

Autodefesa Energética na Geração de Saúde Consciencial: Um Experimento Pessoal

Energetic Self-Defense in Promoting Consciencial Health: A Personal Experiment
Autodefesa Energética en la Generación de la Salud Consciencial: Un Experimento Personal

Simone Souza*

* Acadêmica de Medicina. Voluntária do Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC).
sisouzab@gmail.com

.....

Palavras-chave

Autodesassédio mentalsomático
Equilíbrio holossomático
Incorruptibilidade
Interassistência
Saúde consciencial
Vontade

Keywords

Consciencial health
Holosomatic balance
Incorruptibility
Interassistance
Mentalsomatic self-deintrusion
Will

Palabras-clave

Autodesasedio mentalsomático
Equilíbrio holosomático
Incorruptibilidad
Interasistencia
Salud consciencial
Voluntad

Resumo:

Este artigo foi desenvolvido a partir da experiência na função de técnica de enfermagem em um hospital ao perceber assimilações energéticas desgastantes diárias nesse ambiente. Esta pesquisa teve como objetivo promover a saúde consciencial da autora a partir da autodefesa energética. Foram utilizadas técnicas para desenvolver a autodefesa energética, registros pessoais para a identificação da pensividade da autora e posterior análise das informações obtidas. Entre os resultados pode-se citar maior disposição física, satisfação íntima e vontade de ampliar o relacionamento profissional na área da saúde, além de propiciar uma atuação profilática de modo a melhorar o rendimento consciencial.

Abstract:

This article aims at promoting the consciencial health of the author starting from the energetic self-defense as to her experience as a nursery technician in a hospital perceiving daily exhausting energetic assimilations. Techniques were employed to enhance the energetic self-defense, personal notes were applied to identify the author's thosenity and all the data gathered was eventually analyzed. Better physical condition, inner satisfaction and a will to expand the networking in the health area could be cited as results of the research, other than giving place to a prophylactic actuation as a means of improving consciencial health.

Resumen:

Este artículo fue desarrollado a partir de la experiencia en la función de técnica de enfermería en un hospital y por percibir asimilaciones energéticas desgastantes diarias, en este ambiente. Esta pesquisa tiene como objetivo promover la salud consciencial de la autora a partir de la autodefensa energética. Fueron utilizadas técnicas para desarrollar la autodefensa energética y registros personales para la identificación de la pensividad de la autora y posterior análisis de las informaciones obtenidas. Entre los resultados se puede citar mayor disposición física, satisfacción íntima y voluntad de ampliar el relacionamiento profesional en el área de la salud además de propiciar una actuación profiláctica de modo de mejorar el rendimiento consciencial.

INTRODUÇÃO

Bioenergias. Por trabalhar em hospital exercendo a função de técnica de enfermagem e passar por sucessivas interações profissional-paciente, a autora percebeu a necessidade de chegar bem ao fim do dia e manifestar equilíbrio holossomático durante o cotidiano, dentro e fora do hospital. A melhoria do desempenho energético pessoal é um desafio para se assumir novos compromissos assistenciais.

Recin. Este artigo representa o começo de uma recin, na qual alcançar a saúde e a manutenção da higidez consciencial foram aspectos decisivos na vida pessoal e profissional da autora.

Contexto. O contexto de realização deste trabalho se deve ao fato de trabalhar há 16 anos na função de técnica de enfermagem e de apresentar, de maneira crescente, nos últimos 5 anos, inúmeros desconfortos ao modo destes 5 aspectos, listados em ordem alfabética:

1. **Cansaço físico.** Sensação de esgotamento físico, ocorrência diária mesmo em plantões tranquilos.
2. **Cefaléia diária.** Percebida após realizar procedimentos de enfermagem em pacientes.
3. **Drenagem.** Percepção da saída indiscriminada de energias.
4. **Instabilidade.** A instabilidade pessoal, condição de vulnerabilidade energética para manter uma condição de higidez holossomática do início ao fim do dia, favorecendo assimilações de energias sem a devida desassimilação.
5. **Sustentabilidade.** A falta de sustentabilidade para manter o equilíbrio holossomático no trabalho repercutindo nos demais momentos fora do hospital.

Motivação. A pesquisa foi realizada para resolver e prevenir os sintomas provocados pelo desgaste energético.

Objetivo. Este artigo tem por objetivo apresentar autopesquisa que buscou promover a profilaxia das descompensações energéticas pessoais, ocorridas no exercício da profissão de técnica de enfermagem.

Metodologia. Foi escolhido o período de 09.07.2006 a 09.08.2006 para registrar as vivências relacionadas ao exercício profissional, o padrão pensênico diário e as atividades energéticas. Posteriormente, ao prazo estabelecido, foi realizada a análise dos resultados obtidos na prática desenvolvida pela autora e organizada uma apresentação, com base no entendimento alcançado a respeito de autodefesa energética e autodesassédio consciencial.

Estrutura. Visando a clareza da apresentação, este trabalho foi organizado nas seguintes seções: registros e atividades energéticas, análise dos registros, resultados alcançados, autodefesa energética e autodesassédio consciencial.

REGISTROS E ATIVIDADES ENERGÉTICAS

Material. Os registros foram realizados em folhas A4 divididas em 4 colunas: data e horário, vivências, pensene e atividades energéticas.

Vivências. Com o foco no ambiente hospitalar foram registrados os procedimentos realizados nos pacientes e as repercussões positivas e negativas na autora.

Pensene. O registro pensênico realizado se estendeu ao longo de cada dia.

Energia. As atividades energéticas consistiram de exercícios energéticos realizados em momentos de interação enfermagem-paciente: estados vibracionais, fluxos verticais de energias e exteriorizações de energias.

EV. O *estado vibracional* é a dinamização do fluxo de energias no energossoma, a partir da vontade, ao estabelecer um fluxo rítmico e rápido capaz de promover desbloqueios energéticos (VIEIRA, 1994).

Fluxo vertical. Fluxo vertical é o estabelecimento de um fluxo energético direcionado dos plantochacras ao coronochakra. As energias são absorvidas pelos plantochacras e passam por todos os chacras até que sejam exteriorizadas pelo coronochakra. Favorece a percepção de energias e o desbloqueio energético.

Exteriorização contínua. A exteriorização contínua de energias visando assistir os pacientes auxilia na interação com a equipe extrafísica de amparadores e favorece a soltura do energossoma.

ANÁLISE DOS REGISTROS

Relação. Os registros de vivências, das atividades energéticas e do pensene padrão foram analisados, buscando verificar a relação existente entre eles.

Análise. Na análise dos registros buscou-se verificar os seguintes 5 itens, listados na ordem alfabética:

1. **Comparação.** A comparação dos padrões de qualidade entre os dias de maior e menor atividade energética.

2. **Pensene.** A verificação da pensenidade da autora a partir das informações pensênicas registradas.

3. **Repercussões.** A observação da presença de repercussões físicas resultantes de descompensações energéticas.

4. **Satisfação.** A observação de mudanças no nível de satisfação profissional.

5. **Sustentabilidade.** A observação das ocorrências de qualidade do comportamento pessoal, visando a manutenção da higidez.

RESULTADOS ALCANÇADOS

EV. O EV ajudou a criar um campo energético pessoal capaz de não permitir a drenagem energética na autora e a assimilação energética consciencial dos ambientes de maneira indiscriminada.

Percepção. O EV colaborou na percepção das energias pessoais, aspecto gerador de motivação para a autora dentro e fora do hospital.

Exteriorização. A exteriorização contínua de energias proporcionou soltura holochacral e limpeza do campo energético pessoal no ambiente hospitalar.

Pensene. Foi identificado o padrão pensênico pessoal a partir do registro. Dessa maneira, foi possível atuar tecnicamente. Foram adotados os seguintes comportamentos: não focar a atenção no patopensene, e sim no ortopensene, gerando o fortalecimento deste.

Registros. Essa atividade proporcionou a análise e a realização da pesquisa. Efetuar os registros gerou satisfação íntima ao perceber que o trabalho estava, de fato, sendo realizado.

Quantidade. Foram feitos 142 registros de atividades energéticas com uma média de 5 exercícios diários no ambiente hospitalar, distribuídas em 74 EVs, 37 fluxos verticais e 31 exteriorizações de energias.

Desconfortos. Percebeu-se uma redução significativa de descompensações energéticas, verificada, por exemplo na diminuição das ocorrências de cefaléias. Observou-se nos registros que dos 5 episódios, 2 ocorreram em período pré-menstrual e 3 em dias de baixa atividade energética.

Mialgias. Não ocorreram no hospital contraturas musculares e mialgias devido a descompensações energéticas durante a pesquisa.

Sustentabilidade. Nas vezes em que a autora conseguiu se manter compensada energeticamente ao longo do dia, verificou-se maior sustentabilidade energética, observada pela disposição física e rendimento pessoal, estendendo-se às atividades extra-hospitalares.

Trafarismo. Em dias de menor atividade energética, observou-se a ocorrência do fortalecimento da pensividade trafarista devido, possivelmente, ao ato de valorizar ou dar atenção aos traços-fardo e à ocorrência de acidentes de percurso fora do ambiente hospitalar.

Auto-estima. Ao descobrir que manter o trafarismo não ajudava a autora, e sim fortalecia a baixa auto-estima, optou-se pela ação inversa: fortalecer o ortopensene e exercitar a valorização de habilidades e talentos já alcançados nesta vida.

Qualificação. Ao final da pesquisa, ficou evidente a necessidade de qualificação profissional e a vontade de permanecer na área da saúde.

Autocrítica. Alguns aspectos foram evidenciados na autora devido à motivação pessoal durante o desenvolvimento da autopesquisa: concentração, atenção, vontade para pesquisar, tranquilidade íntima e bom humor.

Comportamento. Alguns aspectos pessoais foram alterados ao valorizar a ortopensividade e devido aos reflexos da revitalização energética decorrente dos exercícios energéticos. Eis 5 aspectos evidenciados:

1. **Postura física.** Melhoria da apresentação pessoal e da postura física.
2. **Altura de voz.** Facilitação da auto-exposição na comunicação interconsciencial.
3. **Vestuário.** Auxílio na recuperação da auto-estima.
4. **Posicionamento frente à docência.** Fortalecimento da responsabilidade pessoal.
5. **Tranquilidade íntima.** Favorecimento do equilíbrio holossomático.

Aprendizados. Julgou-se necessário, visando a aplicabilidade dessa autopesquisa, aprofundar o conhecimento a respeito da importância da autodefesa energética e do autodesassédio consciencial, com o objetivo de melhorar o entendimento sobre o alcance da despertividade e o aprofundamento nesses temas.

AUTODEFESA ENERGÉTICA

Definição. A *autodefesa energética* é a proteção de si mesmo quanto às energias externas, de modo a evitar intoxicações energéticas de consciências e de ambientes, a partir da prática do estado vibracional e da pensividade sadia, visando o equilíbrio holossomático e a saúde consciencial, sendo um mecanismo importante para a manutenção da sustentabilidade energética.

Sinonímia: 1. Saúde consciencial. 2. Autoterapia consciencial. 3. Sustentabilidade da higidez energética.

Antonímia: 1. Promiscuidade energética. 2. Auto-assédio. 3. Fragilidade energossomática.

Evolução. A compreensão do conceito de autodefesa energética representou para a autora uma ferramenta evolutiva necessária à sustentabilidade pessoal e para o exercício da interassistencialidade.

Posicionamento. Ao exercitar a autodefesa energética, ocorreu um posicionamento pessoal a favor da interassistência, começando pela auto-assistência.

Posturas. Eis 3 exemplos de posturas pessoais identificadas pela autora como auxílio na prática da autodefesa energética:

1. **Maturidade.** Abrir mão das imaturidades: associações de idéias e *rappor* com pensenes trafaristas.
2. **Reestruturação pensênica.** Favorecer neo-sinapses a partir da geração de neopensenes.
3. **Energias.** Melhorar o desempenho energético através de técnicas energéticas.

Doenças. Sem autodefesa energética, existe maior propensão a desequilíbrios emocionais pelas assimilações e vulnerabilidade energossomática.

Cosmograma. A reportagem de Anna Paula Buchalla e Paula Neiva (2006, p. 66) mostra o impacto das emoções sobre a saúde orgânica. Essas emoções podem gerar tanto o equilíbrio quanto o desequilíbrio holossomático. Eis, segundo a reportagem, 3 formas da reação somática frente às emoções:

1. **Imunologia.** Segundo a médica Esther Sternberg, “hormônios, moléculas e células de defesa podem sofrer influência direta da psique. Erros nessa comunicação podem levar ao surgimento de doenças auto-imunes, por exemplo: alergias, infecções, fobias, pânico e depressão”.

2. **Câncer.** “Se 15% das mulheres portadoras de genes mutantes diretamente associados ao surgimento do câncer de mama não desenvolvem a doença, isso ocorre, segundo os especialistas, porque elas contam com uma espécie de imunidade mental”.

3. **Instabilidade emocional.** Para o psicanalista Rubens Marcelo Volich, “as experiências clínicas já mostraram que, se existe uma predisposição genética, a doença se manifestará em pacientes com maior instabilidade emocional”.

Desperto. Pela Despertologia, o ser desperto alcançou desempenho energético e pensênico suficiente para a autodefesa energética e consegue se manter sem a influência de assédios interconscienciais, aumentando o compromisso com a assistencialidade.

A TÉCNICA DA AUTODEFESA ENERGÉTICA CONSTITUI UMA FERRAMENTA NECESSÁRIA PARA A REALIZAÇÃO DO AUTODESASSÉDIO, A MANUTENÇÃO DA SAÚDE CONSCIENCIAL E A QUALIFICAÇÃO DA ASSISTENCIALIDADE.

AUTODESASSÉDIO CONSCIENCIAL

Definição. O *autodesassédio consciencial* corresponde à eliminação da autopensividade patológica e ao fato de deixar de ser manipulado por outras consciências ou energias de qualquer tipo.

Sinonímia: 1. Autolucidez. 2. Auto-assistência. 3. Psicofera sadia.

Antonímia: 1. Passividade antievolutiva. 2. Auto-sabotagem consciencial. 3. Psicofera patológica.

Conseqüência. O autodesassédio representa uma conseqüência da autodefesa energética e da pensividade sadia.

Prática. Identificou-se que a pensividade trafarista é um mecanismo de auto-assédio anulador das qualidades pessoais.

Prática. Eis 3 exemplos de prática do autodesassédio identificados pela autora:

1. **Energias.** Estabelecer uma dinâmica energética constante para desbloqueios e promoção de saúde em si mesma.

2. **Desdramatização.** Desenvolver a autopesquisa como mecanismo de desdramatização do autodesassédio.

3. **Pensividade.** Desenvolver um padrão pensênico pessoal a favor, e não contra a evolução pessoal.

Auto-assédio. Ao analisar os registros, a autora identificou auto-assédio ao manifestar pensividade trafarista, atitude passiva de não agir para mudar, mesmo já possuindo conhecimentos para enfrentar os problemas vivenciados.

Autodesassédio. Pela auto-reflexão, buscou respostas para mecanismos pessoais de auto-assédio e possíveis mecanismos de autodesassédio, a partir dos registros realizados.

Megapensene trivocabular. *Autodesassédio: posicionamento consciencial.*

CONCLUSÃO

Autopesquisa. A autopesquisa conscienciológica com base nas interações energéticas, é um recurso para o auto-enfrentamento e o auto-entendimento consciencial. A continuidade da pesquisa constitui uma ferramenta para a autora manter-se compensada energeticamente.

Saúde consciencial. Ficou evidente a importância de alcançar a saúde consciencial pela autodefesa energética, através da mudança do padrão pensênico e do uso das bioenergias. O objetivo foi alcançado ao contribuir para a superação dos desconfortos gerados pela assimilação energética e ao facilitar a realização de desassimilações, vivência que aumentou o rendimento pessoal e profissional.

Pensividade sadia. A mudança de padrão pensênico propiciou maior higidez, pois houve o enfraquecimento do pensene trarfarista gerador de auto-assédio.

Auto-superação. O dia-a-dia no hospital tornou-se mais prazeroso e repleto de experiências, as quais anteriormente à realização da pesquisa não eram devidamente percebidas. Após a pesquisa, a autora decidiu aumentar o investimento na área profissional da saúde e hoje é estudante do curso de Medicina.

REFERÊNCIAS

1. **Buchalla**, Ana Paula; **Neiva**, Paula; *Quando o Cérebro é o Médico e o Monstro*; Reportagem; *Veja*; Revista; Semanário; Ed. 1.962; Ano 39; N. 25; Seção: *Especial*; 8 fotos; 5 ilus.; 9 tabs.; São Paulo, SP; 28.06.2006; páginas 66 a 79.

2. **Vieira**, Waldo; *700 Experimentos da Conscienciologia*; 1.058 p.; 700 caps.; 284 testes; 5.116 refs.; geo; ono; alf; *Instituto Internacional de Projeciologia*; Rio de Janeiro, RJ; 1994.

Sugestões de Leitura

1. **Leite**, Hernande; *Procedimentos Práticos para Alcançar a Desperticidade*; Artigo; *Conscientia*; I Jornada da Despertologia; 16 a 17 julho 2005; Revista; trimestral; Vol. 8; N. 2; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC)*; Foz do Iguaçu, PR; abril/junho, 2004; páginas 47 a 53.

2. **Loche**, Laênio; *Competência Pensênica e Despertologia*; Artigo; *Conscientia*; I Jornada da Despertologia; 16 a 17 julho 2005; Revista; trimestral; Vol. 8; N. 2; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC)*; Foz do Iguaçu, PR; abril/junho, 2004; páginas 90 a 101.

3. **Steiner**, Alexander; *Auto-suficiência Energética*; Artigo; *Conscientia*; I Jornada da Despertologia; 16 a 17 julho 2005; Revista; trimestral; Vol. 8; N.2; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC)*; Foz do Iguaçu, PR; abril/junho, 2004; páginas 54 a 58.

4. **Vieira**, Waldo; *Homo sapiens reurbanisatus*; 1.584 p.; 479 caps.; 40 ilus.; 1 microbiografia; 7.653 refs.; glos. 241 termos; 1 foto; 25 tabs.; 519 enus.; 139 abrevs.; ono.; geo.; alf.; 28 x 22 x 7 cm; enc.; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC)*; Foz do Iguaçu, PR; 2003.

5. **Idem**; *Projeciologia*; 1.206 p.; 525 caps.; 34 ilus.; 1.907 refs.; ono.; geo.; alf.; 28 x 21 x 7,5 cm; Ed. Princeps; *Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia*; Rio de Janeiro, RJ; 1999.