntima. O importante é o desafio para alcançar níveis cada vez mais sofisticados de auto-organização e auto-superação.

Convivialidade. Para se superar, a consciência tem que se relacionar, pois é desse modo que ela recebe todos os recursos dos quais necessita para amadurecer. Adotar uma comunicabilidade sadia nos convívios diários contribui para uma convivência mais produtiva e evolutivamente eficaz.

NOTA

1. Informação oral fornecida por Waldo Vieira, no curso *Extensão em Projeciologia e Conscienciologia 2* (ECP2) em 4 de agosto de 2000, realizado na cidade de Curitiba, PR.

REFERÊNCIAS

1. **Gómez**, Emiliano; *Liderança Ética: Um Desafio do Nosso Tempo*; Editora Planeta do Brasil; São Paulo, SP; 2005.
2. **Polito**, Reinaldo; *Superdicas para Falar Bem*; Saraiva; São Paulo, SP; 2005.

-
3. **Rúdio**, Franz Victor; *Compreensão Humana e Ajuda ao Outro*; Vozes; Rio de Janeiro, RJ; 1999.
 4. **Vanegas**, Carlos Mora; *La Empatía y su Alcance en el Desarrollo Personal*; Disponível em: <<http://www.enplenitud.com/nota.asp?id+8726&uid=32825046&env=40>>.
 5. **Vieira**, Waldo; *700 Experimentos da Conscienciologia*; 1.058 p.; 700 caps.; 300 testes; 8 índices; 2 tabs.; 600 enus.; ono.; 5.116 refs.; geo.; glos. 280 termos; 147 abrevs.; alf.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; Instituto Internacional de Projeciologia; Rio de Janeiro, RJ; 1994.
 6. **Vieira**, Waldo; *Conscienciograma: Técnica de Avaliação da Consciência Integral*; 344 p.; 150 abrevs.; 11 enus.; 100 folhas de avaliação; glos. 282 termos; 4 índices; 2.000 itens; 7 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; Instituto Internacional de Projeciologia (IIP); Rio de Janeiro, RJ; 1996.
 7. **Vieira**, Waldo; *Homo sapiens reurbanisatus*; 1.584 p.; 479 caps.; 40 ilus.; 1 microbiografia; 1 foto; glos. 241 termos; 25 tabs.; 331 técnicas; 459 questões; 509 enus.; 139 abrevs.; 7.653 refs.; 413 estrangeirismos; ono.; geo.; alf.; 27,5 x 22 x 7,5 cm; enc.; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2003.
 8. **Vieira**, Waldo; *Manual da Dupla Evolutiva*; Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia; Rio de Janeiro, RJ; 1999.
 9. **Viscott**, David; *A linguagem dos Sentimentos*; Summus; São Paulo, SP; 1982.

