
Artigo Original

Vivência da Autocriticidade Sadia como Ferramenta-Chave da Consciencimetrologia

Experience of Healthy Self-Criticism as a Key-Tool of Conscientiometry

Vivencia de la Autocriticidad Sana como Herramienta-Clave de la Conciencimetrología

Cláudio Lima Monteiro*

* Jornalista. Pós-graduado em Geografia Econômica. Mestre em Administração Pública. Voluntário da Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Consciencimetrologia (CEAEC).

emaildoaudio1@gmail.com

Palavras-chave

Autoanálise
Autocriticologia
Autossuperações
Conscienciograma
Técnica da conscin-cobaia voluntária

Keywords

Conscientiogram
Self-criticism
Self-research
Self-surpass
Technique of the voluntary intraphysical consciousness-guinea pig

Palabras-clave

Autoanálisis
Autocriticología
Autosuperaciones
Concienciograma
Técnica de la concin-cobaya voluntaria

Resumo:

O objetivo do presente artigo é realizar um estudo da aplicação da autocrítica cosmoética, a partir do interesse persistente do próprio pesquisador, dedicado ao aprofundamento da distinção dos tipos de críticas sadias ou não, benefícios e condições otimizadas para técnica da conscin-cobaia voluntária. Este texto disserta sobre a importância da autocriticidade sadia, e lista 16 benefícios auferidos a partir da autocrítica sadia diferenciando-a da criticidade patológica. Os conceitos e técnicas apresentados têm aplicação no contexto da Consciencimetrologia e relevância para autoprogramação existencial.

Abstract:

The objective of the present article is to carry out a study of the application of cosmoethics self-criticism, starting from the researcher's own persistent interest, dedicated to the deepening of the healthy or not, types of critic distinction, optimized benefits, and conditions for the voluntary intraphysical consciousness- guinea pig technique. This text lectures on the importance of the healthy self-criticism, and list 16 benefits obtained starting from the healthy self-criticism differentiating it from the pathological criticism. The concepts and techniques presented have application in the context of Conscientiometry and relevance for the existential self-programming.

Resumen:

El objetivo del presente artículo es realizar un estudio de la aplicación de la autocrítica cosmoética, a partir del interés persistente del propio investigador, dedicado a la profundidad de la distinción de los tipos de críticas, sana o no, beneficios y condiciones optimizadas para técnica de la concin-cobaya voluntaria. Este texto diserta sobre la importancia de la autocriticidad sana, y lista 16 beneficios auferidos a partir de la autocrítica sana diferenciándola de la criticidad patológica. Los conceptos y técnicas presentadas tienen aplicación en el contexto de la Conciencimetrologia y relevancia para autoprogramación existencial.

Artigo recebido em: 20.02.2012.

Aprovado para publicação em: 17.07.2013.

INTRODUÇÃO

Contextualização. Esta pesquisa nasceu da necessidade de entender e desenvolver a tendência evidente e natural deste pesquisador pela dessacralização de conceitos conscienciológicos com maior abertismo, auto-discernimento e autoconhecimento, estruturada na autocrítica sadia e cosmoética, realizada de maneira técnica e planejada, devido a participação em eventos de Consciencimetrologia, em especial, nas dinâmicas da conscin-cobaia voluntária.

Consciencimetrologia. As primeiras participações do autor no estudo da especialidade Consciencimetrologia aconteceram no Colégio Invisível da Consciencimetrologia, no final da década de 1990, liderado na época pelos conscienciólogos Flávia Rogick e Marco Almeida.

Conscienciograma. Os cursos e dinâmicas de reciclagem intraconsciencial e aprofundamento autopesquisístico na especialidade Consciencimetrologia, são embasados nas 2.000 questões do Conscienciograma, que apresenta a técnica de avaliação da consciência integral, de autoria de Waldo Vieira (1996), composta por 100 folhas de avaliação com perguntas divididas entre dez variáveis secundárias: Soma, Bioenergética, Antiemocionalidade, Racionalidade, Liderança, Comunicabilidade, Priorização, Coerência, Consciencialidade e Universalismo.

Avaliação. O livro Conscienciograma, o qual aborda a técnica da avaliação da consciência integral é fruto de 22 anos de pesquisas de seu propositor, com base em biografias de personalidades-referência nas múltiplas inteligências e ilustrativas dos desafios evolutivos, nas autossuperações cotidianas, principalmente intraconscienciais.

Histórico. Nesta autopesquisa, a criticidade foi elemento prioritário, atributo mentalsomático a ser qualificado no aprofundamento do aprendizado teático da autocriticidade e heterocriticidade assistencial. O tema foi apresentado em 2010, no Seminário de Pesquisas do Instituto Internacional de Projeciologia e Consciencimetrologia (IIPC) São Paulo.

Objetivo. O objetivo deste artigo é listar os múltiplos benefícios da autocrítica enquanto ferramenta sadia na Consciencimetrologia.

Questionamentos. Também serão explorados os três questionamentos associados ao tema e dispostos em ordem alfabética:

1. **Diferenças.** Como diferenciar a autocriticidade cosmoética da hipercriticidade baratroférica?
2. **Consistência.** É efetiva e consistente a autoevolução sem autocrítica sadia?
3. **Proéxis.** Até que ponto a autocrítica sadia se relaciona com as leis da Proexologia? (VIEIRA, 1997, p. 20 e 21).

Metodologia. O método utilizado para escrever este artigo foi baseado na autoanálise do preenchimento das questões do Conscienciograma, bem como Autopesquisologia exaustiva associada à metodologia da técnica da conscin-cobaia voluntária, após ter participado em mais de dez edições da atividade e pesquisa bibliográfica sobre a criticidade, cosmoética e Consciencimetrologia.

Estrutura. O artigo está estruturado a partir das seguintes seções: o referencial teórico; a técnica da conscin-cobaia; o papel-chave da autocrítica sadia e por fim, são abordados os efeitos da superexposição e da fuga da realidade com propostas de prevenções, autossuperações e autenticidade.

I. REFERENCIAL TEÓRICO

Definição. Autocrítica é o uso do atributo mentalsomático do juízo crítico particular, com autoanálise máxima e fria, com real coerência, congruência, sem devaneios, livre de autocorruptões e distorções da autoimagem, tendo como base a tridotalidade, notadamente, o parapsiquismo avançado.

Clareza. Adiciona-se, a título de concordância e reconhecimento da clareza, a definição de Scheidt (2000, p. 274):

Autocrítica é o ato do indivíduo reconhecer e questionar as qualidades e defeitos do próprio caráter, ou os erros e acertos de suas ações, com o máximo de isenção quanto a preconceitos, convenções ou dogmas. Essa capacidade de julgar a si mesmo pode refletir duas posturas quanto à autocrítica: a construtiva ou destrutiva.

Tônica. O conceito de Cosmoética vem logo a seguir, esclarecendo a tônica construtiva da autocrítica, examinada em pesquisa de Vieira (1997, p. 73), que inclusive cunhou o termo (cosmo+ética).

Cosmoética. A cosmoética é a ética ou reflexão sobre a moral cósmica, multidimensional, que define a holomaturidade consciencial, situada além da moral social, intrafísica, ou que se apresenta sob qualquer rótulo humano, ao modo de discernimento máximo, superior aos códigos penais, civis e morais de todos os países, e as deontologias dos profissionais liberais.

Conscienciometria. A conscienciometria é a técnica de mensuração do perfil consciencial e descrição a respeito de si mesmo (autopesquisa) relacionada à planilha com 2.000 questões do conscienciograma, que teve como modelo evolutivo o *Homo sapiens serenissimus*.

Teoria. A teoria do *Homo sapiens serenissimus* foi lançada por Waldo Vieira em 1970, vide Seção 40 do tratado 700 Experimentos da Conscienciologia (VIEIRA, 1994, p. 749).

Técnica. Cabe esclarecer que a Conscienciometrologia é técnica de autocrítica lastreada no paradigma cosmoético, baseada em variáveis previamente definidas e que, antes de tudo, oportuniza três movimentos intraconscienciais do trinômio autoanálise-autocomparação-autoesquadrinhamento explicitados abaixo:

1. **Autoanálise:** conhecer-se melhor.
2. **Autocomparação:** realizar o autoinventário quanto à própria evolução e em paralelo com a Escala Evolutiva das Consciências (2007, p. 548).
3. **Autoesquadrinhamento:** identificar áreas detalhadas de funcionamento multiexistencial de traços a serem qualificados, *modus operandi* intraconsciencial e qualidades principais de destaque a serem buriladas, priorizadas e aplicadas.

Investimento. O amadurecimento da Conscienciometrologia cresceu a partir da expansão e qualificação de pesquisadores voluntários, que investiram na autopesquisologia teática e na autocrítica cosmoética.

Autoconscienciometria. A autoconscienciometria otimizou, para este autor, identificar continuamente com tecnicidade, quais lacunas, nosografias multiexistenciais a serem trabalhadas, mas principalmente as virtudes capazes de alavancar a aceleração evolutiva pessoal em prol da Interassistenciologia e da vivência ampliada da autoprogramação existencial.

Trafór. Com o aprofundamento da autopesquisa, evidencia-se que no trinônimo *trafar-trafal-trafor*, o traço-força, ou virtude, é a alavanca evolutiva que move a personalidade no sentido das realizações e autossuperações multiexistenciais.

II. A TÉCNICA DA CONSCIN-COBAIA VOLUNTÁRIA

Autoexposição. A técnica da conscin-cobaia visa à autoexposição didática com a autoavaliação em relação às variáveis do *Conscienciograma*, com objetivo último de autoqualificação autocrítica crescente e regulação da bússola cosmoética.

Passo-a-passo. A técnica necessita de, no mínimo, três pessoas: a conscin-cobaia e mais dois conscienciômetras. Após a escolha da folha de avaliação pelo participante, seguida da análise das questões, inicia a autoexposição a partir da primeira pergunta da temática escolhida.

Fatos. A fixação em processo desagradável ou fatos dolorosos da conscin-cobaia, por vezes é necessário, desde que a conscin-cobaia tenha capacidade de autoenfrentamento, lucidez e coragem para abrir-se com despojamento.

Maturidade. O autoenfrentamento com criticidade é facilitado, quando há maturidade e abertismo no posicionamento, assim, são maiores as chances de *feedback* bem-sucedido, autoespelhamento, expansão da lucidez, aprofundamento do entendimento do mecanismo e da casuística evolutiva pessoal.

Ganhos. Os “ganhos” da dinâmica e do autoburilamento são, sobretudo intraconscienciais, estruturados no perfil e desvendamento do modo de funcionar peculiaríssimo da consciência.

Autoexperiência. Na experiência deste autor ao se inscrever numa atividade priorizando autoconscienciometria, ocorre a chancela do compartilhamento, da interconfiança e do reconhecimento dos especialistas, críticos e com intenção qualificada para orientar o uso da heterocrítica sadia como elemento norteador da consciência e o ortoexemplarismo.

Autoexemplarismo. O autoexemplarismo caracterizado pela autovigilância e vivência da autocrítica cosmoética, capaz de corrigir imediatamente a tríade da erronia na própria manifestação, é objeto parapedagógico dos conscienciômetras.

Pré-requisitos. São pré-requisitos para a qualificação do conscienciômetra: a cosmovisão, o autodiscernimento e a inteligência evolutiva interassistencial.

Condução. As condições para a técnica da conscin-cobaia, devem ser de total interassistência, anticompetitividade, acolhimento, lucidez, diálogo contínuo, fraternismo sem acumpliciamento, incentivando que a própria conscin-cobaia conduza os temas a serem abordados, e pontuando itens-chave com a criticidade.

Expectativas. A abordagem da técnica da conscin-cobaia não pode ser totalmente controlada pela conscin, a condição de autoexposição inevitável. O ideal é o autopesquisador se predispor a expor exemplos ilustrativos de cada desafio a ser superado.

Multidimensionalidade. A criação de ambientação acolhedora durante a aplicação da técnica da conscin-cobaia é fundamental, e se enfatiza o paradigma cosmoético da Conscienciologia.

Tranquilidade. Objetiva-se manter o autopesquisador em estado de tranquilidade para buscar e reconhecer as condições oportunas de autossuperação e autoconhecimento, estando lúcido, aberto, determinado, com

metas bem definidas, autoconsciente e amparado para a prioridade maior, ou seja, para a mudança de patamar, a partir da expansão consciencial, com a assessoria de consciências, amparadoras intra e extrafísicas.

Aplicação. As técnicas de aplicação da autocriticidade cosmoética representam benefícios múltiplos que vão da recuperação de cons, acertos de rumo, autorreconciliações, ampliação da autocognição, uso da auto-crítica bioenergética, até o destravamento consciencial pela depuração lúcida das recins autoconscientes.

Benefícios. Com o esforço em prol do domínio energético e do exemplarismo cria-se maior interface entre os laboratórios conscienciais envolvidos, gerando no mínimo 16 autobenefícios listados a seguir, em ordem alfabética:

01. Aceleração e compreensão maior do autoenquadramento no mecanismo evolutivo.
02. Ambiente intraconsciencial predisposto à maior autolucidez.
03. Catálise evolutiva.
04. Crescente bem-estar íntimo;
05. Diálogo, autoenfrentamento e esclarecimento de dúvidas.
06. Empatia sadia e interatividade maior.
07. Favorecimento de desarmamento dos mecanismos de travamento e bloqueio intraconsciencial, a partir do entendimento do mecanismo de agir, reagir e pensenizar.
08. Identificação de mecanismos de antiautoenfrentamento (MDE).
09. Laboratório favorável ao alinhamento e integração interconsciencial.
10. Novas sinapses.
11. Oportunidade de autoajustamento e ampliação paracognitiva.
12. Oportunidade de autoassistência e interassistência.
13. Redução da autorrepressão.
14. Reeducação do apedeutismo geral.
15. Registro e apreensão de sínteses.
16. Situação favorável de autodesassédio.

Exercícios. Para favorecer a *glasnost*, considera-se essencial o exercício conjunto de manobras bioenergéticas, antes, durante e depois das dinâmicas da conscin-cobaia.

Ambientação. Deve-se deixar a conscin em estudo, bem à vontade, em clima de interconfiança, seriedade e abertismo, para poder ser percebido o padrão da conscin-cobaia. A postura dos conscienciômetras, quando voltados para liberdade de expressão e para a vivência do polinômio acolhimento-orientação-encaminhamento-*follow-up* são fundamentais na técnica.

Feedback. É comum em dinâmicas de grupo, notadamente em momentos de crise de crescimento, o *feedback*, as críticas ou as observações externas, abordando fatos ou traços desagradáveis da personalidade.

Aproveitamento. Para conseguir aproveitar melhor o foco das heterocríticas, o ideal é a conscin-cobaia estar o mais aberta possível. Este autor observou dois tipos de posicionamentos quanto ao recebimento de heterocríticas:

1. **Consciente:** o *feedback* é ouvido, acrescentando muito, pois evidencia necessidade de continuísmo da autorreeducação no aspecto citado. O pesquisador checa suas autoanálises e está mais comprometido com a reciclagem intraconsciencial.

2. **Inconsciente:** o *feedback* é surpreendente para a conscin-cobaia e a autopesquisa não foi suficiente. O esforço e a intensificação das autoanálises e o autoacompanhamento precisarão ser maiores.

Trauma. Em estudos conscienciométricos, apesar do foco não se restringir à nosografia, a identificação da área, o tema ou o mecanismo traumatizado da conscin, favorece o acolhimento e previne o trauma agudo.

Tares. Cabe ao conscienciômetra, estar atento à abordagem mais acertada, articulando melhor a tares e auferindo menor desgaste nos temas delicados da personalidade. É comum ocorrer uma espécie de escarificação, que pode se expandir dependendo da abordagem, e da identificação do gargalo consciencial peculiar.

Trinômio. Tudo fica mais fácil quando se tem mais autocrítica. A autocrítica cosmoética aprofundada pode fortalecer a autoliderança com base no trinômio autoenfrentamento-autoinventariograma-autossuperação, detalhado nos três passos:

1. Encarar a tendência nosográfica e traforista, mapeando-as.
2. Dedicar tempo e estudo, com casuísticas, no histórico de vida.
3. Encaminhar questões, pautar-se nos trafores e nas práticas de autossuperação.

Homeostasia. Não só nos momentos de crise deve-se recorrer à autocrítica; importa aplicá-la como ferramenta reveladora de mecanismos intraconscienciais, que sempre podem ser aperfeiçoados.

Fôlego. Muitas vezes é tamanha a intervenção crítica indevida e inábil, que se desrespeita o fôlego da consciência em recomposição, daí o ideal é a autocriticidade cosmoética.

III. O PAPEL-CHAVE DA AUTOCRÍTICA SADIA E COSMOÉTICA

Ferramenta-chave. A autocriticidade cosmoética é a chave para que se realize autopesquisa sadia, aberta, profunda e exemplarista.

Autopesquisa. Não se pode perder de vista as virtudes e autossuperações da equipe intrafísica e principalmente da conscin-cobaia no processo de autopesquisa e interassistência.

Mediação. A técnica da conscin-cobaia, é importante que se esclareça, depende da mediação de especialistas em conscienciometria formados pela Conscius, instituição conscienciocêntrica dedicada ao estudo, introdução e qualificação contínua através e em prol da aceleração evolutiva e autocognição maior.

Johari. No campo da Comunicologia, foi criada em 1955, por Joseph Luft e Harrington Inghan, através do mecanismo linguístico da siglonimização, o termo denominado, *JOHARI*. É um termo aplicado em consultoria de empresas na chamada dinâmica da janela de *Johari*, que consiste em um esquema, com o objetivo de auxiliar no entendimento da comunicação interpessoal em grupos ou equipes bem entrosadas.

Áreas. O conceito tem um modelo (esquema) de representação, que permite revelar o grau de lucidez nas relações interpessoais, subdividido em quatro áreas, analisando a manifestação e a autoimagem da conscin-cobaia.

Dinâmica. Para compreender o modelo de representação, imagine uma janela com quatro ângulos / lentes e em que cada um, corresponde a uma área anteriormente descrita, sendo a definição de cada uma delas. Abaixo este autor interpretou a contribuição das quatro lentes a partir da técnica de *Johari*:

1. **Área livre ou eu aberto:** zona de conhecimento intraconsciencial que integra conhecimento do ego e também dos outros – manifestação exposta e visível, conforme os outros e eu mesmo me vejo sem conflitos e sem medo.

2. **Área cega ou eu cego:** zona de conhecimento intraconsciencial apenas detido pelos outros e, portanto, desconhecido do ego. A pessoa apresenta telhado de vidro, pois não gosta ou não solicita *feedbacks*.

3. **Área secreta ou eu secreto:** zona de conhecimento intraconsciencial pertencente ao ego e não partilhada com os outros. Evidenciação do aspecto da conscin não autêntica, não revelando seu modo de atuar e usando autocorrupções e máscaras.

4. **Área inconsciente ou eu desconhecido:** maneira de manifestação que detem os elementos de uma relação em que nem o ego pessoal, nem os outros têm consciência ou conhecimento da realidade subterrânea ou insondável ainda. A área escura ou desconhecida é a realidade que eu desconheço e ninguém ainda foi capaz de perscrutar devido à carapaça criada.

Mitoclastia. Considerado aqui, como método, a janela de *Johari* com suas quatro possíveis percepções no binômio autocrítica-heterocrítica, favorece intensamente a quebra de mitos sobre si mesmo, independente da assessoria dos conscienciômetras docentes ou não.

Especificidade. A autopesquisa favorece a autolucidez. A ciência Conscienciologia desenvolve suas pesquisas enfatizando as abordagens lúcidas e relacionadas à qualidade de vida, centradas no autoconhecimento.

Contrapontologia. A seguir, apresenta-se contraponto entre a criticidade sadia e o exercício da hiper-crítica baratrosférica, aqui denominada de “malhação de Judas”, significando necessidade imatura de reafirmação de indivíduo ou de grupo.

Explicação. A chamada "malhação de Judas" é uma tradição que por muito tempo estava associada à pseudodiversão. Uma liderança negativa insuflava um grupo de linchadores, incluindo em sua maioria crianças. Elegia-se uma pessoa-alvo, representando-a por um boneco a quem linchavam, batendo com paus e jogando pedras como um modo de expressar a sua fúria contra alguém indesejado, numa catarse muito negativa. Prática semelhante é comumente encontrada no interior de seitas, grupúsculos e ambiente de trabalho sem liderança homeostática e ética.

Pseudojustiça. A figura de Judas Iscariotes, tida como traidor de Jesus Cristo, era a justificativa para a catarse dos linchadores, estimulando a loucura e a imaginação. A motivação da escolha do bode expiatório despertava o desejo de fazer pseudojustiça. Essa prática somente reforçava e exaltava a ignorância, a violência e a vitória da irracionalidade e dos assediadores acabava subjugando os grupos incautos.

Autocriticofilia. O exercício da autocrítica cosmoética é sadio. Aprender a gostar de autoanálises é essencial, diferente da autossabotagem, da vivência da baixa autoestima e de qualquer tipo de linchamento ou prática não assistencial da autocriticofilia.

Tabela. Com intenção de promover reflexão sobre a cultura da empresa em que se atua, na família ou nos diversos grupos, e no campo energético instalado pela manifestação da comunicação, convém analisarmos a qualidade e a homeostase da cultura coletiva nas suas mais variadas edições, seja construtiva ou destrutiva, com base na exacerbação da criticidade. Vejamos a seguir, tabela comparativa apresentando características da cultura sadia e da cultura da “malhação de Judas” (antitécnica da autopesquisa, representação da destrutividade nas inter-relações):

Tabela 1. Cultura da Criticidade Sadia / Cultura da Malhação de Judas

CULTURA DA CRITICIDADE SADIA	CULTURA DA MALHAÇÃO DE JUDAS
Amizade	Estranhamento
Esclarecimento e abertismo	Fechadismo, apriorismose e melindres
Sinceridade planejada	Impulsividade intempestiva
Admiração-discordância	Discordância agressiva
Lucidez omniquestionadora	Orgulho belicista
Predomínio da conscienciofilia	Predomínio da conscienciofobia
Doação sem ganhos secundários, nem cumplicidades	Competitividade e acerto de conta

Hipercriticismo. Quanto à heterocrítica, no capítulo 84 da obra 700 Experimentos da Conscienciologia (VIEIRA, 1994, p. 148), estão disponíveis mais de 30 variáveis ilustrando tanto a crítica cosmoética como a hipercrítica, baratroférica e anticosmoética.

Evitações. No exercício da criticidade sadia são sinalizadas cinco evitações e alertas a todo conscienciômetra ou participante das abordagens e dinâmicas do conscin-cobaia, ao modo das listadas na tabela 2.

Autodesassédio. Tanto o aprendizado quanto a estigmatização dependem da conscin-voluntária administrar seu processo com ênfase no autodesassédio. Esta autopesquisa tem a finalidade de desfazer a falácia de soluções mágicas; sem autocrítica constante e sem expansão contínua da autopesquisa não há consolidação da maturidade nem da evolução. A investigação conscienciométrica bem administrada requer dinamismo autopesquisístico assentado na autocrítica sadia constante.

Autoexposição. Através das observações no campo dos cursos conscin-cobaia, percebeu-se o enorme *gap* entre a realidade intraconsciençial e a “dimensão social”, ou o “socialmente correto”, tido como padrão das relações humanas, muitas vezes reduzidas apenas ao ofício laboral, papéis familiares e relações cheias de formalismo. Nesse sentido a autoexposição permite maior parapercepção.

Evitações. No exercício da criticidade sadia apontamos cinco evitações e alertas, a todo conscienciômetra participante das abordagens e dinâmicas do Curso Conscin-Cobaia ao modo das listadas na tabela 2.

Tabela 2. Evitações e Alertas

EVITAÇÕES	ALERTAS
Acumpliciamientos	Manter a isenção para melhor assistir, deixando afinidades e julgamentos de lado
Vampirismo grupal	Estar atento às oportunidades interassistenciais, inclusive às consciências energívoras
Estigmatizações cristalizadoras	Quando não há compreensão, nem afinidade interpessoal, questionar-se profundamente, e não perder a conexão com a interassistência
Apriorismose	A avaliação superficial e precipitada, atrapalha, assedia e traumatiza a consciência
Sarcasmo ou humor deslocado	Humor como fuga ou ataque, merece toda análise e autodiscernimento, de modo a evitar a intenção ambígua e sabotagens

Limites. Nem sempre é possível a purgação consciencial, na qual a consciência expõe mazelas, medos, inseguranças, sendo, contudo, factível a autopercepção maior, dependendo de abertismo e autocrítica sadias.

Autonomia. O processo de autopesquisa é autônomo, autocientífico; não é possível terceirizar as recins. O autorreajuste consciencial, na melhor das hipóteses, ocorre com orientação, *feedback* e aprendizado com base no exemplarismo dos outros. As dinâmicas da Conscius têm papel-chave na orientação, acompanhamento e auxílio dos pesquisadores da autoconscienciometria.

IV. AUTOCRÍTICA E AUTOPROÉXIS

Diferencial. A autocrítica cosmoética é importante diferencial na superação dos desafios intraconscien-
ciais que fazem parte do processo autoevolutivo, pois contribui para visão dos efeitos, consequências e do
avesso das ações da consciência. Somente a conscin dotada de autocrítica é capaz de entender e vivenciar
a responsabilidade da programação existencial.

Leis. Eis seis leis da proéxis, dispostas em ordem alfabética, citadas no Manual da Proéxis (VIEIRA, 1997, p. 20 e 21) as quais estão diretamente correlacionadas e trazem implícita a autocriticidade:

1. **Lei da adaptabilidade:** para ajustar as tarefas proexológicas, a aplicação da autocrítica otimiza reno-
vações ou ampliações.

2. **Lei da consciencialidade:** a noção de saldo ou débito holocármico, o tipo de próexis e a ficha evolu-
tiva pessoal somente são acessíveis se houver autocrítica lúcida e avançada.

3. **Lei da egocarmalidade:** toda proéxis tem a egocarmalidade intrínseca; não há como atingir a policar-
malidade sem a neutralização de aspectos essenciais egocármicos, os quais necessitam de autocrítica.

4. **Lei da interassistencialidade:** o executor da proéxis é o primeiro a ser assistido e beneficiado, desde
que vivencie a autocrítica e tenha capacidade de ser um *sempreaprendente*.

5. **Lei da intransferibilidade:** toda programação existencial é personalizada e intransferível, ajustada ao
perfil, traços e circunstâncias para aquela consciência.

6. **Lei da invulgaridade:** duas proéxis podem ser semelhantes, no entanto jamais idênticas.

V. EFEITOS DA SUPEREXPOSIÇÃO OU DA FUGA DA REALIDADE

Efeitologia. Este tópico visa discutir os equívocos de posicionamento perante o abertismo pessoal e,
também, as vezes que a conscin-cobaia desperdiça oportunidades evolutivas e as possíveis cunhas para auto-
assédio e heteroassédio, sendo oportuno o estudo dos efeitos da superexposição parva, e por outro lado, do
fechadismo covarde.

Autodiscernimento. Evolui mais quem desenvolve o autodiscernimento e depende cada vez menos da
opinião dos outros, sem cair no autismo ou no efeito dos modismos e da impulsividade amaurótica. A supe-
rexposição é marcada pela necessidade de aprovação, cumplicidade e falta de limites.

Transparência. Se a exposição, a transparência e o enfrentamento da realidade favorecem a cura e o au-
toesclarecimento, por outro lado, se mal-conduzida, ou excessiva, além de margens racionais, corre-se riscos
de derivar em mal-entendidos, apriorismos, intrusões, “estupros evolutivos” e estigmatização. Por outro lado,
torna-se injustificável a fuga da realidade, o fechadismo inoportuno, indo na contramão da interassistência.

Triunfalismo. Quando a pessoa foge da autorrealidade ou se expõe excessivamente, tende a recair no triunfalismo da autoimagem e na extrapolação do culto personalista. A pessoa torna-se mais facilmente refém de assediadores, quando dispensa a autocrítica lúcida ou a heterocrítica abalizada.

Fuga. Ao se jactar, a conscin está criando diante de si mesma um fosso, pois, por mais que tenha competência e qualidades nas suas manifestações e intenções, desconhece as consciências e a qualidade das intenções externas a si própria, sendo este um desafio paraperceptivo. É plenamente válido avaliar se a imaginação e o hábito do devaneio ininterrupto seriam fugas secretas.

Convívio. A conscin-cobaia voluntária mesmo estando em um patamar de autoconhecimento maior desperdiçará o convívio com pessoas que podem ajudá-la, se não expor também suas dificuldades, e não aceitar verificação de si e dos outros. Tudo é vão, quando apenas teórico, quando apenas especulativo, sem pragmatismo, nem coragem, nem vivência.

Questionamentos. É importante aprofundar os seguintes questionamentos: Por quê a pessoa se expõe em demasia? Haveria necessidade? Sinal de crise de crescimento, perda ou bússola desorientada, ou incapacidade de pensar por si própria, sobre seus desafios e virtudes? Ou ainda, transformar os ouvidos dos outros numa espécie de balcão sentimental, palco ou pura catarse?

Caminhos. Resta à conscin-cobaia autoencantada se abrir e enfrentar suas dificuldades e crises, pontos delicados; ou ainda, se fechar e adiar suas questões viscerais para o momento que considerar mais propício. O caminho da aceleração evolutiva está na consciência dos limites pessoais.

Adiamento. Vale enfatizar que a autofuga e a cristalização das autocorrupções que caracterizam a constante protelação e adiamento da assunção de responsabilidades evolutivas, são sinais claros de autocorrupção e covardia. Os traços conscienciais que geram desconforto não devem monopolizar a manifestação da consciência; sempre que possível se deve procurar produtividade com reflexão planejada e investir todo saldo e aprendizado, principalmente nos momentos de bonança. É através das ações diárias e sistemáticas que se atinge a meta almejada.

CONCLUSÃO

Técnicas. Não devemos ficar esperando os amparadores, nem dando trabalhos maiores para os mesmos. A melhor estratégia no intuito da autoaceleração evolutiva é a adoção de técnicas de autocrítica cosmoética aqui brevemente evocadas.

CPC. A técnica do código pessoal de Cosmoética é a aplicação, de maneira autoimperdoadora, inteligente, da melhor conduta na assunção das responsabilidades proexológicas.

Reatividade. A autocrítica, interrompendo as esquivas e o mau hábito de terceirizar decisões e percepções *ad eternum*, favorece o autoenfrentamento e o autoaprofundamento. Do contrário, a consciência pode tornar-se reativa, inviabilizando a reciclagem intraconsciencial.

Interassistência. A responsabilidade do conscienciómetra e do estudante teático da técnica da avaliação da consciência integral – conscienciograma, está em doar o laboratório consciencial (labcon), e respeitar interassistindo ante às mazelas dos ousados pesquisadores, candidatos à mudança de patamar intraconsciencial.

Proexologia. As leis da autoprogramação existencial: Adaptaciologia, Interassistenciologia, Invulgarologia, Intransferibilidade, Egocarmologia e Consciencialidade consistem em oportunas variáveis para autoavaliação, evitando o desperdício do tempo útil de vida de todos.

Serenismo. Segundo Vieira (1994, p. 480), *só a autocrítica e a heterocrítica implantam o serenismo consciencial*. O aprendizado com os *feedbacks*, as decorrentes recins e auto-observações anotadas e guardadas de modo superordenado, devem estar próximos, ou na exata medida do fôlego consciencial para aproveitamento dos aportes dos amparadores e a reperspectivação derivada do espelhamento consciencial parapsíquico.

Exemplarismo. A autocrítica sadia e cosmoética é conquistada antes de tudo pelo posicionamento consciencial (VIEIRA, 1997, p. 64) e tarístico.

Reciclagens. Vale a pergunta para finalizar este artigo: Como exemplificar a cosmoética? O tempo e a depuração das reciclagens intraconscienciais evidenciam os aportes, o crescendo das autossuperações evolutivas e a interassistência no desempenho da conscin avaliada, o que deve ser preferencialmente manifestação e intrafiscalização da realidade dos Cursos Intermissivos.

REFERÊNCIAS

1. **Scheidt**, Felipe; *Autocrítica*; Artigo; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 4; N. 4; Seção: *Temas da Conscienciologia*; Foz do Iguaçu, PR; Outubro-Dezembro, 2000; páginas 274 a 282.
2. **Vieira**, Waldo; *100 Testes da Conscienciometria*; 232 p.; 100 caps.; 14 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; Instituto Internacional de Projeiologia e Conscienciologia (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 1997; página 188.
3. **Idem**; *200 Teáticas da Conscienciologia: Especialidades e Subcampos*; 260 p.; 200 caps.; 13 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; Instituto Internacional de Projeiologia e Conscienciologia (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 1997; páginas 64 a 67, 73, 161 e 217.
4. **Idem**; *700 Experimentos da Conscienciologia*; 1.058 p.; 700 caps.; 147 abrevs.; 600 enus.; 8 índices; 2 tabs.; 300 testes; glos. 280 termos; 5.116 refs.; geo.; ono.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; Instituto Internacional de Projeiologia e Conscienciologia (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 1994; página 142 a 151, 480 e 749.
5. **Idem**; *Conscienciograma: Técnica de Avaliação da Consciência Integral*; Revisor Alexander Steiner; 344 p.; 150 abrevs.; 106 assuntos das folhas de avaliação; 3 *E-mails*; 11 enus.; 100 folhas de avaliação; 1 foto; 2.000 itens; 1 microbiografia; 100 qualidades da consciência; 100 títulos de folhas de avaliação; 1 *website*; glos. 282 termos; 7 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; Instituto Internacional de Projeiologia e Conscienciologia (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 1996; páginas 17.
6. **Idem**; *Homo sapiens pacificus*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.584 p.; 24 seções; 413 caps.; 403 abrevs.; 38 *E-mails*; 434 enus.; 484 estrangeirismos; 1 foto; 37 ilus.; 168 megapensenes trivocabulares; 1 microbiografia; 36 tabs.; 15 *websites*; glos. 241 termos; 25 pinacografias; 103 musicografias; 24 discografias; 20 cenografias; 240 filmes; 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; 2007; página 548.
7. **Idem**; *Manual da Proéxis: Programação Existencial*; 172 p.; 40 caps.; 17 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; 2ª Ed.; Instituto Internacional de Projeiologia e Conscienciologia (IIPC); Foz do Iguaçu, PR; 1997; páginas 20 e 21.

BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

1. **Vergara**, Sylvia C; *Métodos de Pesquisa em Administração*; 288 p.; 22 caps.; 240 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; *Atlas*; São Paulo, SP; 2005; página 185.

2. **Vieira**, Waldo; *Homo sapiens pacificus*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.584 p.; 24 seções; 413 caps.; 403 abrevs.; 38 *E-mails*; 434 enus.; 484 estrangeirismos; 1 foto; 37 ilus.; 168 megapensenes trivocabulares; 1 microbiografia; 36 tabs.; 15 *websites*; glos. 241 termos; 25 pinacografias; 103 musicografias; 24 discografias; 20 cenografias; 240 filmes; 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; 2007; página 714.

3. **Idem**; *Homo sapiens reurbanisatus*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.584 p.; 24 seções; 479 caps.; 139 abrevs.; 12 *E-mails*; 597 enus.; 413 estrangeirismos; 1 foto; 40 ilus.; 1 microbiografia; 25 tabs.; 4 *websites*; glos. 241 termos; 3 info-gráficos; 102 filmes; 7.665 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21 x 7 cm; enc.; 3ª Ed. Gratuita; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2004; página 274.

4. **Idem**; *Técnica Tertuliária*; disponível em: <http://www.tertuliaconscienciologia.org/index.php?option=com_docman&task=cat_view&gid=13&dir=ASC&order=name&Itemid=13&limit=20&limitstart=20>; acesso em: 15.10.12.

5. **Visintin**, Cristina; *Qualificação da Tenepes a Partir do Voluntariado no Tertuliarium*; VII Fórum da Tenepes & IV Encontro Internacional de Tenepessistas; Artigo; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 15; N. 2; 1 cronologia; 2 enus.; 1 quadro; 6 refs.; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; Abril-Junho, 2011; páginas 255 a 260.

