

Autovivências Orientadoras da Autopesquisa

Guiding Self-Experiences of Self-research

Autovivencias Orientadoras de la Autoinvestigación

Rosiris Castanheira*

*Psicóloga e Terapeuta Integrativa. Voluntária do *Instituto Internacional de Projeiologia e Conscienciologia* (IIPC).

rosirisgc@gmail.com

Relato recebido em: 31.12. 2020.

Aprovado para publicação em: 09.04.2021.

I. SÍNTESE DE FATOS E PARAFATOS AUTOVIVENCIADOS

Este relato traz a narrativa de fatos e parafatos ocorridos no período de setembro de 2019 a agosto de 2020 auxiliando-me no aprofundamento da autopesquisa para melhor compreensão dos episódios relacionados à dificuldade na autoexposição oral, resultando em alteração de rota consciencial para maior nível de lucidez na prática do hábito da gratidão inerente ao treinamento para a vivência da maxifraternidade.

EXPOSIÇÃO NO GPC PROJECIOLOGIA

Em setembro de 2019, ao participar da apresentação do artigo de coautoria do Grupo de Pesquisas Conscienciológicas (GPC) Projeiologia em *Seminário de Pesquisas Conscienciológicas* no *Centro Educacional de Autopesquisa* (CEA) do *Instituto Internacional de Projeiologia e Conscienciologia* (IIPC) em Belo Horizonte, passei por episódio constrangedor.

No roteiro da apresentação do seminário, seria a última a expor o relato. Mantinha o roteiro às mãos, sentia-me tranquila. Faltando 1 minuto para a colega antecessora terminar a exposição comecei a sentir espasmos no umbilicochacra repercutindo em fortes gases até chegar à boca impedindo-me a comunicação verbal. De imediato, solicitei ao mediador, próximo a mim, para exteriorizar energias para auxiliar-me na sustentação devido ao mal-estar repentino.

Diante daquela circunstância inesperada, senti naturalmente repercussões de nervosismo e vulnerabilidade, pois era o momento da minha apresentação e não sabia ao certo como conduzir a situação entrópica imposta. Percebi-me incapaz para iniciar a fala e quando consegui articular algumas trêmulas e poucas palavras, pedi ao público um pouco de paciência para me recompor.

Após aproximadamente 2 minutos, iniciei a apresentação e aos poucos fui assumindo o domínio energético da situação.

O meu relato trazia a constatação de avanços significativos de memórias de projeção semiconsciente e meu despertar para inserções de otimizações no dia a dia propiciando maior lucidez na dimensão extrafísica.

Fiquei com ressaca energética e mal-estar físico por alguns dias em decorrência da repercussão holossomática.

AUTOEXPOSIÇÃO DE CASUÍSTICA PESSOAL EM REUNIÃO DA EQUIPE DO TÉCNICO-CIENTÍFICO

Em 19 de junho de 2020, sexta-feira, ao participar da atividade da equipe do Técnico-Científico *on-line* do IIPC Belo Horizonte iria expor minha casuística para iniciar debate com os colegas voluntários auxiliando-os nas autopesquisas.

Estava tranquila, mas quando iria iniciar a autoexposição, de repente, surgiu obnubilação mental com incapacidade cognitiva e sintomas de mal-estar no umbilicochacra. Houve grande esforço de minha parte para efetivar a comunicação, a qual ocorreu com bastante dificuldade e *gaps* na fala. As anotações referentes à exposição estavam diante de mim, mas não facilitou no momento do bloqueio cognitivo.

WORKSHOP PARA A ESCRITA DO CURSO LIVRE

Nos dias 23 e 25 de junho de 2020, participei do *workshop on-line* para a escrita de Curso Livre para voluntários do IIPC. A primeira aula foi teórica e transcorreu muito bem, a segunda aula era a apresentação dos alunos sobre o conteúdo elaborado.

No segundo dia de curso, as exposições dos alunos ocorreram de acordo com o sorteio realizado, na hora, pela professora. Foram realizados vários sorteios e a cada vez passava mal com forte pressão extrafísica, taquicardia, espasmos no umbilicochacra, incapacitada na automanifestação cognitiva e da fala. Após o sorteio do colega, toda manifestação de mal-estar cessava. Enfatizo a ausência de expectativa negativa ou ruminação mental de minha parte. Sentia-me incapaz para mobilizar as energias e o contexto geral era de impotência. Por alívio não fui sorteada, faltando a apresentação de 4 alunos.

Na elaboração do Curso Livre, na tarde do dia 25 de junho, um destaque significativo foi a percepção da presença ostensiva do amparo propiciando-me fluxo fácil das ideias; em 1h30 tinha terminado a tarefa com a estrutura ideativa bem definida sentindo-me bastante satisfeita com o resultado e muito bem-disposta.

MEDIAÇÃO NO SEMINÁRIO DE PESQUISA

No dia 24 de junho de 2020, recebi o convite da coordenação da equipe do Técnico-Científico para ser mediadora de *Seminário de Autopesquisa Conscienciológica* no dia 26, daquela semana. As colegas escaladas anteriormente para a mediação tiveram imprevistos, ficando impossibilitadas para assumir o compromisso e eu fui a terceira convocada para a tarefa.

Inicialmente, senti forte impacto ao receber o convite devido a 2 contextos: a colega que fez o convite estava a par das minhas dificuldades pessoais; e, sentia-me fragilizada e impotente com os últimos fatos. Então, pedi tempo para analisar o convite e após 30 minutos decidi aceitar o desafio do autoenfrentamento. Para aceitá-lo considereei 3 fatores pontuais enumerados a seguir em ordem lógica:

1. Dependendo do que ocorresse durante a minha mediação, teria a oportunidade de explicar aos colegas, pois sentia-me em casa e o constrangimento seria menor.
2. O evento não teria divulgação pública, somente para voluntários do IIPC em Belo Horizonte.
3. Se não aceitasse o convite desencadearia conflito intraconsciencial advindo de sentimento de frustração em não ter enfrentado o problema, levando-me possivelmente à melin, ao auto e heteroassédio.

Na data da apresentação do seminário soube pela manhã, através da equipe técnica, da necessidade de gravação do seminário para futura divulgação pública e para o arquivo da instituição.

Naquele dia, eu estava um pouco tensa e optei em não almoçar para evitar produção de gases no momento do evento, profilaticamente, diante de possíveis dificuldades energéticas.

Ainda pela manhã tive várias demandas e conflitos familiares desencadeando tensões relativas a questões de saúde dos meus pais, muito idosos; precisei priorizar atendê-los sem demora. Estabeleci o período da tarde para trabalhar as energias com o intento de estabelecer relaxamento e desbloqueio das tensões do dia.

No trabalho energético realizado com duração média de 45 minutos, fiz limpeza energética do umbilico-chacra e, posteriormente, o fortaleci intencionalmente com energias imanentes; estabelecendo o propósito de paz e equilíbrio.

Durante a prática, percebi o acoplamento do amparo do meu lado direito; houve inspiração para exteriorizar energias fraternas para determinada pessoa da família com a qual havia tido dificuldades na interação durante o dia e assim identifiquei abertura energética expansiva trazendo-me repercussões impactantes.

O meu estado holossomático mudou completamente, sentia-me leve, autoconfiante e tranquila, estado nunca vivenciado antes. Percebia o amparo quase materializado, as energias contundentes lembraram-me o laboratório conscienciológico *Serenarium*. Esse acoplamento ostensivo permaneceu até às 21h, momento do término do trabalho da mediação do seminário.

Concomitantemente, eu estava estudando o tratado *Homo sapiens reurbanisatus* e após o trabalho energético citado retornei à leitura, sobre a “*Aquisição do Senso Universalista*” (Vieira, 2003, p. 848 a 853). As repercussões energéticas durante a apresentação do seminário foram as melhores possíveis. Em momento algum, senti a mínima repercussão energética entrópica; havia força presencial, autoconfiança e clareza mental, sentia-me equilibrada e segura, o bem-estar era enorme e sentia gratidão.

Identifico sincronicidade do tema estudado naquele dia, com todo o contexto ocorrido durante a mediação do seminário cujo tema abordado pela pesquisadora era orgulho.

Considero o resultado otimizado da vivência na condição de mediadora estar relacionado com a disposição no autoenfrentamento do orgulho, tema que venho trabalhando há algum tempo, possibilitando a manifestação do amparo.

Entendo que, quando nos dispomos em fazer o nosso melhor diante das situações, potencializamos e facilitamos energeticamente a presença interassistencial do amparo.

No dia seguinte ao seminário, houve atividade *on-line* do curso *Programa de Desenvolvimento Parapsíquico* (PDP) cujo tema era autonomia energética. Nesse encontro com duração de duas horas, senti repercussões energéticas positivas, presença do amparo, arrepios e banhos de energia em momentos diversos.

A sincronicidade do tema da atividade com as energias vivenciadas no seminário, sinalizou-me para a necessidade de focar em estudos e autopesquisa para melhor compreensão além da constatação de estar no caminho da busca da autonomia energética no ato do autoenfrentamento.

Os fatos energéticos entrópicos em circunstâncias distintas desde então não ocorreram mais.

Durante e após os eventos entrópicos, contatei alguns amigos, tidos como amparadores intrafísicos, e busquei preceptoria na intenção de melhor entendimento quanto à questão energética e consciencioterapia para identificar e superar gargalos.

Decidi, a partir de 26 de agosto de 2020, exercer em todo contato pessoal, a exteriorização das melhores energias, cultivando gratidão atenta às oportunidades para atuar com discernimento e lucidez.

Relato, na sequência, minhas autorreflexões e faço convite ao leitor(a) a oportunizar as suas próprias.

II. AUTORREFLEXÕES

Eis 10 autorreflexões procedidas perante os fatos e parafatos, segundo as autovivências, enumeradas a seguir em ordem funcional:

01. Podemos aproveitar as circunstâncias entrópicas para nos predispor ao movimento pró-evolutivo através da autopesquisa. Por exemplo, o estudo dos fatos e parafatos focados nos trafores e trafores possibilita avanços significativos na rota mais assertiva da interassistência.

02. O voluntariado é rico laboratório intraconscencial possibilitando auto e heterocríticas, contribuindo sobremaneira para aquisição de mais maturidade holossomática.

03. Não podemos esquecer dos pilares do paradigma consciencial; aplicar o *Princípio da Descrença*, buscando nos integrar cada vez mais na atuação atenta à multidimensionalidade, em tese uma realidade acessível a todos.

04. Na atual ressonância, perdi importantes oportunidades assistenciais devido ao orgulho e à preocupação de não expor fragilidades e dificuldades pessoais.

05. O orgulho é a trava do leme impedidora da condução do barco para a meta prioritária no cumprimento da proéxis.

06. É necessário assumirmos responsabilidades diante das dificuldades considerando serem oportunidades para aprendizado e crescimento pessoal.

07. A Conscienciologia oferece diversidade de recursos inestimáveis para a autopesquisa, a exemplo de técnicas, planilhas para a autopesquisa, cursos, extensa literatura, laboratórios, dinâmicas e outros.

08. O autoenfrentamento é recurso prioritário para a autoinocorrutibilidade.

09. O amparo não perde tempo. Quando me coloquei aberta ao autoenfrentamento utilizando recursos para o autofortalecimento holossomático com a intenção hígida de fazer o meu melhor abri campo energético homeostático propício para a manifestação ostensiva, pontual e assistencial do amparo.

10. Precisamos estar atentos aos fatos do dia a dia recorrendo sempre aos registros.

Eis 7 fatores facilitadores relativos às autovivências, de acordo com a ordem sequencial das auto-observações:

1. Houve decisão do autoenfrentamento com vontade e intencionalidade sadia.

2. A convicção íntima de que sem autoexperimentação não há recins.

3. Quando dispomos a interassistir facilitamos a atuação do amparo.

4. As amigadas acolhedoras nas dificuldades potencializam e estimulam o autoenfrentamento.

5. Não houve criação de expectativa negativa após a decisão de enfrentar o desafio, mantive a ortopense-nidade focada na otimização do trabalho a ser realizado.

6. Recursos utilizados: o estudo do tratado *Homo sapiens reurbanisatus* em grupo de conscienciólogos; o foco na aplicação diária de técnica visando a projeção lúcida proposta pelo GPC Projeciologia; o preenchimento de planilha diariamente com os fatos e parafatos observados; a ênfase na realização e registro de no mínimo 20 EVs por dia com as parapercepções das sincronidades.

7. Para que possamos desenvolver maior discernimento com atendimento assertivo na demanda prioritária é necessário abertismo a neofilia aliado ao parapsiquismo para identificar qual é a *bola da vez*.

Eis 7 fatores inibidores relativos às autovivências e autorreflexões enumerados na ordem sequencial das auto-observações:

1. Registros mnemônicos traumáticos relativos à hipótese de dessoma em praça pública decorrente de punição por algo malfeito.

2. Hipótese de retrocognição na qual utilizava a retórica para manipular as pessoas em proveito pessoal, em androssoma.

3. Contexto familiar de autocracia e repressão, dificultando desenvolvimento da comunicabilidade sadia.
4. Bloqueio do umbilicohacra apontando necessidade de desvendar as causas dos distúrbios.
5. Falta de percepção energética, vulnerabilidades a serem corrigidas e fortalecidas.
6. Bloqueios holossomáticos ainda desconhecidos, promotores da entropia energética.
7. Dificuldades no autodomínio energético, ocorrendo autoassédio criando *link* com heteroassédio.

Eis 7 indagações oportunizadas ainda a serem esclarecidas, descritas a seguir em ordem funcional:

1. O que tenho a aprender com tais fatos e parafatos?
2. Quais procedimentos e cuidados energéticos implantar usualmente para evitar tais ocorrências?
3. O que posso fazer habitualmente para aumentar conexão com o amparo de função?
4. Onde está o *gap* impedor de maior autonomia energética?
5. Nesse contexto de extrapolação junto ao amparo de função, há um recado claro: preciso mudar algo na minha vida, o que é?
6. Os amparadores estão me propiciando novas possibilidades de conquistas quanto à autonomia energética, o que preciso fazer como rotina útil? O que estudar e o que praticar?
7. Além da prática da gratidão e fraternismo quais outros recursos cosmoéticos devem ser inseridos contribuindo sobremaneira ao meu processo evolutivo e a ampliação das interassistências?

CONSIDERAÇÕES CONCLUSIVAS

A conquista da autonomia energética é fator preponderante e imprescindível para maior engajamento no trinômio gratidão-fraternismo-assistencialidade.

Considerando o princípio conscienciológico de os fatos e parafatos orientarem a autopesquisa, com base no exposto, conclui-se a importância das próprias experiências, parafraseando que as autovivências orientam a autopesquisa.

BIBLIOGRAFIA ESPECÍFICA

1. **Vieira**, Waldo; *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 infográficos; 102 filmes; 7.665 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21 x 7 cm; enc.; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciolgia* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2003; páginas 848 a 853.

