

ROTINA DE ESCRITA: EXERCÍCIO DE AUTODESASSÉDIO E PREDISPOSIÇÃO À AMPARABILIDADE

Leonardo Martins*

Especialidade. Grafopensenologia.

Resumo. O presente trabalho almeja elucidar o público em geral sobre a casuística pessoal do autor de como este conseguiu realizar um desassédio mentalsomático e, ao mesmo tempo, intensificar a conexão com amparadores extrafísicos a partir escrita rotineira das ideias que o vinham à mente sobre os desafios e tarefas do voluntariado no INTERCAMPI.

Palavras-chave. Amparo; Autodesassédio; Escrita.

INTRODUÇÃO

Objetivo. Este trabalho objetiva apresentar conteúdos que esclareçam sobre o processo da escrita rotineira, com base nas vivências pessoais do autor no voluntariado conscienciológico e enfatizando a inter-relação com o amparo de função.

Aplicação. Portanto, neste trabalho serão expandidos temas relativos à Conscienciológica, com o propósito de apresentar conteúdos práticos para a aplicação no cotidiano do leitor ou leitora.

Tares. Conforme o papel da tarefa do esclarecimento, ou tares, as escritas devem proporcionar informações que reperspectivem a condição existencial de quem as acessa, oportunizado reciclagens e mudanças pessoais.

Ferramentas. Com foco na autopesquisa, os conteúdos deste trabalho são, a princípio, ferramentas de auxílio para o leitor desenvolver o hábito da escrita.

Método. Este artigo foi produzido a partir do método de revisão das escritas pessoais durante os anos de 2015 e 2016 (referentes à gestão no Comitê Campus), mas,

* Graduado em Administração. Pesquisador e voluntário da Associação Internacional dos *Campi* de Pesquisas da Conscienciológica (INTERCAMPI). Docente e pesquisador da Conscienciológica desde 2015. medeirosmartins13@gmail.com

também, através do autoesclarecimento desse processo de escrita pessoal, em termos de proéxis, amparo e ortopensenidade, devido às autorreflexões empregadas.

Estrutura. No contexto deste artigo, para facilitar o entendimento de como a rotina de escrita pode proporcionar desassédio mentalsomático e, conseqüentemente, amparabilidade, faz-se relevante estruturar esse trabalho em quatro áreas-chaves: investimento mentalsomático, autodesassédio mentalsomático, amparabilidade e casuística, as quais estão organizadas para direcionar o leitor aos objetivos do artigo.

Áreas. São as áreas-chave do trabalho as 4 seguintes, em ordem sequencial do artigo:

1. **Investimento mentalsomático.** o investimento mentalsomático é a área que trata dos conteúdos sobre a qualificação da manifestação mentalsomática através do estudo, bem como das exigências e benefícios desta.

2. **Autodesassédio mentalsomático.** o autodesassédio mentalsomático é a área a qual explana sobre os assuntos relacionados aos desbloqueios da automanifestação mentalsomática.

3. **Amparabilidade.** a amparabilidade é a área cujo tema aborda os conceitos sobre a influência dos amparadores de função em nossa manifestação e conduta pessoais, enquanto técnicos evolutivos em colaboração à proéxis.

4. **Casuística.** A casuística é a área do artigo em que serão demonstrados fatos e parafatos da ocorrência pessoal do autor de como se dá a vivência da rotina de escrita.

Entendimento. Fora os temas principais a serem explorados neste artigo, há outros igualmente relevantes para o entendimento deste trabalho. São esses: a proéxis; o voluntariado conscienciológico; o Curso Intermissivo (CI); a ortopensenidade.

Proéxis. A proéxis é a programação existencial, o propósito e objetivos a serem cumpridos nesta existência humana pela conscin lúcida. Desse modo, sendo necessário evidenciar o conceito de proéxis para que façam sentido as argumentações sobre amparabilidade.

Voluntariado. Com base nisso, o voluntariado da Conscienciológica é uma diretriz inerente às proéxis dos intermissivistas – aquelas consciências que estudaram e planejaram essa atual existência antes da ressonância, em ambiente especializado, denominado Curso Intermissivo (CI) –, pois, os conteúdos do paradigma consciencial são as bases das ideias lecionadas no CI.

Ortopensenidade. A ortopensenidade é o conjunto de pensamentos, sentimentos e energias híginas, equilibradas e homeostáticas da consciência lúcida. Este padrão

pensênico é reverberação do nível de holomaturidade alcançado pela consciência. A ortopenidade entra no artigo como o resultado do autodesassédio mentalsomático.

I. INVESTIMENTO MENTALSOMÁTICO

Auto-organização. Dentro do processo de rotina de escrita, a auto-organização é o fator principal para a consciência lúcida, interessada na autocapacitação intelectual, conseguir incrementar o cotidiano pessoal de modo conciliatório as outras demandas da vida. Sem auto-organização, a pessoa não consegue manter ritmo de escrita, previsão de conclusão de trabalhos e cumprimento de prazos.

Capacidade. Nesse sentido, a auto-organização pessoal para construir uma rotina não deve ser algo forçado, à base de autopressão, para não ocasionar os estresses e conflitos pessoais. Por isso, toda transição de patamar e mudança deve ser planejada e gradual, de modo em que a rotina de escrita deva ser exercida conforme a capacidade da conscin, havendo a identificação e superação dos limites pessoais de modo racional e realista.

Hábito. Por exemplo, a pessoa pode se organizar para escrever uma vez por semana, em horário fixo, pré-definido. Em algumas semanas, será possível realizar um balanço das semanas em que houve produções e, com isso, avaliar se a meta será aumentada para duas vezes por semana. A partir da regularidade e completismo das metas, criar-se-á o hábito da rotina de escrita.

Apreço. Após a formação do hábito da escrita, a conscin desenvolverá o apreço pela atividade da escrita, evitando, dessa forma, possíveis conflitos íntimos derivados do incômodo de realizar uma atividade da qual não se gosta ou não possui desenvoltura.

Vontade. Nesse sentido, o que determina a fixação de metas de escrita, cumprindo-as e aumentando-as, é a força da vontade pessoal, em busca de autossuperação da capacidade intelectual.

Investimento. O desafio, contrafluxo, reciclagens e dificuldades envolvidas no processo de autodesassédio devem ser interpretados não como custos, mas como investimentos na automanifestação mentalsomática.

Ato. O investimento mentalsomático é o ato de priorizar os atributos conscienciais relativos ao paracorpo do discernimento: o mentalsoma.

Veículos. As consciências possuem veículos para se manifestarem em dimensões específicas. Por exemplo, o soma, ou corpo físico, é um veículo especializado para que

as consciências se manifestem nesta dimensão material, intrafísica, do elétron. Outros veículos como o Energossoma e Psicossoma, possibilitam que as consciências se manifestem com suas bioenergias e em dimensões extrafísicas, respectivamente.

Mentalsoma. Assim, o Mentalsoma é o veículo de manifestação consciencial responsável por imprimir ou conduzir as manifestações inteligentes, assentadas em atributos como racionalidade, juízo crítico, associação de ideias, discernimento, concentração, ponderação, criatividade, imaginação e outros.

Atividades. Por isso, quando é abordado neste trabalho que atividades de leitura, escrita, estudo e pesquisa são mentaissomáticas, é em função de estarem relacionadas aos atributos exemplificados anteriormente.

Resolução. Ainda, quando há dificuldade em manifestar essas atividades, configura-se o assédio mentalsomático, o qual tem sua resolução invariavelmente pelo próprio exercício de tais atividades. Isto é: capacitamos a leitura, lendo; a escrita, escrevendo; o estudo, estudando; e a pesquisa, pesquisando.

Tipologia. Embora o processo da escrita seja o foco do trabalho, existem outros tipos e meios de investimentos mentalsomáticos, como estes 7 listados abaixo, em ordem alfabética:

1. **Colecionismo:** o investimento em colecionar de artefatos do saber, sejam revistas, pedras, conchas e objetos específicos, com o objetivo de possuir miniuniverso de conhecimentos para as pesquisas e entendimentos pessoais, assim como o cultivo do apreço pelo conhecimento (Holotecologia).

2. **Curiosidade:** o investimento em frequentar bibliotecas, livrarias e sebos regularmente e a procura de novos itens de pesquisa, conforme a postura da curiosidade sadia pró-desenvolvimento mentalsomático.

3. **Eventos:** o investimento em ir a eventos culturais, sejam apresentações (teatro, dança, música etc.) e exposições (museus, galerias ou feiras), os quais possibilitem adquirir reflexões oportunas sobre o contexto evolutivo social o qual estamos inseridos, neste *zeitgeist* do século XXI, em plena Reurbex.

4. **Filmografia:** o investimento em assistir trabalhos filmográficos, como documentários e filmes, geralmente de longa-metragem, com o objetivo de analisar uma realidade com uma perspectiva diferente das fontes mais tradicionais de conhecimento (livros e notícias).

5. **Poliglotismo:** o investimento em aprender outros idiomas, facilitando o acesso a conteúdos de outros países, tais como livros, artigos e documentários, mas também exercitando a formação de neossinapses (Neuroplasticidade).

6. **Polimatia:** o investimento em aumentar o “léxico de autoconhecimentos”, na acumulação de assuntos muito além dos temas de interesse pessoal (Holofilosofia).

7. **Viagens:** o investimento em viajar com a finalidade e acuidade para compreender processos socioculturais, históricos, políticos, econômicos e geográficos além do *locus* de vivências pessoais (Cosmovisão e Anti-interiorose).

Fatores. Porém, existem fatores que podem auxiliar o modo como a consciência põe em prática sua autossuperação (autodesassédio), dos quais este autor considera relevantes: o conhecimento do tema de autopesquisa, gerenciamento dos estudos e o registro de autopesquisa.

Relevância. Os fatores supracitados foram considerados relevantes em razão de o autor ter observado a qualificação da escrita pessoal a partir de exercê-los.

Autopesquisa. Deve-se ter em mente que todo momento de atividade grafopensênica também é momento e fonte de autopesquisa, em função de expor os pensamentos, sentimentos e energias grafados pelo autor, mormente sua forma de pensar e raciocinar.

Motivação. Outro fator, além da exposição da autopenalidade, é a condição da escrita, logicamente, ser mais fluida e prazerosa caso trate de tema de estudo que seja de interesse ou gosto da consciência escritora, devido à motivação pessoal.

Importância. Com isso, tal motivação pessoal para escrever sobre o tema de estudo específico é muito importante na autopesquisa, pois, pode indicar traços pessoais (especialmente traços, ou traços-força) e afinidades de origem retroexistencial.

Gerenciamento. Devido ao tema de escrita envolver subtemas, tópicos, momentos de busca por fontes, fases de compilação de conteúdos e horas de escrita, é necessário haver organização e gerenciamento da produção grafopensênica, harmonizando (e não conflitando) com a rotina e agenda pessoais.

Cronograma. Assim sendo, com um gerenciamento bem realizado é possível montar o cronograma de andamento da escrita para mensurar as produções grafopensênicas, estabelecendo os dias, os horários e os temas ou partes da obra a serem trabalhados.

Registro. Por último, o ato de registrar o que foi escrito no dia ou na semana é um fator de qualificação da escrita porque permite a real mensuração do andamento da obra em questão, ou seja, do empenho e dedicação pessoal na escrita.

Profilaxia. Ao deixar de registrar pode ocorrer de a consciin escritora ficar sem noção da produtividade com o passar do tempo e achar, intuitivamente, que está em dia com o compromisso grafopensênico, quando na verdade não está. Em razão disso, efetuar registros do que foi produzido é profilaxia contra a produtividade grafopensênica deficitária.

Lucidez. Por isso, na opinião deste autor, o ato do registro é a etapa mais crucial do desenvolvimento mentalsomático, pois mantém a consciin escritora lúcida em relação a seu nível de desempenho.

Índices. Dessa forma, os registros funcionam também como índices de desassédio mentalsomático: o maior número de registros significa que está havendo maior esforço contra o assédio mentalsomático.

Caderno. Um bom método sugerido para auferir controle do que está sendo registrado, é a utilização de caderno pessoal ao modo de diário de registros, com finalidade exclusiva para tal, evitando misturar com outros tipos de anotações.

II. AUTODESASSÉDIO MENTALSOMÁTICO

Heteroassédio. De modo esclarecedor, o processo denominado de assédio, aqui entendido didaticamente enquanto heteroassédio – uma consciin infligindo seu padrão pensênico patológico a uma consciin – ocorre em função de haver um autoassédio, por parte da consciin, anteriormente.

Autoassédio. Assim, o autassédio ocorre quando o próprio padrão pensênico da consciin manifesta pensamentos e emoções patológicas, os quais favorecem o rapport da consciin a hábitos patológicos e, conseqüentemente, a consciências patológicas (assediadores).

Base. Ou seja, se a consciência já predispõe seu padrão pensênico compatível às energias negativas da pensenidade de um assediador extrafísico ou guia amaurótico, há, na verdade, um autoassédio que ocasiona um heteroassédio. Por isso é lógico afirmar que a base de todo heteroassédio é o autoassédio.

Autodesassédio. Tendo em vista a afirmação anterior, o autodesassédio ou a profilaxia do autassédio consiste na mudança do padrão pensênico pessoal, da condição mais patológica a condição mais homeostática.

Mentalsomático. Quanto ao autodesassédio mentalsomático, este consiste na qualificação do padrão pensênico pessoal para predominar a manifestação dos pensamentos (o pen do pensene) em detrimento das emoções e sensações. Ou, de outro modo, o predomínio da manifestação dos atributos mentaissomáticos.

Listagem. A título de esclarecimento, eis, abaixo e em ordem alfabética, listagem com 15 atributos mentaissomáticos pesquisados pelo autor, para que o leitor fique mais a par das formas com as quais pode-se exercer a manifestação mentalsomática:

01. **Associação de ideias.** o atributo de estabelecer relações entre ideias, conceitos e fatos.

02. **Concentração.** o atributo de focalizar a pensenização em área ou atividade específica.

03. **Conhecimento.** o atributo de acumular informações de diversas áreas.

04. **Criatividade.** o atributo de gerar novas ideias e soluções alternativas.

05. **Discernimento.** o atributo de qualificar as decisões para o que é certo ou errado.

06. **Imaginação.** o atributo de elucubrar cenários e situações fictícias.

07. **Intelecção.** o atributo de entender mensagens, símbolos, linguagens e processos.

08. **Inteligência.** o atributo de assimilar informações voltada para estímulo dos outros atributos mentaissomáticos.

09. **Interpretação.** o atributo de compreender ou decodificar o significado de informações e fatos.

10. **Juízo.** o atributo de atribuir valor a pessoas, fatos e situações.

11. **Lógica.** o atributo de analisar o pensamento para avaliar se o sentido é verdadeiro ou falso.

12. **Lucidez.** o atributo de estar atento e situado aos fatos e realidades ao entorno da manifestação consciencial.

13. **Memória.** o atributo de armazenar informações acerca de fatos e acontecimentos.

14. **Ponderação.** o atributo de comparar elementos diferentes para avaliar qual sobressai-se.

15. **Raciocínio.** o atributo de exercer a razão para compreender o real sentido de algo.

Ortopensividade. A ortopensividade é a pensividade hígida, assentada no predomínio da manifestação mentalsomática, predisponente para a lucidez consciencial e para qualificar a autoconduta evolutiva em interações interconscienciais mais equilibradas.

Fruto. Novamente, sendo a ortopensenidade um sinônimo de manifestação mentalsomática e essa manifestação o fator-chave para a desassedialidade, o fruto de todo autodesassédio é a ortopensenidade.

Desperto. Em função disto, a condição do desperto, ou o desassediado permanente total, não se trata apenas do nível de domínio bioenergético. Como apresentado, o desassédio – enquanto promotor da ortopensenidade – exige a predominância da manifestação mentalsomática sobre o domínio bioenergético e reeducação consciencial, logo, é consequência do domínio holossomático.

III. AMPARABILIDADE

Amparo. Em condição oponível à heteroassedialidade e, conseqüentemente, compondo auxílio à superação do autoassédio, o amparo é a interação consciencial entre amparador extrafísico de função e conscin assistida.

Amparadores. Os amparadores são as consciências com maior lucidez para o processo evolutivo, já despontando nível elevado de ortopensenidade, que canalizam sua manifestação consciencial para o ato de amparar outras consciências cujas ações possam melhorar o grupo evolutivo.

Intermissivistas. Na condição dos intermissivistas, os objetivos de melhoria da condição do grupo evolutivo mais próximo, assim como desenvolvimento das qualidades pessoais e reeducação dos traços negativos, já foram previamente estudados e definidos para compor a programação existencial, durante o Curso Intermissivo (CI).

Proéxis. Toda consciência está nesta dimensão humana com propósito. Todos nós temos nossos afazeres evolutivos nesta vida, aqui e agora. Porém, os objetivos e missões de vida ainda sim podem ser menos avançados do que a condição da proéxis, pois, esta é mais técnica, tendo em vista que fora preparada com apoio dos amparadores e orientadores evolutivos durante o CI.

Função. Desse modo, didaticamente, será abordado neste artigo a condição de os amparadores estarem mais próximos daqueles que possuem potencial maior de realização de proéxis, que é a condição do amparo de função – mais técnico e específico.

Conectar. E como a proéxis é personalíssima do intermissivista, o entendimento desta é ampliado quando este realiza o estudo de si mesmo: autopesquisa. Eis a importância da escrita, pois, quando escrevemos sobre nós mesmos o que é de nosso

interesse (autopesquisa), sendo de forma cosmoética, nos conectamos com as ideias mais próximas ou diretas de nossa proéxis.

Sintonia. Além do fato da escrita favorecer o autodesassédio mentalsomático, ou seja, o incremento de ortopensenidade, ela pode, ainda, nos conectar às ideias assistenciais acerca do modo de identificar as áreas de atuação evolutiva e de como pôr em prática nossos objetivos existenciais nesta dimensão respiratória. Para tanto, observando esse quadro de conexão às ideias do ponto de vista do amparador, é muito mais fácil deste conseguir entrar em sintonia com o assistido e realizar a assistência (pelo menos no momento da escrita).

Conexão. Lembremos que do mesmo modo do assédio interconsciencial (embora que com padrão oposto), o amparo depende da equalização das pensenidades amparador-assistido. Então, sendo a pensenidade do amparador mais hígida ou ortopensênica, a conexão com o amparo de função exige que a conscin proexista predisponha-se e coloque-se em situações que favoreçam o incremento ortopensênico.

Docência. Dessas situações que favorecem o incremento ortopensênico, é notável o papel da escrita (tema do trabalho). Mas, também é notável o exemplo da docência conscienciológica.

Ciclo. Concluindo, a atividade do investimento mentalsomático propicia o autodesassédio mentalsomático que por sua vez incrementa a ortopensenidade e estreita a conexão com os amparadores, os quais podem intensificar a carga de assistência e, assim, retroalimentando a condição do autodesassédio mentalsomático, ao modo do virtuoso ciclo autodesassédio predispondo à amparabilidade–amparabilidade favorecendo o autodesassédio.

IV. CASUÍSTICA

Ano-base. A percepção do autor de que a escrita é um instrumento para realizar o autodesassédio e aumentar a conexão com os amparadores deu-se a partir do ano de 2015, quando este iniciou o voluntariado conscienciológico e chegou à metade da graduação em Administração.

Insatisfação. Neste ano partiu do interesse pessoal a insatisfação com o a produtividade mentalsomática em relação à quantidade de livros lidos, textos escritos e horários de estudo para a universidade. Mas, também, a insatisfação devido às ideias

sobre o mundo, a sociedade e a evolução que vinham à mente do autor e não eram “colocadas para fora”, isto é, escritas.

Autoinvestimento. Diante disso, foi iniciado processo de investimento mentalsomático pessoal. O autor começou a estudar mais para a universidade, garantindo notas na média, no mínimo. Também comprou mais livros para ler, os quais eram sobre Conscienciologia, Administração e Política Internacional, em geral. E, conjuntamente, aprimorou a quantidade de escritos pessoais, na universidade e, principalmente, sobre o voluntariado.

Voluntariado. A despeito do processo proexológico, este artigo terá enfoque no contexto do voluntariado. Durante o voluntariado, o autor iniciou seus trabalhos no Comitê Campus, o qual estava desativado há alguns anos e retomou as atividades do comitê trazendo novas ideias e sugestões do que fazer com o projeto e de como conceituar o empreendimento.

Momentos. Nesse trabalho do comitê, algumas ideias ficarem latentes na cabeça ao ficar sozinho no horário do voluntariado. Estes momentos eram aproveitados para escrever sobre o que eu estava pensando, sempre relacionado ao Campus. Às vezes eu iniciava escrevendo e fazendo mapas mentais no quadro da sala de aula ou ia direto para o computador “tirar as ideias da mente”.

Anuário. A cada escrito, surgia uma nova pauta para ser trazida nas reuniões administrativas e, assim, surgiam novos debates que fomentavam novas ideias. Estas novas ideias eram escritas e transformadas em novos escritos e pautas, posteriormente. Com o acúmulo de escritos, o autor compila-los sob o título de Anuário do Comitê Campus (ACC), em função dos escritos ou artigos estarem organizados pela data de escrita, de janeiro a dezembro.

Patrocínio. A escrita do anuário trouxe à tona a condição de que “minhas ideias” não eram tão minhas. Em realidade, essas ideias foram patrocinadas pelos amparadores de função institucionais devido ao fato de o empreendimento Campus INTERCAMPI está sendo tocado novamente.

Campus. Vale lembrar que o *Campus* é o propósito institucional da INTERCAMPI e configura-se como o sinergismo de todos os esforços assistenciais tarísticos da INTERCAMPI. Dessa forma, trabalhar com o Campus é trabalhar com a qualificação da instituição em todas as suas áreas (360°). Eis o que explica o aporte dos amparadores.

Diferencial. Porém, como enunciado nas áreas-chave anteriores, o amparo necessita de uma contrapartida do assistido. Trabalhar no Comitê Campus não foi garantia de ter acessado ideias trazidas pelos amparadores. O diferencial que permitiu-me captar estas ideias foi o autodesassédio mentalsomático realizado antes e durante o processo de coordenação do Comitê.

Descompressão. O investimento no hábito da leitura e escrita regular de textos ajudaram a lidar melhor com a reflexão e interpretação, assim como organização das ideias, respectivamente. Esses atributos possibilitaram com que a cada escrita houvesse uma descompressão das ideias que me vinham à mente.

Analogia. Em uma analogia à Informática, a ideia captada, na mente, é uma espécie de arquivo compactado ou comprimido (*Winrar*[®]). No momento da escrita, descompactamos ou descomprimimos estes arquivos e podemos ver, materializadamente, seu conteúdo de forma mais organizada com detalhes só pensenizados na hora da escrita.

Autoguia. Desse modo, a partir do autodesassédio mentalsomático escrevendo rotineiramente sobre o Campus, foi possível intensificar fortemente a conexão com os amparadores, o que criou um mecanismo de autoguia: os próprios escritos eram os guias do que fazer no voluntariado (Comitê Campus).

Focar. Mas, além dessa questão pessoal do Anuário Comitê Campus, penso que toda conscin pode focar em uma área de estudo a qual envolva ou transpasse uma autodiretriz proexológica e manter a rotina de escrita.

Elementos. Conforme o caso do Anuário e as experiências do autor, existem sete (7) elementos que podem indicar se os temas escritos estão alinhados à proéxis – isto é, influência dos amparadores (amparo) – e exercendo autodesassédio mentalsomático (ortopensividade), conforme em ordem alfabética, a seguir:

1. **Cosmovisão.** O elemento de cosmovisão é resultado do empenho em refletir, raciocinar e organizar as ideias para escrever sobre um tema, facultando a condição de visualizar os múltiplos parâmetros acerca do tema tratado.

2. **Eureka.** O elemento da ideia genial ou a *eureka!* As ideias quando captadas podem surpreender a conscin como algo mais engenhoso, complexo ou criativo do que as pensenizações normais.

3. **Extrapolação.** Também em conformidade com outros elementos como Lei do maior esforço e *Eureka*, o elemento de extrapolação é a sensação pessoal de que o escrito em questão é a maior gescon produzida até então pela conscin. É percepção de que as capacidades grafopensênicas passaram os limites já experimentados antes.

4. **Heteroapoio.** O elemento do apoio das outras consciências que, ao tomarem conhecimento das ideias escritas, demonstram apoio e incentivo ao que foi grafado, assim como trazem as críticas construtivas e sugestões de correções (tares). É o apoio mentalsomático, racional, sem bajulações ou elogios para fazer média (tacon).

5. **Lei do maior esforço.** O elemento de sensação íntima em relação ao desempenho e esforço empreendido na escrita. Se a consciência sente que a escrita está fazendo jus a todo o tempo investido nela, há indicativo da lei do maior esforço. Por mais avançado que seja, tudo que é realizado em subnível ou abaixo de nossas reais capacidades (lei do menor esforço) indica predomínio do ego com foco somente no resultado para o universo pessoal.

6. **Prática.** O elemento da prática diz respeito à possibilidade de conseguir “tirar do papel” algumas ideias grafadas e realizá-las no contexto pessoal da assistência. Podem ser ações empreendidas como conversas, planejamentos, publicação de livros e elaboração de aulas, oficinas e cursos.

7. **Sincronicidades.** O elemento da harmonização, ou comumente coincidências, dos fatos ao fluxo cósmico, devido ao esforço dos amparadores em chamar atenção para informações específicas e o nosso *rapport* com o tema de escrita estudado ou pesquisado.

Resultados. Após as experiências apresentadas, este autor constatou 2 resultados mais expressivos, elencados abaixo, alfabeticamente:

1. **Escritos.** a finalização das escritas de dois volumes do Anuário Comitê Campus, referentes a 2015 e 2016.

2. **Voluntariado.** ampliação da assistência no voluntariado, saindo da coordenação do Comitê Campus após o término da gestão e assumindo a coordenação-geral INTERCAMPI, biênio 2017-2018.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclusão. Diante dos conteúdos tratados no artigo, é possível compreender melhor as relações entre autodesassédio mentalsomático, amparo e próxis; e a base de tudo começando pelo investimento na autocapacitação mentalsomática. Por isso é possível concluir o quão lógico é afirmar que as oportunidades evolutivas se abrem quando nos qualificamos mentalsomaticamente.

Conteúdos. Contudo, espero que estes conteúdos tenham sido de relevância à consciência que os leu e que estes possam também ajudar na identificação das ferramentas e metodologias pessoais de autopesquisa.

REFERÊNCIAS

CUNHA, Fernanda. **Exercício Mentalsomático**; verbete; In: Vieira, Waldo; (Org.); Enciclopédia da Conscienciologia digital; Associação Internacional Editares; & Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2014.

VIEIRA, Waldo. **Autodesassedialidade**; verbete; In: Vieira, Waldo; (Org.); Enciclopédia da Conscienciologia Digital; Associação Internacional Editares; & Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2008.

Idem. **Priorização Mentalsomática**; verbete; In: Vieira, Waldo; (Org.); Enciclopédia da Conscienciologia Digital; Associação Internacional Editares; & Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2010.