

## A REALIDADE CONSCIENCIAL NA REESTRUTURAÇÃO PENSÊNICA

Meire Vieira - Psicóloga e Pesquisadora da Conscienciologia  
meirevieirarp@hotmail.com

**Resumo:** Mostra de que forma o medo de errar, o auto-engano e as resistências pessoais transformam-se em barreiras para a reciclagem existencial. Apresenta a reestruturação pensênica e o uso dos mecanismos assistenciais na condição de ferramentas evolutivas fundamentais para a recéxis. Conclui que a compreensão profunda dos sentimentos pessoais contribui para a reestruturação e a auto e hetero-assistência.

**Palavras-Chave:** *Auto-engano; realidade consciencial; reciclagem consciencial; auto-superação.*

Ao conhecer as idéias de ponta da Conscienciologia, a conscin predisposta manifesta uma tendência em pensar nas reestruturações necessárias para melhorar seu rendimento evolutivo. Esse mecanismo pode levar a uma revisão de conceitos a respeito de erros e acertos, concepções de vida e, especialmente, sobre a forma pela qual as consciências se posicionam diante da vida e dos relacionamentos.

Historicamente, e porque não dizer pluriexistencialmente, há uma tendência entre as consciências em esconder os erros até de si mesmas. Isso ocorre porque os condicionamentos socioculturais da maioria das sociedades humanas apontam os erros de forma a denegrir uma pessoa. Há um idealismo que venera quem sempre acerta, o perfeito. A demanda em ser aceito, em conquistar a apreciação do outro, impõe um ideal de não se cometer erros. Por “erro” compreende-se neste texto não apenas condutas antievolutivas, mas também as *imaturidades conscienciais*.

A demanda da conscin em ser aceita é equivalente à demanda por amor que aflora nas primeiras relações entre o bebê e a mãe. A sobrevivência do bebê, desde os primeiros dias de vida, depende exclusivamente dos cuidados da mãe ou de quem exerce a função materna. Na medida em que a criança vai adquirindo autonomia, espera-se que essa dependência seja superada. No entanto, observa-se em alguns casos que a demanda por amor permanece e pode adquirir um caráter patológico caso a pessoa se fixe nesta condição. Uma das conseqüências é a dificuldade em expressar sua individualidade por medo de “desagradar”, de não ser mais aceita ou amada.

O medo da rejeição pode apresentar profunda relação com a própria resistência do indivíduo em se autoperceber. Ajuda a criar as ilusões pessoais elaboradas para fugir da própria realidade. As consciências aprendem a mascarar sua condição, a esconder as fraquezas.

O impacto do auto-engano é tão forte que a própria realidade consciencial fica camuflada para a pessoa. E, na maioria das vezes, só para a pessoa, porque ela acaba sendo perceptível aos outros. É nesse sentido que um grupo com propósito assistencial e cooperativo pode catalisar a evolução pessoal de seus integrantes. No grupo, o espelhamento, ou seja, o ato de se perceber em alguém para revisar conceitos e atitudes pessoais, provoca um choque na realidade pessoal. Ao passar a fase das resistências, o espelhamento mostra à pessoa o que ela tenta esconder.

Pela psicanálise, essa imagem idealizada que as pessoas têm delas mesmas é chamada de eu-ideal, uma condição criada a fim de atenuar o sofrimento e angústia que a própria realidade impõe à consciência. No mecanismo do eu-ideal, a pessoa foge de si mesma e vive em esconderijos psíquicos. O objetivo desse mecanismo é evitar o contato da pessoa consigo mesma, pois assim se negam sentimentos e desejos.

É inviável pensar em reciclagens, sem o contato íntimo com a própria realidade *consciencial*. Essa condição tende a ser uma das mais difíceis de ser superada. É preciso muita coragem a fim de olhar para si mesmo e ver-se na totalidade, analisando tanto os aspectos “bons” quanto os “maus” - “a sombra de si mesmo”, em uma linguagem *junguiana*.

Extrapolando a interpretação *junguiana*, pode-se compreender por “sombra” aspectos pluriexistenciais relacionados a um comportamento automimético desnecessário, ou seja, ações realizadas sem que houvesse rendimento evolutivo. A *sombra* integra a consciência em sua totalidade, ou o *self* integral, que também contém os traços ou características da consciência adquiridas mediante auto-superação, hoje traços fortes de sua personalidade.

O engodo ocorre porque ao esconder os traços, a consciência deixa de utilizar seus potenciais, deixa de fazer o que precisa para o auto-resgate, o ponto inicial de sua retomada evolutiva. Ao afastar os incômodos, a consciência distancia-se também da oportunidade do enfrentamento. Por meio do auto-resgate, podem ser rompidas barreiras de tamponamento do eu-ideal para chegar ao eu-real, a partir do qual é possível operacionalizar mudanças.

Resquício de um passado recente, ainda é comum a utilização de mecanismos repressores - dentre estes, “vigiar os próprios pensamentos”- quando se pensa em reestruturação *pensênica*. Um mecanismo repressor, por mais sutil que seja, somente afasta a pessoa de sua própria realidade, comprometendo com isso a oportunidade de reestruturação real.

Porém, para reestruturar sem reprimir, sem cair na autculpa e nem tampouco se comprazer com a situação quando já identificamos certas tendências antievolutivas, o caminho é o do entendimento profundo de si mesmo, da auto-observação, do modo pelo qual as tendências atuam. É preciso identificar os mecanismos mantenedores dessa estrutura, o que está subjacente, quais os ganhos secundários, ou seja, qual o prazer que ainda existe para continuar funcionando no antigo *modus operandi*. Essa abordagem compreensiva de si mesmo abre as portas para a reestruturação, produzindo efeito assistencial também nas companhias *extrafísicas* da consciência. Pela afinidade *pensênica*, elas podem estar acopladas à conscin e paralisadas evolutivamente nos mesmos *mataburros*.

Dessa forma é possível sair dos ciclos recorrentes, automiméticos, e passar ao ciclo assistencial. Paradoxalmente, por meio das reciclagens conscienciais, do burilamento interior com auto-superação, consegue-se efetivamente atuar de modo assistencial. A ressonância da reciclagem consciencial atinge as esferas intra e extrafísicas, ampliando o potencial da assistência.

Os mecanismos repressores atuam especialmente nos sentimentos que, por vezes, estão incoerentes com o que se julga ser o melhor, o mais evoluído. Aprender a trabalhar com os próprios sentimentos sem se render à intensidade que apresentam, em outras palavras, a partir do mentalsoma é outro desafio da *reestruturação pensênica*.

As *automimeses* estão ligadas à forma com que se lida com os próprios sentimentos. Nesse contexto, a reestruturação *torna-se algo fundamental para a evolução da* consciência.

Emoções não compreendidas provocam sintomas, ou seja, podem ser identificadas, tal qual acontece nas *somatizações*, por exemplo. Essa condição impõe à pessoa um impedimento a mais na reestruturação almejada de forma equivocada, na qual não se trabalha com as próprias emoções ou se tenta enquadrá-las de forma rígida e inflexível.

A *reestruturação pensênica* ocorre *intraconsciencialmente* a partir de uma referência pessoal. Não pode ser confundida com substituição de padrão antievolutivo por padrão pró-evolutivo. Tampouco com a extirpação de partes negativas de si. Antes, é uma conquista da consciência, uma transformação íntima que acontece de forma lenta, intensa e permanente.

**Conclusão:** Olhar para si mesmo e compreender a própria realidade consciencial é um passo fundamental para a reestruturação *pensênica* porque não há como mudar algo que nem sequer se conhece em profundidade. Esse olhar para si mesmo, sem auto-enganos, repressões ou pré-julgamentos passa pela compreensão profunda dos próprios sentimentos e formas de ação, ou seja, da maneira como a estrutura pessoal é estabelecida. O entendimento proporciona uma reestruturação de bases pró-evolutivas porque possibilita a assistência a si mesmo e a outros (conscins e consciexes) que se encontram no mesmo padrão.

## REFERÊNCIAS:

**Curso Autoconscientização Multidimensional - Conscienciologia Aplicada.** (Associação Internacional para a Evolução da Consciência - ARACÊ) de junho/2000 a junho/2002, 3ª turma de São Paulo (anotações das aulas);

GIANNETTI, E. **Auto-engano.** São Paulo: Cia das Letras, 1997.

JUNG, C.G. **Fundamentos de psicologia analítica.** Tradução de Araceli Elman; 3ª. ed. Petrópolis: Editora Vozes, 1985.

OLIVEIRA, S. W. **Reforma íntima sem martírio – as dores psicológicas do crescimento interior.** Psicografia de Ermance Dufaux. Belo Horizonte: Editora Inede, 2003.

VIEIRA, W. **700 experimentos da Conscienciologia.** Rio de Janeiro: Editora IIPC, 1994