

Superação da Labilidade Parapsíquica através da Autopesquisa

Overcoming the Parapsychical Lability by means of Self-Research

Superación de la Labilidad Parapsíquica a través de la AutoInvestigación

Lílian Zolet*

* Fisioterapeuta. Voluntária da Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC).
lilianzolet@cybermais.net

Palavras-chave

Parapatologia
Parapsiquismo
Paraterapêutica
Pensenologia
Tecnidade

Keywords

Parapathology
Parapsychism
Paratherapeutics
Thosenology
Technicality

Palabras-clave

Parapatologia
Parapsiquismo
Paraterapéutica
Pensenologia
Tecnidad

Resumo:

A proposta deste artigo é apresentar um processo de superação da labilidade parapsíquica através da autopesquisa, expondo sinais e sintomas (Parasemiologia), predominantemente patológicos, observados nas manifestações pessoais. A metodologia empregada na pesquisa está embasada em experiências pessoais e pesquisa bibliográfica. Os resultados obtidos demonstraram maior estabilidade nas manifestações pensênicas, contribuindo para o fortalecimento da saúde e da homeostasia pessoal e incluiu vivências no curso *Acomplamentarium* e Dinâmicas Parapsíquicas, cursos conscienciométricos, entre outras atividades. Esta pesquisa correlaciona labilidade emocional e parapsíquica e também introduz técnicas paraterapêuticas para sua superação.

Abstract:

The objective of the article is to introduce the overcoming of parapsychical lability by means of self-research, explaining predominantly pathological signs and symptoms (Parasymptomatology) in individual manifestations. The methodology employed in this research is the conduct of personal experience observation and literature search. The results showed greater stability in thosenic events, contributing to the strengthening of health and homeostasis. It includes personal experiences in *Acomplamentarium*, *Parapsychical Dynamics and Consciencimetry* courses, among other activities. This research correlates parapsychical and emotional lability, and also introduces paratherapeutical techniques to solve those problems.

Resumen:

La propuesta del artículo es presentar un proceso de superación de la labilidad parapsíquica a través de la auto-investigación, exponiendo señales y síntomas (Parasemiologia) predominantemente patológicos observados en las manifestaciones personales. La metodología utilizada en la investigación se basa en experiencias personales y pesquisa bibliográfica. Los resultados obtenidos demostraron mayor estabilidad en las manifestaciones pensênicas, contribuyendo para el fortalecimiento de la salud y de la homeostasis personal e incluye vivencias en el curso *Acomplamentarium* y Dinámicas Parapsíquicas, cursos conscienciométricos, entre otras actividades. Esta investigación correlaciona labilidad emocional y parapsíquica, como también introduce técnicas paraterapêuticas para su superación.

INTRODUÇÃO

Contexto. A autopesquisa da autora, relacionada à labilidade parapsíquica, teve início em 2003, a partir de práticas energéticas que proporcionaram reflexão e visão de conjunto sobre as vivências parapsíquicas pessoais. Constatou-se a necessidade de qualificar as manifestações energéticas e parapsíquicas voltadas para a assistência interconscencial, no sentido de superar a labilidade parapsíquica e facilitar o entendimento da funcionabilidade das parapercepções pessoais.

Vivência. A visão intraconscencial obtida permitiu à autora identificar mudanças de humor e distúrbios energéticos – mal-estar, cansaço, enfado – causados pela assimilação de energias patológicas devido à dificuldade para fazer desassimilação energética, e desenvolver um bom condicionamento holochacral no convívio diário com outras pessoas.

Objetivo. Considerando-se ser a labilidade parapsíquica uma parapatologia ainda pouco conhecida, o objetivo do artigo é apresentar um processo de superação desta condição através da autopesquisa, expondo sinais e sintomas (Parasemiologia) predominantemente patológicos observados nas manifestações diárias pessoais e introduzindo técnicas paraterapêuticas, de modo a contribuir para a autossuperação da patologia enunciada.

Metodologia. Os dados utilizados nesta pesquisa foram obtidos através de experimentações pessoais ao longo de 5 anos, incluindo cursos *Acoplamentarium* e diferentes modalidades de dinâmicas parapsíquicas, ambos promovidos pelo Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC). Algumas informações também foram extraídas do curso Recin, promovido pela Instituição Conscienciocêntrica (IC) Associação Internacional de Conscienciometria Interassistencial (CONSCIUS). Anotações detalhadas das vivências parapsíquicas contribuíram para a identificação de limitações energéticas, evidenciando aspectos emocionais imaturos. Posteriormente, tais anotações foram submetidas a autoavaliações que determinaram a correção de ações e retificações pensênicas, sendo por fim aproveitadas na organização desta pesquisa. Uma pesquisa bibliográfica complementou a fundamentação teórica do artigo.

Seções. O artigo foi organizado didaticamente através das seguintes seções:

1. Definições e Casuística.
2. Fatores Predisponentes.
3. Correlações da Labilidade Emocional e Labilidade Parapsíquica.
4. Autopesquisologia.
5. Técnicas Paraterapêuticas.

DEFINIÇÕES E CASUÍSTICA

Definição. A *labilidade* é a qualidade de ser facilmente afetado, causando instabilidade corporal e psíquica (DORSCH, 1981, p. 23).

Sinonímia: 1. Escorregadio. 2. Resvaladiço. 3. Instável. 4. Débil. 5. Frágil.

Antonímia: 1. Estável. 2. Efetivo. 3. Contínuo. 4. Firme. 5. Imutável.

Definição. A *labilidade emocional* é a condição das emoções que são inusitadamente móveis e que, portanto, não estão sob controle adequado (CAMPBELL, 1986, p. 343).

Sinonímia: 1. Oscilação emocional. 2. Desequilíbrio emocional. 3. Descontrole emocional. 4. Personalidade ciclotímica. 5. Transtorno da Personalidade Borderline. 6. Transtorno de humor.

Antonímia: 1. Bom humor. 2. Equilíbrio psicossomático. 3. Estabilidade holossomática.

Definição. A *labilidade parapsíquica* é a condição da consciência sensitiva, homem ou mulher, que realiza inconscientemente a captação de informações parapsíquicas, sem filtros, podendo se conectar tanto a padrões barotróficos quanto a fluxos de amparabilidade, sem distinção, ocasionando oscilações na manifestação pessoal devido à falta de autodiscernimento e autodefesa energética.

Sinonímia: 1. Instabilidade parapsíquica. 2. Oscilação parapsíquica. 3. Fragilidade parapsíquica. 4. Debilidade energossomática.

Antonímia: 1. Estabilidade psíquica. 2. Segurança parapsíquica. 3. Autossuficiência energética.

Histórico. A expressão *labilidade parapsíquica* foi proposta pela pesquisadora Málu Balona no artigo intitulado “*Equipes Criativas e Labilidade Parapsíquica*”, publicado nos Anais da *I Jornada de Administração Conscienciológica* (2004, p. 148 a 156).

Análise. Eis uma proposta analítica de dois casos vivenciados por esta autora e respectivas correlações ilustrativas da *labilidade parapsíquica*:

Caso 1. *Dirigi-me juntamente com uma amiga a um estabelecimento, achando que fosse um restaurante. Pouco antes de entrar, ainda no corredor de acesso, comecei a mudar o humor, ficando irritada, querendo literalmente sair do local. A sensação era de “opressão interna”. Entrando no recinto, descobri que, ao invés de um restaurante, era um cassino. Nesse ambiente, havia um grupo de pessoas alteradas emocionalmente, gritando e queixando-se a respeito do jogo, o que parecia ser uma briga. Ambas saímos do local e a sensação incômoda passou rapidamente.*

Xenopensene. Segundo Vieira (2003, p. 174), o *xenopensene* é o pensene intrusivo do assediador nas ocorrências de assédio interconsciencial, também denominado de *cunha mental*.

Correlação. Com a experimentação acima descrita, esta autora considerou que a consciência lábil parapsiquicamente tende a interagir com as energias conscienciais (ECs), de conscins, de consciexes e de ambientes, muitas vezes inconscientemente, não decodificando a qualidade e origem dessas energias. Esses padrões de pensamentos e ECs captados pela consciência lábil misturam-se com seu próprio *modus operandi*, instalando-se, assim, a intrusão pensênica. A consciência passa, então, a atuar na condição de isca inconsciente – consciência que atrai para sua psicofera consciex(es) energívora(s) que permanecem acopladas por determinado período.

Caso 2. *Estava com um grupo de estudantes de Fisioterapia com o objetivo de visitar e auxiliar, nos primeiros socorros, idosos residentes em um abrigo. Chegando ao local, visitamos cada quarto, onde encontramos vários internos acamados e doentes. Após 10 atendimentos, comecei a sentir abrupta sonolência, pensamentos autodepreciativos e a sensação de perda de vitalidade. Realizei uma retrospectiva do dia para verificar o que havia ocorrido, não percebi nenhuma nuance física (carga de sono, alimentação, atividade física) que pudesse levar a tal sonolência.*

Correlação. A interpretação desse fato aponta a possibilidade de a assimilação de ECs realizada com o grupo de idosos ter repercutido na fisiologia pessoal, gerando sintomas físicos de sonolência e sensação de perda de força, ao que tudo indica, devido ao holopensene do grupo e do ambiente em questão, vinculado à depressão e à doença, somados à falta de desassimilação das ECs.

Profilaxia. Eis 2 contrapontos de posturas pessoais que faltaram na casuística descrita acima, e correlações profiláticas da *labilidade parapsíquica*:

1. **Desassimilação.** Segundo Vieira (2003, p. 159), a desassimilação simpática de energias conscienciais é exercida pela impulsão da vontade, normalmente através da instalação do estado vibracional (EV).

Correlação. A desassimilação das energias, através do EV, atua como ferramenta profilática nas intrusões energéticas e pensênicas dos assediadores.

2. **Iscagem lúcida.** A iscagem lúcida é a condição da conscin atuando qual isca energética, acolhendo consciexes enfermas ou energívoras (conseneres), de modo consciente, sem alterações perceptíveis na manifestação pensênica (VIEIRA, 2007b, p. 616).

Correlação. A iscagem lúcida ocorre intencionalmente quando a conscin, que já possui certa maturidade consciencial, é capaz de atuar na condição de assistente, ante conscins e consciexes enfermas, sem que reflexos e sintomas negativos, advindos desses grupos, permaneçam em sua psicosfera devido ao domínio do estado vibracional e da desassimilação energética, ficando menos propensa à labilidade parapsíquica.

FATORES PREDISPONENTES

Incidência. Dentre os fatores predisponentes para a incidência da labilidade parapsíquica, destaca-se nesta seção a hipótese de origem dessa patologia, considerando-se os aspectos paragenéticos, genéticos e mesológicos sob os quais a autora aborda o autodiagnóstico. Em seguida, apresentam-se os principais sinais e sintomas da labilidade classificados de acordo com cada veículo de manifestação consciencial e analisam-se as correlações do autoconceito, da autoestima e as distorções existentes na autointerpretação do próprio funcionamento consciencial relacionado à labilidade parapsíquica.

Origem. Eis 3 hipóteses formuladas pela autora a serem consideradas pela conscin no diagnóstico das origens e das causas da labilidade parapsíquica:

1. **Paragenética.** A paragenética é caracterizada pela junção de todas as heranças holossomáticas da consciência em sucessivas vidas que contribuem para a manifestação personalíssima de traços de cada consciência. Assim, a labilidade aos estímulos parapsíquicos pode ser desencadeada pelas reminiscências das lembranças das situações já vividas pela consciência em outra vida e a correlação dessa com o padrão pensênico percebido.

2. **Genética.** Ramo da Biologia que estuda as leis da transmissão dos caracteres hereditários nos indivíduos. Um soma com algum déficit cerebral pode impedir o adequado processamento cognitivo de uma consciência. Essa restrição genética pode causar a labilidade parapsíquica.

3. **Mesologia.** A Mesologia da conscin recém-ressomada, em restringimento físico, pode influenciar na maneira de pensar, agir e sentir – a exemplo da cultura, crenças filosófico-religiosas, educação formal – manifestados pelo grupo familiar. Nesse caso, a conscin menos lúcida, ou mais restringida pelos fatores intrafísicos, pode desenvolver medos e intensificar as restrições quanto aos fenômenos parapsíquicos de modo geral, ocasionando a labilidade parapsíquica.

Autodiagnóstico. Na autopesquisa desenvolvida neste trabalho, observou-se que a Mesologia preponderou para a ocorrência da labilidade parapsíquica. Eis 3 fatores que exemplificam essa condição:

Infância. *Na infância, quando visualizava consciexes, pensava que esse fenômeno era comum a todos, porém quando comecei a comentar sobre as experiências, a família contra-argumentava que era sonho, imaginação, que poderia ter visto um filme que causou influência na percepção, ou seja, meus pais não tinham, na época, informações sobre parapsiquismo. Outro fator a ser destacado é o ensino educacional que tive à base do catolicismo (colégio, catequese, ir à missa quase todos os domingos). As informações que recebia é que ver “espíritos” não era uma postura normal, ou seja, equilibrada. O terceiro fator é a cidade onde nasci, no interior do estado do Paraná,*

tradicionalista quanto à família e à religião católica, na qual havia preconceito em relação a algumas religiões, por exemplo o espiritismo. As pessoas prezavam tais posturas para serem aceitas na sociedade (ter vínculos de amizade entre as famílias), incluindo minha família. O fato é que comecei a bloquear minhas parapercepções para ser aceita no grupo familiar e social. Isso resultou em medo e fuga quanto à multidimensionalidade.

Veículos. Eis uma breve análise de alguns traços conscienciais que predisõem à labilidade parapsíquica, nas posturas pessoais, a partir dos veículos de manifestação:

1. **Mentalsoma.** Percepção de devaneio, dispersão, falta de criticidade e autoconhecimento, não estando alerta às intrusões energéticas.

2. **Psicossoma.** O predomínio da manifestação de imaturidade consciencial, por exemplo a vitimização, a infantilização, a carência afetiva e a superficialidade consciencial, que denotam exacerbação emocional capazes de influir na racionalidade, na interpretação e na decodificação das assimilações energéticas.

3. **Energossoma.** Analfabetismo quanto ao parapsiquismo e às energias conscienciais, por exemplo a assimilação de todas as formas e qualidades de energia, sem distinção, ocasionando sintomas como mudança de humor, cansaço abrupto, sonolência e obnubilação pensênica devido à falta de desassimilação energética.

4. **Soma.** Não valorização da saúde somática, exemplificadas em comportamentos sedentários, obesidade, desleixos corporais, entre outros, contribuindo para a intoxicação corporal e dificultando as percepções e parapercepções energéticas.

Instalação. Todos os fatores mencionados influenciam direta ou indiretamente na construção do autoconceito e da autoestima da conscin. A distorção da autopercepção consciencial, advinda de um autoconceito desqualificado, pode contribuir para a instalação da labilidade emocional e parapsíquica, pois a conscin não conhece o suficiente de si mesma.

Correlações. Eis as definições de autoconceito, autopercepção e autoestima, bem como as correlações com a labilidade parapsíquica, para melhor entendimento dos leitores:

1. **Autoconceito.** “O autoconceito é quem e o que, em nível consciente ou subconsciente, se pensa ser, os traços físicos e psicológicos, as qualidades e imperfeições, as possibilidades e limitações, as forças e fraquezas. [...] Não se pode entender o comportamento de uma pessoa sem entender o autoconceito que há por trás” (BRANDEN, 1995, p. 36).

Correlação. O autoconceito tráfara é autoassediador. O parapsíquico tráfara é mais propenso a atuar na Baratrofera, com assediadores e guias cegos, devido à afinidade pensênica patológica. Muitas vezes, essa conscin não discrimina seus pensamentos dos parapensamentos dos assediadores, sendo propensa à labilidade emocional e parapsíquica.

2. **Autopercepção.** Se os conceitos negativos advindos do meio, do núcleo familiar que a conscin convive tornarem-se estruturas organizadas em sua mente, a conscin predisposta processa as informações externas e intraconscienciais de maneira distorcida, ocultando as informações positivas dela mesma, exaltando o lado negativo.

Correlação. A distorção quanto ao funcionamento e operação intraconsciencial predis põe à labilidade emocional e parapsíquica devido à falta de entendimento do *modus operandi* da própria consciência, que não consegue discriminar as energias conscienciais das interações energéticas externas, podendo se tornar, assim, *marionete* dos assediadores.

3. **Autoestima.** Segundo Papalia & Olds (2000, p. 218), a autoestima é caracterizada pelo julgamento que se faz acerca dos próprios valores, habilidades cognitivas e comportamentais.

Correlação. A desqualificação pessoal é o primeiro passo para a instalação do autoassédio e posteriormente para o heteroassédio, predispondo a consciência à labilidade emocional e parapsíquica devido à falta de segurança pessoal e ao pensamento autotrafarista, refletidos em suas energias conscienciais.

Identidade. “Podemos dizer nossos nomes às pessoas, mas temos dúvidas quanto à nossa identidade de fato. Achamos mais fácil expor com detalhes o que fizemos do que explicar quem somos de fato (VIEIRA, 1996, p. 10)”.

Lucidez. Nesse sentido, é importante buscar o autoconhecimento, saber de fato como é o próprio mecanismo de funcionamento, as influências sofridas ao longo da vida e as correlações com as patologias. Desse modo, pode-se ampliar a lucidez quanto à realidade consciencial pessoal e, com isso, realizar-se a autossuperação das fissuras ainda presentes.

CORRELAÇÕES ENTRE LABILIDADE EMOCIONAL E LABILIDADE PARAPSÍQUICA

Correlações. A labilidade emocional, como o próprio nome diz, está voltada para a instabilidade da manifestação do psicossoma. A labilidade parapsíquica é a oscilação pensênica (pen+sen+ene) da consciência devido à assimilação de energias ambientais ou conscienciais sem distinção da qualidade dessas interações. Na maioria das vezes, as conscins sofrem as variações dos padrões pensênicos, sem avaliar as correlações intra e extrafísicas. A labilidade parapsíquica pode gerar a labilidade emocional e vice-versa. A confluência das duas patologias pode ser explicada devido à indissociabilidade entre pensamento, sentimento e energia inerentes à condição consciencial.

Sintomas. Eis alguns sintomas, percebidos por esta autora, os quais podem estar presentes tanto na labilidade emocional quanto na labilidade parapsíquica, classificados quanto ao veículo de manifestação:

1. **Mentalsoma:** perda da autocrítica, monoideísmo, tráfarrismo, lapso de memória.
2. **Psicossoma:** mudança de humor, ansiedade, insegurança, baixa autoestima, emoções lacrimogêneas frequentes.
3. **Energossoma:** bloqueios energéticos, doações energéticas inconscientes, perda do rendimento pessoal, cansaço abrupto, exaurimento energético.
4. **Soma:** sonolência ou insônia, aumento ou diminuição da alimentação, somatização de algias e doenças.

Psicopatologia. Com foco na Paraterapêutica, para se fazer o diagnóstico de uma doença ou paradoença, no caso a labilidade emocional e parapsíquica, é importante buscar conhecer as causas que levaram a conscin a desenvolver a patologia, primeiramente descartando todas as variáveis físicas, por exemplo o Transtorno Bipolar, o Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC), entre outras psicopatologias, para depois verificar as variáveis condizentes com o parapsiquismo.

Autocura. “Outro princípio importante é a autocura, ou seja, a remissão e superação das parapatologias só ocorrem através da vontade e ação da própria consciência, com o aumento da autocognição, a consciência melhora a capacidade de autoinvestigação e autodiagnóstico, otimizando seu processo de cura (TAKIMOTO, 2005, p. 215)”. Um exemplo proposto neste artigo, com esta finalidade de autocura, é a autopesquisa.

Mecanismos. Em seguida, analisa-se a Autopesquisologia, que oferece mecanismos para a organização da pensinidade, podendo, assim, auxiliar na profilaxia ou na superação da labilidade parapsíquica.

AUTOPESQUISOLOGIA

Definição. A *Autopesquisologia* é a Ciência aplicada aos estudos ou pesquisas da própria Consciência, por si mesma, empregando todos os instrumentos pesquisísticos disponíveis (VIEIRA, 2007a, p. 263).

Sinonímia: 1. Autoexperimentologia. 2. Ciência do autoconhecimento. 3. Autoconscienciometria. 4. Autopensenologia.

Antonímia: 1. Heteropesquisologia. 2. Heteroexperimentologia. 3. Heteroconscienciometria. 4. Pesquisa não-participativa.

Autoconhecimento. Quanto maior o autoconhecimento da realidade intraconsciencial, mais fácil será a decodificação e diferenciação do que é pessoal e do que é do outro. Essa autocompreensão da maneira de funcionar e agir em relação ao meio e às pessoas auxilia a própria conscin quanto ao autoparapsiquismo, por exemplo a assimilação e desassimilação das ECs, pois ela já conseguiu discernir a realidade interna da externa.

Autopesquisa. É de importância realizar a autopesquisa para compreender e discriminar os próprios talentos e qualidades das fissuras e patopenses. A autora iniciou o desenvolvimento dessa autoinvestigação através da análise do livro *Conscienciograma* (VIEIRA, 1996), experimentos nos laboratórios da Conscienciologia, participação em cursos, por exemplo o *Acoplamentarium* (curso realizado periodicamente no CEAEC), e em dinâmicas parapsíquicas, estando sempre disponível para auxiliar através da monitoria, e outros como o Recin (curso regular da CONSCIUS), até mesmo na condição de conscin-cobaia a qual criticava e recebia críticas dos participantes (ROSSA, RAZZERA & ZOLET, 2007, p. 299 a 305).

Técnicas. Para intensificar a autopesquisa, a postura adotada para a autossuperação da labilidade parapsíquica contou com as técnicas descritas na seção Técnicas Paraterapêuticas, que permitiram ampliar o entendimento do funcionamento pessoal, sendo essa conscientização o primeiro passo para a conscin se predispor à reciclagem intraconsciencial.

Reciclagem. A reciclagem da autora, com base na autopesquisa, teve 3 importantes aprendizados que permitiram identificar a labilidade parapsíquica e definir atitudes para evitá-la e superá-la:

1. **Ciclo vicioso.** A conduta pessoal de vitimização, infantilismo (observado na atitude de querer agradecer a todos), *locus* externo (necessidade de afirmação externa), baixa autoestima, insegurança e autculpa compunham um ciclo vicioso patológico. A autora priorizou a investigação do padrão dos pensamentos, emoções, carências, pseudoganhos e mecanismos de defesa do ego. Após a identificação desses traços, foi possível a discriminação dos traços e a utilização desses para harmonização da conduta pessoal.

2. **Medo da multidimensionalidade.** O medo de ver consciexes, que possuía desde a infância, foi superado através das vivências nos cursos e dinâmicas bioenergéticas, e da leitura de livros relacionados aos fenômenos parapsíquicos, incluindo a bibliografia de médiuns que abordavam essas experiências.

3. **Permissividade.** A autopercepção da postura pessoal de permissividade, ocorrida nas interações diárias, permitiu observar intrusões energéticas na psicofera. Havia necessidade de um posicionamento pessoal mais firme nas inter-relações, ou seja, ser capaz de bancar o ônus do “não”, quando necessário. A conduta pessoal adotada para superar essa permissividade foi a de trabalhar com a defesa energética através do estado vibracional e do aumento da autoexposição.

CPC. Após reflexão quanto as autocorrupções expostas, a autora reviu os valores pessoais e decidiu implementar novas normas de comportamento que evitassem o padrão patológico, a partir do estabeleci-

mento do código pessoal de Cosmoética (CPC). Para cada conduta pessoal tráfara e anticosmoética identificada, realizou-se um contraponto cosmoético (conduta mais tráfara), que vem sendo aplicado regularmente. Exemplo, a decisão pessoal de não admitir a omissão em quaisquer situações. A clareza dos valores pessoais atua intrinsecamente como um alerta antes de estabelecer uma conduta autocorrupta, auxiliando na reeducação pensênica e comportamental.

TÉCNICAS PARATERAPÊUTICAS

Seleção. As técnicas paraterapêuticas sugeridas, a seguir, foram selecionadas com base nas pesquisas bibliográficas em artigos científicos conscienciológicos de diversos autores.

Periodicidade. As técnicas propostas foram aplicadas pela autora, aproximadamente, ao longo de 1 ano. É importante ressaltar que a periodicidade na aplicação das técnicas e seus resultados depende de cada pessoa devido aos traços conscienciais individualíssimos de cada um.

Vivência. Observou-se a viabilidade das técnicas devido aos resultados obtidos, vinculados à autocompreensão de traços pessoais, tais como autossegurança e diminuição dos emocionalismos na conduta diária, favorecendo a reeducação consciencial e a superação da labilidade parapsíquica.

Benefícios. Vale a pena destacar que essas técnicas são ferramentas de autopesquisa. Para obter benefícios, é necessário organização, aplicabilidade e continuísmo.

Modificações. As técnicas exploradas neste artigo foram modificadas de acordo com a necessidade e *insights* obtidos ao longo da aplicação das mesmas. Cabe a cada pesquisador adequar, acrescentar o que for necessário e até mesmo criar novas técnicas, de modo a otimizar o próprio aprofundamento na autopesquisa e terapêutica.

Autopesquisa. Sob a ótica da Autopesquisologia, eis 5 técnicas que viabilizam o entendimento e a reciclagem intraconsciencial, com ênfase na superação da labilidade parapsíquica:

1. Técnica da Lexicoterapia.
2. Técnica dos Trafores e Trafares.
3. Técnica da Autobiografia.
4. Técnica da Checagem Pensênica.
5. Técnica do Estado Vibracional.

I. Técnica da Lexicoterapia.

Lexicoterapia. A Técnica da Lexicoterapia é a utilização dos artefatos do saber, dicionários e enciclopédias para o aprofundamento da autopesquisa. Esta técnica foi extraída do artigo “*Lexicoterapia: Autodesassédio Mentalsomático*”, de autoria do pesquisador Alexandre Mello (2003, p. 20).

Objetivo. Esta autora utilizou a técnica para conhecer os mecanismos das emoções, no caso, vinculados à labilidade parapsíquica, tendo como finalidade reconhecer os sinais e sintomas e criar técnicas profiláticas para as emoções irracionais. Através da leitura de dicionários, ocorre uma abrangência do entendimento da palavra, do conceito. A sinonímia e a antonímia ampliam a associação de idéias, a compreensão, levando ao autodesassédio e desassédio mentalsomático, pois é possível racionalizar o problema sem melindres.

Aplicação. Para aplicar a Técnica da Lexicoterapia é necessário realizar as seguintes ações:

1. Listar em uma folha as emoções que sentiu durante o dia, descrevendo a situação (o fato). Para isso deve-se proceder uma reflexão profunda da realidade intraconsciencial.

2. Com os dados já levantados, verificar a definição, os sinônimos e os antônimos dos vocábulos referentes às emoções. Por exemplo: emoção sentida: raiva; definição: acesso de fúria, sentimento de irritação, agressividade, motivados por aborrecimento, injustiça ou rejeição sofrida; sinônimo: fúria, repulsão; antonímia: acalmia, paciência.

3. Realizar para cada emoção uma solução prática. Por exemplo: para a emoção de raiva, uma solução seria realizar autorreflexão, ouvir mais as pessoas, ter o pensamento de ajudar alguém ou grupo, tentar entender a informação sem levar para o pessoal.

4. Após vários registros e análises, a pessoa se torna mais autoconsciente do padrão emocional individual e, com isso, passa a reconhecer quando há emoção e/ou pensamento intrusivo. Por exemplo: a pessoa identificou durante várias semanas que fica irritada e descobre que esse é seu padrão habitual, também não é externo ou decorrente de um assediador, mas sim provém de seu temperamento irritadiço.

II. Técnica dos Trafores e Trafares

Trafores e Trafares. A Técnica dos Trafores e Trafares é a aplicação prática da interassistencialidade, na qual a conscin-cobaia desdramatiza sua condição consciencial através do binômio autocrítica-heterocrítica. Nesta técnica, a própria pessoa discrimina seus trafores e trafares. Também pode solicitar para outras pessoas realizarem uma listagem com os trafores e trafares que percebem de sua personalidade com o objetivo de comparar e ampliar com aquela feita individualmente. As *vivências de seus trafores e trafares* foi proposta pelo pesquisador e autor Waldo Vieira (1994, p. 445).

Objetivo. A técnica objetiva melhorar e aprimorar o autoconceito. Com isso, o autopesquisador verificará sua imagem externa, se está condizente com o que esperava ou não, mantendo a autocrítica e analisando as heterocríticas, sem apriorismos, deixando de lado as defesas do ego. O autoconhecimento e o autoenfrentamento de si mesmo fortalecem as posturas e condutas da conscin, diminuindo os medos, as infantilidades, as irracionalidades e imaturidades de modo geral, auxiliando na compreensão da postura lábil.

Aplicação. A técnica dos trafores e trafares é realizada a partir dos seguintes tópicos:

1. Primeiramente a própria pessoa realiza sua lista de trafores e trafares.
2. O segundo passo é, em uma folha em branco, escrever seu nome, fazendo uma tabela com duas colunas: na primeira coluna escrever “traços-força” ou trafores e na segunda, “traços-fardo” ou trafares.
3. Entregar em mãos para amigos, familiares, cônjuge, filhos e demais pessoas que possua ou não afinidade. Pedir-lhes para discriminar e relacionar os traços-força e traços-fardo percebidos em você.
4. Após receber todas as folhas contendo os *feedbacks*, poder-se-á realizar a avaliação e comparação do que escreveu inicialmente com o que recebeu.

III. Técnica da Autobiografia

Autobiografia. A Técnica da Autobiografia foi extraída do artigo “*O Papel da Autoconsciencioterapia na Saúde Parapsíquica*”, descrita por Nario Takimoto (2005, p. 221). Essa técnica possibilita ao pesquisador maior compreensão e identificação das reações psicossomáticas e energossomáticas ocorridas no passado. “Através da retrocognição, da mesma vida ou de vida mais distante, faz-se a evocação dos conteúdos imagéticos e holopensênicos da época. A pessoa irá reviver o ocorrido na época e sentirá os reflexos emocionais e energossomáticos ainda presentes” (TAKIMOTO, 2005, p. 221).

Objetivo. Essa técnica visa verificar quanto há de predominância nas manifestações do pesquisador(a) dos fatores mesológicos (exemplo: família), genéticos e quais são as consequências disso. A técnica

compreende refazer mentalmente toda a vida, desde a infância até os dias atuais, e registrar esses momentos. Possibilita o entendimento da Mesologia (grupocarma, família) e da influência desta em seu modo de pensar e agir. Através dos dados levantados, o pesquisador(a) poderá analisar os fatores predisponentes da labilidade parapsíquica e suas correlações com a Genética e a Mesologia.

Aplicação. Eis o passo a passo da técnica:

1. Escolher local tranquilo e sem interferências externas.
2. Praticar a mobilização básica de energias.
3. Evocar as lembranças mais remotas do período de infância.
4. Registrar as lembranças e os reflexos que sentiu no soma, energossoma, psicossoma e mentalsoma.
5. Analisar as próprias memórias, identificando as situações e emoções de maior repercussão.

IV. Técnica da Checagem Pensênica

Pensenes. A Técnica da Checagem Pensênica também foi extraída do artigo “*O Papel da Autoconsciencioterapia na Saúde Parapsíquica*”. Essa técnica possibilita ao pesquisador realizar a autocognição constante dos próprios pensenes (TAKIMOTO, 2005, p. 223), ou seja, pensar no que se está pensando, identificando os conceitos, sentimentos, emoções e energia presentes em cada momento.

Objetivo. Essa técnica visa verificar o padrão pensênico diário e suas relações com o assédio. Muitas das irritações não são advindas do heteroassédio, mas do próprio temperamento. O importante é discriminar a forma de elaborar os pensamentos e os mecanismos de crenças para distinguir as conexões com outros padrões pensênicos, sendo essa técnica eficaz para identificar e discriminar posturas lábeis.

Aplicação. Eis a sugestão para a aplicação dessa técnica:

1. Ter em mãos um pequeno caderno para as anotações diárias de seus pensamentos.
2. Praticar a mobilização básica de energias.
3. Registrar os pensamentos ao longo do dia.
4. Pode-se colocar uma nota de 0 a 3 no quesito assedialidade, por exemplo 0 = desassediado (sentimento agradável de bem-estar), 1 = assedialidade de fácil desassim (em determinado momento houve mal-estar), 2 = assedialidade moderada (houve mal-estar durante algumas horas) e 3 = assedialidade crônica (demorou semanas para haver a desassim).

V. Técnica do Estado Vibracional

EV. A Técnica do Estado Vibracional, proposta pelo pesquisador e autor Waldo Vieira (1994, p. 348), visa a homeostasia energética. Essa técnica compreende a mobilização das ECs da conscin até alcançar a vibração máxima do energossoma, com o objetivo de melhorar o desempenho energético através da homeostase e da autodefesa energética.

Objetivo. Visa a conscientização do pesquisador sobre a importância de se alcançar o equilíbrio do energossoma para assim poder atuar mais tecnicamente nas assistências intra e extrafísicas, diminuindo o ignorantismo perante as próprias energias e com o meio externo, e agindo profilaticamente quanto à labilidade parapsíquica.

Aplicação. Para a aplicação dessa técnica são sugeridas as seguintes ações pessoais:

1. Ao longo do dia, realizar no mínimo 20 estados vibracionais.
2. Realizar a técnica em condições, situações e circunstâncias diferentes.

3. Registrar a atuação com a prática do estado vibracional, facilidades e dificuldades, situações envolvidas, pensamentos e emoções que auxiliaram, ou não, na instalação do EV.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Retrospectiva. O artigo abordou especificamente três tópicos essenciais: 1. A exposição dos sinais e sintomas (Parassemiologia) da labilidade parapsíquica. 2. A vivência empreendida pela autora relativa ao processo de autossuperação da parapatologia *labilidade parapsíquica*. 3. Abordagem das técnicas paraterapêuticas.

Resultados. Conforme descrito no artigo, foi possível observar que, no caso da autora, a conscin lábil parapsiquicamente tende a interagir com as energias conscienciais (conscins e consciexes) e ambientais, muitas vezes inconscientemente, não decodificando sua qualidade e origem. Esses padrões de pensamentos e energias captados pela conscin lábil misturam-se com o próprio *modus operandi*, instalando-se, assim, a intrusão pensênica ou cunha mental, passando a atuar na condição de isca inconsciente.

Autopesquisa. Através da autopesquisa realizada com anotações diárias, a autora conseguiu decodificar algumas condições pessoais que predispunham à labilidade parapsíquica, por exemplo o ciclo vicioso (vitimização-infantilismo-baixa autoestima-insegurança-autoculpa), a permissividade, a mudança de humor, a ressaca energética e o medo da multidimensionalidade. Resolveu, então, encarar os fatos e começar aplicar as técnicas paraterapêuticas apresentadas neste artigo, frequentar assiduamente as dinâmicas parapsíquicas e o curso *Acoplamentarium* e também participar de curso conscienciométrico com o objetivo de realizar o autoenfrentamento.

Indicadores. Existem alguns indicadores da autossuperação da labilidade parapsíquica vivenciados pela autora: melhoria do condicionamento energossomático, do entendimento da manifestação pessoal e da segurança pessoal e a diminuição dos emocionalismos na conduta diária.

Manutenção. No entanto, ainda é necessária atenção na manutenção da remissão da labilidade parapsíquica. Existe uma tendência para o relaxamento, pois o traço ainda existe. É necessário, portanto, fazer a autossuperação diária, qualificando a compreensão do funcionamento pessoal.

Conclusão. Conclui-se que é fundamental o investimento na autopesquisa consciencial através da aplicabilidade de técnicas paraterapêuticas e autoconscienciométricas e também em cursos de campo bioenergéticos com o objetivo de entender o *modus operandi* pessoal, contribuindo, assim, para o fortalecimento da saúde e da homeostasia da conscin.

Questão. Qual a influência de seu parapsiquismo sobre você? Seu parapsiquismo é saudável?

REFERÊNCIAS

01. Balona, Málu; *Equipes Criativas e Labilidade Parapsíquica*; Artigo; I Jornada de Administração Conscienciológica; Anais; Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC); set. 2004; páginas 148 a 156.
02. Branden, Nathaniel; *Auto-Estima e os seus Seis Pilares*; 398 p.; 2 enus.; glos.; alf.; 21 x 14 cm.; br.; Saraiva; São Paulo, SP; 1995; página 36.
03. Campbell, Robert J.; *Dicionário de Psiquiatria*; 644 p.; alf.; 21 x 14 cm.; br.; Martins Fontes; São Paulo, SP; 1986; páginas 343 e 600.
04. Dorsch, Friedrich; *Dicionário de Psicologia*; 237 p.; alf.; 24,5 x 16,5 cm.; br.; Herder; Barcelona; Espanha; 1981; página 23.
05. Mello, Alexandre; *Lexicoterapia: Autodesassédio Mentalsomático*; Artigo; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 7; N. 1; Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Jan./Mar; 2003; página 20.

06. **Papalia**, Diane E.; & **Olds**, Sally Wendkos; *Desenvolvimento Humano*; 888 p.; 7ª. Ed.; Artmed; Porto Alegre, RS; 2000; página 218.

07. **Rossa**, Dayane; **Razzera**, Gisélle; e **Zolet**, Lilian; *Monitoria de Eventos: Proposta de Ferramenta para Desenvolvimento do Parapsiquismo Assistencial Lúcido*; revista; *Conscientia*; Vol. 11; N. 4; Out./Dez. 2007; páginas 299 a 305.

08. **Takimoto**, Nario; *O Papel da Autoconsciencioterapia na Saúde Parapsíquica*; Artigo; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 9; N. 3; *Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC)*; Jul./Set.; 2005; páginas 221 a 227.

09. **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 Projeziologia (IIP)*; Rio de Janeiro, RJ; 1994; páginas 348 e 445.

10. **Idem**; *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 Projeziologia (IIP)*; Rio de Janeiro, RJ; 1996; página 10.

11. **Idem**; *Enciclopédia da Conscienciologia*; revisores: Equipe de Revisores do Holociclo – CEAEC; 2 Vols.; 2.494 p.; 80 abrevs.; 1 biografia; 240 contrapontos; cronologias; 38 *E-mails*; 15 endereços; 961 enus.; estatísticas; 2 filmografias; 1 foto; 720 frases enfáticas; 6 índices; 574 neologismos; 526 perguntas; 111 remissologias; 12 siglas; 15 tabs.; 6 técnicas; 12 *websites*; 201 refs.; 1 apênd.; alf.; estrang.; geo.; ono.; tab.; 28 x 21 x 7 cm.; enc.; Ed. Protótipo – Avaliação das Tertúlias; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2007a; páginas 263, 1661 a 1665.

12. **Idem**; *Homo sapiens pacificus*; 1.584 p.; 413 caps.; 403 abrevs.; 434 enus.; 37 ilus.; 7 índices; 240 sinopses; glos. 241 termos; 9.625 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21,5 x 7 cm.; enc.; 3ª. Ed. Gratuita; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC)*; & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2007b; página 616.

13. **Idem**; *O que é a Conscienciologia*; 192 p.; 100 caps.; glos. 280 termos; 3 refs.; alf.; 21 x 14 cm.; br.; *Instituto Internacional de Projeziologia e Conscienciologia (IIPC)*; Rio de Janeiro, RJ; 2003; páginas 155 e 174.

14. **Idem**; *Projeziologia: Panorama das Experiências da Consciência Fora do Corpo Humano*; 1.248 p.; 525 caps.; 150 abrevs.; 43 ilus.; 5 índices; 1 sinopse; glos. 300 termos; 2.041 refs.; alf.; geo.; ono.; 5ª Ed.; 27 x 21 x 7 cm.; enc.; *Instituto Internacional de Projeziologia e Conscienciologia (IIPC)*; Rio de Janeiro, RJ; 2002; página 42.

