

■ AUTOCONSCIENCIOTERAPEUTICOLOGIA

Autoconsciencioterapia aplicada ao *Trinômio Apriorismose-Pessimismo-Autoinsegurança*

Autoconsciencioterapia aplicada al Trinomio Apriorismosis-Pesimismo-Autoinseguridad

Self-conscientiotherapy applied to the Trinomial Apriorismosis-Pessimism-Self-insecurity

Rômulo César Silva

Consciencioterapeuta, graduado em Psicologia e bacharel em Ciência da Computação, especialista em Neuropsicologia, mestre e doutor em Ciência da Computação, romulocesarsilva@gmail.com

RESUMO. Este artigo, fundamentado nas vivências do autor, apresenta análise do *trinômio apriorismose-pessimismo-autoinsegurança* e as implicações antievolutivas decorrentes da manifestação desses traços. A metodologia utilizada baseou-se em experimentação prática na condição de evoluciente, pesquisas bibliográficas, aplicação de técnicas autoconsciencioterápicas e registro dos respectivos resultados, além de projeções lúcidas e experiências parapsíquicas na tenepes. Conclui demonstrando indicadores de autossuperação pela conquista da condição de *cético-otimista-cosmoético*.

Palavras-chave: autodesperticidade; autojustificativa; autopusilanimidade; benignidade; *cético-otimista-cosmoético*; pseudoautossegurança.

RESUMEN. Este artículo, basado en las experiencias del autor, analiza el *trinomio apriorismosis-pesimismo-autoinseguridad* y las implicaciones antievolutivas de la manifestación de estos rasgos. La metodología utilizada se basó en la experimentación práctica como evoluciente, la investigación bibliográfica, la aplicación de técnicas autoconsciencioterápicas y el registro de los respectivos resultados, así como proyecciones lúcidas y experiencias parapsíquicas en la teneper. Concluye demostrando indicadores de autosuperación a través de la conquista de la condición de *escéptico-optimista-cosmoético*.

Palabras clave: autodesperticidad; autojustificación; autopusilanimidad; benignidad; *escéptico-optimista-cosmoético*; pseudoautosseguridad.

ABSTRACT. This article, based on the author's experiences, analyses the *trinomial apriorismosis-pessimism-self-insecurity* and the anti-evolutionary implications resulting from the manifestation of these traits. The methodology used was based on practical experimentation as an evoluent, bibliographical research, application of self-conscientiothe-

rapy techniques and recording the respective results, as well as lucid projections and parapsychic experiences in penta. It concludes by demonstrating indicators of self-overcoming through the conquest of the condition of *sceptic-optimist-cosmoethical*.

Keywords: self-depeticity; self-justification; self-pusillanimity; benignity; *skeptical-optimistic-cosmoethical*; pseudo-self-security.

INTRODUÇÃO

Definição. O *trinômio apriorismose-pessimismo-autoinsegurança* é a sequência encadeada de traques da conscin, homem ou mulher, embasando comportamentos e ações de evitação de autenfrentamentos naturais e necessários à conquista da condição de ser desperto – minipeça do maximecanismo interassistencial multidimensional –, atravancando a autevolução.

Apriorismo. O apriorismo em si tem caráter neutro, sendo o ato de raciocinar e estabelecer julgamentos *a priori*, isto é, afirmados ou constituídos a partir de pressupostos gerados no interior da própria razão, sem a experiência prática.

Parapatologia. Segundo Vieira (2023, p. 2.207), a apriorismose é a condição parapatológica cronicificada do apriorista, homem ou mulher, somente capaz de raciocinar *a priori*, a partir de elementos prévios fixados, sem exame, análise ou verificação, independente da factividade ou da parafactividade. Preconceitos, superstições, ideias fixas, achismos e dogmas pessoais são alguns exemplos de apriorismoses.

Apriorismose. Para esse mesmo autor, “A apriorismose é o engessamento da autopenalidade na condição da falsa realização ou imaturidade mentalsomática, impedindo os neopensenes, a recéxis e a dinâmica evolutiva” (Vieira, 2023, p. 2.209).

Pessimismo. Concernente ao *Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa* (2001, p. 2.201), o pessimismo é a tendência para ver e julgar as coisas pelo lado mais desfavorável. Revela a disposição de quem sempre espera pelo pior.

Autoinsegurança. A autoinsegurança é a condição ou característica da pessoa insegura consigo mesma, sentindo-se desprotegida ante a vivência do dia a dia, com falta de confiança nas próprias qualidades ou capacidades (Vieira, 2023, p. 4.921).

Potenciais. A autoinsegurança é a resultante final, derivada do encadeamento dos traques apriorismose e pessimismo, passível de manifestar-se em diferentes áreas e situações da vida humana, sendo fator limitante para o desenvolvimento pleno e saudável dos potenciais da conscin.

Objetivo. Este artigo objetiva apresentar a vivência autoconsciencioterápica deste autor, fundamentada no mapeamento do mecanismo de funcionamento patológico do *trinômio apriorismose-pessimismo-autoinsegurança*, e no desenvolvimento de esquemas de autenfrentamento visando à ampliação da autoconfiança e à conquista da condição de *cético-otimista-cosmoético* (COC).

Metodologia. As metodologias utilizadas foram a pesquisa bibliográfica e a experimentação prática em atendimentos na condição de evoluciente na Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC), abrangendo a aplicação de técnicas autoconsciencioterápicas e o registro dos respectivos resultados, além de projeções lúcidas e experiências parapsíquicas durante a tenepes.

Estrutura. O artigo está organizado em 3 seções:

- I. **Análise do *trinômio apriorismose-pessimismo-autoinsegurança*.**
- II. **Autoconsciencioterapia.**
- III. **Indicadores de autossuperação.**

I. ANÁLISE DO *TRINÔMIO APRIORISMOSE-PESSIMISMO-AUTOIN-SEGURANÇA*

Redutores. Tanto a apriorismose quanto a autoinsegurança são redutores do auto-discernimento, isto é, diminuem o nível de autolucidez, inteligência e elaboração lógica da pensenização própria e ininterrupta da conscin (Vieira, 2004, p. 573).

Intraconsciencialidade. Eis 7 manifestações intraconscienciais estreitamente relacionadas à apriorismose: (i) a qualidade das pressuposições; (ii) a inflexibilidade cognitiva; (iii) a monovisão parcelada; (iv) a sabedoria imaginária; (v) o fechadismo consciencial; (vi) o bloqueio da criatividade; (vii) a ausência do princípio da descrença.

Parafisiopatologia. A apriorismose é autassédio mentalsomático, em que o *pen* do *pensene*, na condição de ideia fixa, direciona o *sen* e o *ene*, refletindo-se no comportamento da conscin.

Parafisiologia. Conforme Vieira (2014, p. 447), a apriorismose é a antepenúltima realidade a mudar na consciência, seguida do autotemperamento e, por último, do autopacérebro.

Tautopen senidade. O patopen sen característico da apriorismose é o tautopen sen, representado pela repetição de mesma ideia ou conceito por palavras diferentes, porém sem acrescentar informações novas. Assim, a apriorismose tem estreita relação com o monoideísmo, dificultando a captação de neoverpons e a manifestação da criatividade.

Contraste. Enquanto as ideias fixas, em geral, resultam de automimeses de vidas anteriores, reforçadas pela mesologia da vida atual, as neoideias relativas à autevolução, assimiladas pela consciex durante o Ccurso Intermissivo (CI), tendem a tornar-se inatas após a ressonância.

Pseudocompletismo. A conscin apriorista típica, conhecida popularmente por *sabichão* ou *sabichona*, manifesta sabedoria imaginária e considera, invariavelmente, corretos os próprios conceitos e opiniões, menosprezando as heterocríticas recebidas.

Exemplologia. Eis 3 exemplos de comportamentos embasados na apriorismose:

1. **Antidiscernimento:** a militância política e ideológica se sobrepondo à realidade dos fatos.
2. **Antifraternismo:** os preconceitos relacionados a etnias e gêneros.

3. Doutrinação: o fundamentalismo religioso.

Psicologia. De acordo com pesquisas da ciência convencional, especificamente da Psicologia Cognitiva, o pessimismo é reação construída a partir de experiências de desamparo aprendido. A pessoa tende a ver seus atos como inúteis (Seligman, 2019, p. 100), apresentando explicações para os próprios fracassos e frustrações, segundo 3 dimensões: permanência, abrangência e personalização.

Dimensões. Essas dimensões são exemplificadas por frases típicas mostradas na tabela 1 (Seligman, 2019, p. 70 a 77):

1. **Permanência.** A permanência refere-se à percepção do tempo de duração da situação observada, de caráter permanente ou temporário.
2. **Abrangência.** A abrangência relaciona-se com a suposta quantidade de casos, de caráter específico ou universal.
3. **Personalização.** A personalização refere-se à atribuição de responsabilidade pela situação analisada, de caráter interno ou externo.

TABELA 1. EXEMPLOS DAS DIMENSÕES DO ESTILO EXPLICATIVO.

Dimensão	Estilo Explicativo	
	Pessimista	Otimista
Permanência	“Nunca encontro vaga para estacionar o carro.”	“Hoje está mais difícil encontrar vaga.”
Abrangência	“As pessoas não são confiáveis.”	“Esta pessoa não é confiável.”
Personalização	“Não tenho talento para escrita.”	“Não treinei o suficiente para ter facilidade para escrever.”

Medo. O medo é emoção básica da autoinsegurança. Ele é redutor do autodiscernimento, de base psicossomática, passível de se apresentar sob diversas formas, tais como: (i) perigo imaginário; (ii) entredúvida; (iii) megacarência cronicificada; (iv) interrogações mortificantes; (v) perturbação causada pela incerteza; (vi) autoboicote; (vii) *grilo*; (viii) remorso; (ix) autoculpa; (x) timidez; (xi) pusilanimidade; (xii) incerteza econômico-financeira; (xiii) ciúmeira; (xiv) covardia.

Contraponto. Segundo Vieira (2014, p. 438), o autassédio é a insegurança básica, embasando todas as outras expressões dessa condição. De modo inverso, a autodesperticidade é a autossegurança básica, assentando todas as outras seguranças.

Mesologia. As autoinseguranças podem ser geradas e/ou reforçadas pela mesologia, quando o ambiente de convívio tem caráter repressor, em que erros não são tolerados e nem compreendidos como experiências e oportunidades de aprendizagem. Reforça-se o medo de errar, levando a conscin a se esquivar de situações nas quais potencialmente possa cometer falhas. Entre os âmbitos mesológicos comumente repressores, cita-se a família, a escola, o trabalho.

Faixa. Para o pré-serenão, a mesologia atua mais vigorosamente durante a fase da infância e da adolescência, em que a maturidade biológica está em processo de consolidação.

Paragenética. É importante salientar que, embora a mesologia possa contribuir para determinados comportamentos, estes têm, em geral, raízes paragenéticas consolidadas em múltiplas existências. Por isso, é mais relevante à conscin interessada na reciclagem intraconscencial (recin) identificar os traços conscienciais mantenedores de tais comportamentos a meramente procurar explicações em fatos/eventos apenas da vida atual.

Efeitos. Sendo antagônica à autoconfiança, a autoinsegurança pode afetar negativamente a autestima. Segundo Branden (2001, p. 9), a autoestima é a soma da autoconfiança e do autorrespeito, sendo experiência íntima.

Antipodia. A situação antípoda ao *trinômio apriorismose-pessimismo-autoinsegurança* é a vivência da condição de *cético-otimista-cosmoético* (COC), na qual o princípio da descrença é adotado como metodologia autopesquisística a fim de evitar a apriorismose e manter o abertismo consciencial aos autexperimentos geradores de aprendizado evolutivo. Simultaneamente, a postura otimista funciona ao modo de combustível para as reciclagens intraconscienciais e a atuação cosmoética sustenta a conscin na condição de minipeça do maximecanismo interassistencial multidimensional.

Pseudoceticismo. O ceticismo materialista é condição apriorista, pois nega previamente a multidimensionalidade, enquanto o ceticismo multidimensional abrange o abertismo consciencial favorecendo as vivências parapsíquicas.

Omnipesquisa. A técnica da *omnipesquisa permanente* (Vieira, 2004, p. 136) consiste no emprego de atitude cordial e otimista, mas ininterruptamente cética, cosmoética e refutadora ante os estímulos entrópicos onipresentes no holopensene patológico da Socin. Pode ser utilizada como técnica de autenfrentamento do *trinômio patológico apriorismose-pessimismo-autoinsegurança*.

II. AUTOCONSCIENCIOTERAPIA

Autodiagnóstico. Ao fazer autorreflexão sobre comportamentos adotados em diversas ocasiões da vida atual, o autor percebeu-se frequentemente fugindo de situações que envolvem liderança e/ou responsabilidade sobre outras pessoas.

Pessimismo. Durante a análise das emoções presentes em tais situações, observou-se o sentimento de menos valia e, portanto, a autoconfiança deficiente. Além disso, notou-se o apriorismo subjacente, de natureza pessimista, com ideias do tipo *não vou dar conta* ou *não vai dar certo*. Assim, o tragar mais aparente nessas manifestações era a autoinsegurança, sendo o autodiagnóstico inicial.

Autoinvestigação. A *técnica da autobiografia consciencial* (Almeida; Haymann & Remedios, 2022, p. 880) foi aplicada na autoinvestigação para compreender a construção do comportamento disfuncional ao longo da vida. Realizou-se o levantamento de situações e fatos ocorridos desde a infância, sobretudo os que evidenciaram traços conscienciais de autoinsegurança, destacando-se: rigidez, apriorismo, pessimismo e religiosidade.

Religiosidade. O traço da religiosidade apresentava-se na busca de suposta perfeição, fundamentado em autoimagem idealizada de comportamento modelo a ser seguido, recaindo, por vezes, na *síndrome do bonzinho*. Além disso, o erro era entendido sob perspectiva negativa, devendo, portanto, ser evitado ao máximo, ao invés de ser compreendido como parte do processo de aprendizagem. O efeito era a autoexigência exagerada, impossível de ser satisfeita, e gerava autoimagem negativa, diminuindo a autoestima.

Autopensenidade. Detectou-se o traço da religiosidade com a identificação de autopenses não verbalizados, ao modo dos 2 exemplos a seguir:

1. **Autengano.** *Eu não posso errar*; mito da busca pela perfeição.
2. **Autovalor.** *Eu não sou bom o suficiente*; humildade ou menos valia.

Apriorismose. Ideias preconcebidas foram observadas na autoinvestigação, ao modo das 3 seguintes:

1. **Rigidez.** Preconceitos contra conscins, grupos ou instituições específicos ou expectativas quanto aos comportamentos alheios em determinadas situações, dificultando enxergar a singularidade consciencial.
2. **Esquiva.** Crença de que ocupar determinada função acarreta dissabores.
3. **Pessimismo.** Ao analisar as possibilidades relacionadas a alguma situação, pensar primeiro ou apenas na pior opção.

Extrapauta. A rigidez também se manifestava por meio da tendência de seguir *script* planejado de tarefas, rejeitando a inclusão/encaixe de extrapautas, reduzindo a autodisponibilidade assistencial.

Pseudoautossegurança. O traço consciencial de controle excessivo tende a gerar percepção de pseudoautossegurança, condição observada no planejamento de atividades, as quais, embora com características homeostáticas de autorganização e continuísmo, traziam a marca da rigidez em sua manutenção.

Explicitação. A presença dos traços de religiosidade e rigidez denunciam a manifestação da apriorismose, pois ambos são embasados em crenças. A busca pela perfeição é tendência religiosa alimentadora da fantasia egocêntrica de *só ter valor quem for perfeito*. Por outro lado, a rigidez traz a premissa de que piores resultados ocorrerão ao sair do *script*.

Pessimismo. O subtipo do apriorismo identificado foi o pessimismo. Autopenses do tipo *não vai dar certo* ou *não vou dar conta* eram recorrentes, principalmente ao lidar com situações desafiadoras na interação com pessoas. Funcionava como mecanismo de defesa, visando eliminar ou diminuir frustrações futuras, e encobria o sentimento de incapacidade ao lidar com situações desagradáveis ou conflituosas, principalmente aquelas de posicionamento contrário ao grupo de interlocução.

Expectativa. O apriorismo também se manifestava pela expectativa fantasiosa de comportamentos negativos das outras pessoas em relação ao autor, gerando desconfiança nas interações. Em consequência, evitavam-se conflitos e supostas *agressões* por meio de comportamentos de autoisolamento relativo, mascarado por sociabilidade forçada, autimposta e superficial, quando, autenticamente, desejava isolar-se.

Bolha. O *efeito bolha* foi gerado pelo autoisolamento relativo, com o recolhimento das próprias energias conscienciais, causando enfraquecimento da força presencial e da capacidade de assimilação energética com conscins e consciexes.

Esquiva. A sensação de incapacidade ocasionava a esquiva da liderança, diminuindo a interação multidimensional e a motivação. O resultado foi o desânimo, retroalimentando o *trafar* da autoinsegurança.

Autassédio. Segundo Vieira (2023, p. 4.923), “na maioria absoluta das causas das crises de insegurança pessoal, o autassédio corruptor, sem autocrítica, e o heterassédio interconscencial se manifestam atuando de modo vigoroso”.

Encadeamento. O apriorismo de que dissabores e conflitos viriam ao assumir funções de liderança, além do aspecto religioso de busca pela perfeição, levaram ao pessimismo apriorístico de incapacidade para lidar com determinadas situações, ocasionado a esquiva da liderança pelo medo de errar, o que ampliava a autoinsegurança.

Autoholobiografologia. A autanálise do *trinômio apriorismose-pessimismo-autoinsegurança* permitiu identificar linha autoholobiográfica, com a transição gradativa do paradigma religioso (dogmas) para a ciência convencional (ceticismo materialista) e, na vida atual, para o paradigma consciencial (*cético-otimista-cosmoético*).

Tenepes. No início de abril de 2023, durante a tenepes, este autor vivenciou para-perceptivamente a condição de *ser desperto*. Na ocasião, nível de autoconfiança incomum foi experienciado simultaneamente à visualização de imagens na tela mental, nas quais liderava trabalhos de desassédio envolvendo grupos de conscins e consciexes.

Neopatamar. A ideia predominante era de que todas as dificuldades, obstáculos e contratempos da existência humana eram passíveis de solução. Posteriormente a essa experiência, ao comentá-la com os consciencioterapeutas, percebeu-se que o amparador da tenepes lhe havia proporcionado vivência da *técnica da neoconcepção autoconscencial* (Almeida; Haymann & Remedios, 2022, p. 983).

Neoconcepção. Nessa técnica, a pessoa faz o exercício de colocar-se imaginativamente em neopatamar homeoestático de automanifestação constituída de trafores ideais, específicos para o autenfrentamento de alguma condição nosográfica.

Holopensene. A experiência trouxe o seguinte holopensene como aprendizagem: *o autor tem plena competência para superar todas as dificuldades, obstáculos e contratempos da existência humana, todos passíveis de solução*. A partir dessa experiência sobreveio sensação de autoconfiança incomum.

Evolutiarium. Dentre os atendimentos consciencioterápicos no *Evolutiarium*, o mais impactoterápico foi aquele em que o consciencioterapeuta apontou a *benignidade* como sendo importante trafor deste autor. Naquele momento, embora reconhecesse o que foi dito, surgiu sensação de que *não era permitido* admiti-lo. Essa percepção repetiu-se em ocasiões posteriores, ao pensar a respeito do trafor benignidade.

Anacronismo. Ao falar sobre essa sensação em atendimento posterior, foi possível identificar grupos de consciexes fazendo acusações e cobrando ressarcimento. Por hipótese, tais consciexes estão ligadas aos holopenesenes político e religioso, com imagem defasada e anacrônica do autor arquivada em suas holomemórias.

Proéxis. Segundo Vieira (2014, p. 912), muitos fracassos proexológicos devem-se à autopusilanidade da conscin intermissivista ao não confrontar os heterassediadores. Estes comumente aparecem na adolescência, pressionam e cobram por fatos ocorridos séculos atrás. Em condição vulnerável, a conscin medra, perde a autoconfiança e a segurança para defender ideias avançadas ou se envolver com a renovação. Surge daí a acomodação em repetir o já feito em vidas anteriores, gerando incompuléxis e futura melex.

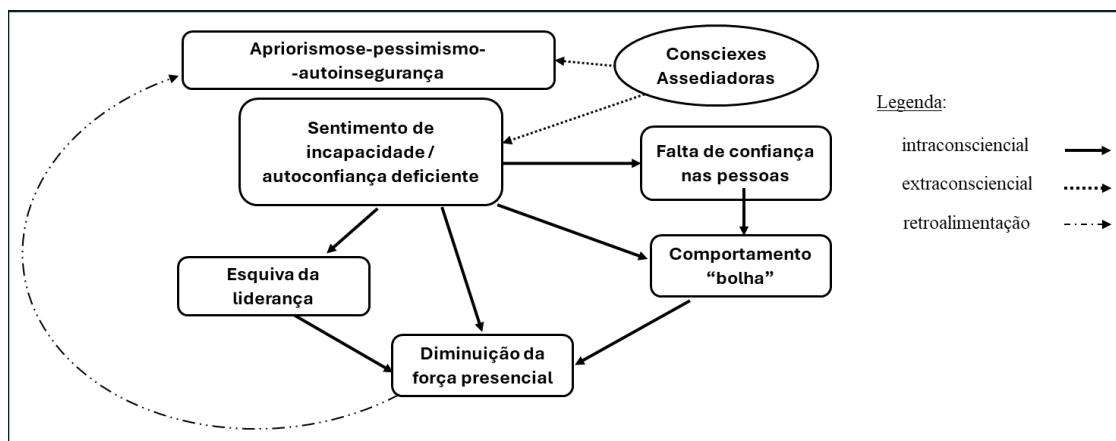
Autorresponsabilidade. Segundo Branden (2001, p. 58), enquanto os pontos negativos (trafares) podem gerar o sentimento de inadequação, os pontos positivos (trafores) geram o desafio da responsabilidade. A dificuldade em admitir o trafor da benignidade expressava exatamente a fuga da autorresponsabilidade de sua aplicação.

PAC. Durante o Programa de Aperfeiçoamento do Consciencioterapeuta (PAC), realizado em 20 de outubro de 2024, o autor participou na condição de epicon de campo bioenergético similar ao curso *Megambulatorium*, no qual se sentiu com nível de serenidade maior que o habitual, explicitada pela expressão *ansiedade zero*, traduzindo a sensação de autossegurança durante a atuação parapsíquica. Essa experiência de extrapolacionismo mostrou a ampliação de potencial assistencial a partir da conquista de maior autopacificação.

Mecanismo. É importante ao autoconsciencioterapeuta conhecer os próprios mecanismos de funcionamento patológicos, a fim de elaborar estratégias de autenfrentamento. A *técnica da descrição do mecanismo de funcionamento consciencial* (Almeida; Haymann & Remedios, 2022, p. 913) foi aplicada com esse objetivo, cujo resultado está representado no esquema 1.

Técnicas. O autenfrentamento pode ser composto por múltiplas técnicas e estratégias para a autossuperação ou mitigação do trafor, no caso específico, o *trinômio apriorismose-pessimismo-autoinsegurança* e derivações.

Autocognição. A base da autossegurança é a autocognição dos atributos intraconscienciais e dos trafores, solidificados pelos experimentos/aprendizados ao longo do tempo, aliados à autorreflexão.



ESQUEMA 1. MECANISMO DE FUNCIONAMENTO CONSCIENCIAL PATOLÓGICO.

Autenfrentamento. Para cada situação do mecanismo de funcionamento patológico representado no esquema 1, foram utilizadas técnicas autoconsciencioterápicas facilitadoras do autenfrentamento. A tabela 2 sumariza as técnicas utilizadas:

TABELA 2. SITUAÇÃO *VERSUS* TÉCNICAS DE AUTENFRENTAMENTO.

Situação	Técnica de Autenfrentamento
Autoconfiança deficiente	<i>Técnica da neoconcepção autoconsciencial.</i>
Comportamento “bolha”	Exteriorização das energias visando ampliar a interação com conscins e consciexes.
Cobrança de consciexes assediadoras	<i>Técnica da recomposição cosmoética dos erros.</i>
Diminuição da força presencial	Ampliação do trabalho com as energias; não sorrir durante posicionamentos pessoais relacionados a situações incômodas.
Diminuição da potência geral (desânimo)	Exercícios físicos de musculação e natação; exercícios bioenergéticos.
Esquiva da liderança	Assunção dos autotrafores; <i>técnica da eliminação das autojustificativas.</i>
Falta de confiança nas pessoas	Ampliar a interassistência; <i>técnica do pré-perdão assistencial.</i>
Religiosidade	Lembrar-se que erros são praticamente inevitáveis, inerentes ao processo de aprendizagem.
Rigidez no planejamento de atividades/tarefas	<i>Técnica da eliminação das autojustificativas; técnica da autopredisposição fraternal; técnica do abertismo consciencial.</i>
Sentimento de incapacidade (pessimismo)	Autoquestionamento das próprias “incapacidades”; <i>técnica da eliminação das autojustificativas; técnica da omnipesquisa permanente.</i>

Autoconfiança. A aplicação da *técnica da neoconcepção autoconsciencial* (Almeida; Haymann & Remedios, 2022, p. 983) consistiu em fazer recolhimento em cômodo isolado, em horários distintos da sessão diária de tenepes, movimentar as próprias energias e, por meio da imagística pessoal, evocar a experiência na qual o autor se sentia autoconfiante e competente para superar toda e qualquer dificuldade da existência humana atual, mencionada anteriormente. A técnica proporcionou a formação de neossinapses, enfraquecendo as retrógradas de padrão pessimista, consolidando modelo pensênico mais otimista.

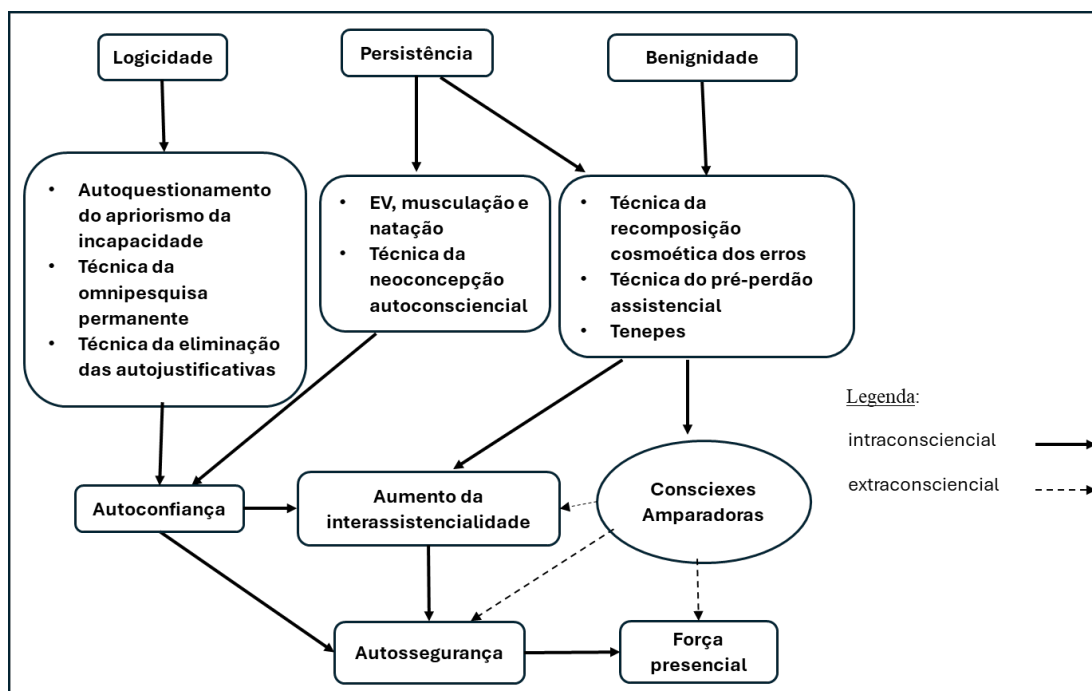
Recomposição. A *técnica da recomposição cosmoética dos erros* (Almeida; Haymann & Remedios, 2022, p. 1.012) foi empregada após o autor identificar consciexes assediadoras, as quais reforçavam o sentimento de incapacidade pela acusação de não ser benigno e, portanto, não apto a assumir funções de liderança interassistencial.

Responsabilidade. A aplicação dessa técnica consistiu em reconhecer e assumir a responsabilidade por erros cometidos em outras existências, buscando retratação perante as consciexes assediadoras por meio de postura pensênica autêntica de fraternismo durante a exteriorização de energias direcionada a elas nas práticas da tenepes. Gradualmente e com o passar do tempo, percebeu-se alívio íntimo e diminuição de xenopensenes acusatórios.

Autoquestionamento. A *técnica de autoquestionamento das próprias incapacidades* teve a finalidade de *quebrar* a apriorismose de caráter pessimista, expressa por pensenes do tipo *não vou dar conta*. A técnica consiste em contrapor os pensenes pessimistas com autoquestionamentos - *Não consigo mesmo? Quais os fatos que demonstram essa suposta incapacidade?* - eliminando o apriorismo por faltar embasamento fático na realidade.

Autojustificativas. A *técnica da eliminação das autojustificativas* (Almeida; Haymann & Remedios, 2022, p. 922) foi utilizada em dois contextos diferentes: no primeiro, objetivou eliminar as desculpas para esquivar-se de posições de liderança; no segundo, buscou manter o abertismo consciencial durante a execução de tarefas planejadas, visando diminuir a rigidez e aumentar a autodisponibilidade interassistencial. Desse modo, a técnica é estratégia para os momentos em que é necessário reforçar posicionamentos cosmoéticos feitos anteriormente.

Mecanismo. A partir dos trafores pessoais, elaborou-se mecanismo homeostático de autenfrentamento com a intenção de mitigar a manifestação do *trinômio parapatológico apriorismose-pessimismo-autoinsegurança*. O esquema 2 exhibe o mecanismo:



ESQUEMA 2. MECANISMO HOMEOSTÁTICO DE AUTENFRENTAMENTO

Detalhamento. O mecanismo homeostático é detalhado a seguir:

1. **Autoquestionamento.** Aplicação do trafor logicidade e das técnicas eliminação das autojustificativas e *omnipesquisa permanente* para o autoquestionamento dos apriorismos de caráter pessimista, surgidos a partir do sentimento de incapacidade, visando desconstruí-lo.

2. **Autodomínio.** Aplicação do trafor persistência no trabalho com as energias em geral e instalação do EV, objetivando maior domínio das próprias energias.

3. **Disposição.** Aplicação do trafor persistência na realização de exercícios físicos (musculação e natação), para manutenção da saúde somática e aumento da disposição física geral.

4. **Interassistência.** Aplicação dos trafores persistência e benignidade na utilização das *técnicas da recomposição cosmoética dos erros, tenepes e pré-perdão assistencial*, visando à interassistencialidade às conscins e consciexes, ampliando a aproximação e conexão aos amparadores extrafísicos.

5. **Neossinapses.** Aplicação da *técnica da neoconcepção autoconsciencial* intencionando trazer para o presente a atuação autoconfiante assistencial, auxiliando na consolidação de neossinapses.

6. **Autoconfiança.** Ações práticas visando aumentar a autocompetência, a ampliação do parapsiquismo e o autoquestionamento dos apriorismos, contribuindo para o aumento da autoconfiança.

7. **Autossegurança.** Incremento da autoconfiança auxiliando a fixação do trafor da autossegurança.

8. **Presença.** Autossegurança e amparabilidade extrafísica aumentando e qualificando a força presencial cosmoética.

III. INDICADORES DE AUTOSSUPERAÇÃO

Autossuperação. Os indicadores listados abaixo, em ordem alfabética, demonstram nível de autossuperação do *trinômio apriorismose-pessimismo-autossegurança*:

1. **Abertismo.** Eliminação de apriorismos de diversos tipos, com respectivo aumento de abertismo consciencial.

2. **Amparabilidade.** Parapercepção da presença mais ostensiva de consciexes amparadoras, por meio da sinalética energética parapsíquica pessoal.

3. **Autodefesa.** Aumento da autodefesa energética, evidenciado pela rapidez na desassimilação de energias de caráter patológico.

4. **Autodisposição.** Maior vigor somático e aumento da autodisposição geral, evidenciados na motivação e manutenção de tarefas assistenciais.

5. **Autossegurança.** Maior autossegurança acumulada pelos resultados evolutivos e assistenciais na consecução da proéxis.

6. **Flexibilidade.** Maior flexibilidade, refletida pelo aumento da autodisponibilidade assistencial, possibilitando inclusão de extrapautas assistenciais durante a realização de atividades planejadas.

7. **Liderança.** Sentimento de autoconfiança para assumir funções de liderança, mantendo atuação cosmoética.

8. **Ousadia.** Autossegurança para assumir postura de ousadia racional cosmoética, visando à interassistencialidade em situações críticas ou antes consideradas difíceis.

Continuísmo. O êxito nessa etapa depende do continuísmo na manutenção dos autenfrentamentos e do reconhecimento de novo patamar relativo de saúde consciencial.

Casuística. Identificaram-se sinais de autossuperação por meio de casuística pessoal do autor:

Coordenação. Sentir-se mais confortável na coordenação do *Apoio a Voluntários e Alunos* (AVA), área responsável pela mediação de conflitos e acompanhamento de alunos e voluntários em suas necessidades de saúde física e mental.

Assunção. Reconhecer-se detentor do trafor benignidade, propondo essa temática para duas turmas do curso *Acoplamentarium*.

COC. Substituição do apriorismo de caráter pessimista pela postura de *cético-otimista-cosmoético* (COC) em relação à capacidade de pessoas do convívio próximo efetuarem mudanças de comportamentos anticosmoéticos arraigados, evidenciando abertismo e predisposição assistencial fraterna em assisti-las.

Abertismo. Ter recebido manifestação espontânea de discentes, alunos do trabalho profissional de docente, exercido na Socin, a respeito de ser um dos raros professores disponíveis para conversar sobre suas dificuldades pessoais, além da vida acadêmica.

CONCLUSÃO

Desperticidade. O *trinômio patológico apriorismose-pessimismo-autoinsegurança* limita a manifestação dos trafores da conscin, homem ou mulher, dificultando a conquista da condição de *ser desperto*, minipeça do maximecanismo assistencial multidimensional.

Autossuperação. Por meio da qualificação autoconsciencioterápica, o autor encontra-se em remissão da condição nosográfica exposta neste artigo. Observou em si a eficácia da aplicação das técnicas de autenfrentamento aqui discutidas, principalmente as *técnicas da neoconcepção autoconsciencial, eliminação das autojustificativas e omni-pesquisa permanente*. Sua conjugação prática gera sinergia favorável à autossuperação do trinômio apresentado.

BIBLIOGRAFIA ESPECÍFICA

1. Almeida, Marco; Haymann, Maximiliano; & Remedios, Juliana; Orgs.; *Dicionário de Consciencioterapêutica com Termos Multilíngues Equivalentes: 400 Verbetes Prescritivos*; ed. Liege Trentin; Maximiliano Haymann; & Sissi Lopes; neologistas multilíngues: Equipe de Idiomas da OIC; revisores: Equipe de Revisores da OIC; 1.412 p.; 25 E-mails; 845 enus.; 50 especialidades; glos. 400 termos (al., esp., fr., ing.); 54 microbiografias; 3 quadros sinóticos; 1 tab.; 142 técnicas; 26 websites; glos. 38 termos (miniléxico dos campos paracientíficos); 161 filmes; 1.100 refs.; 111 webgrafias; 4 apênds. (1 apênd.: BEE da Consciencioterapêutica: 575 refs.); alf. (al., esp., fr., ing.); 28,5 x 22 x 7 cm; enc.; Associação Internacional Editares; & Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC); Foz do Iguaçu, PR; 2022; páginas 880 a 883, 913 a 915, 922 a 925, 983 a 985 e 1.012 a 1.014.

Silva, Rômulo; *Autoconsciencioterapia aplicada ao Trinômio Apriorismose-Pessimismo-Autoinsegurança*; p. 41 a 53.

2. **Branden**, Nathaniel; *Autoestima: Como Aprender a Gostar de Si Mesmo*; trad. Ricardo Gouveia; 142 p.; 11 caps.; 1 microbiografia; *Saraiva*; 39ª Ed.; São Paulo, SP; 2001; páginas 9 e 58.
3. **Houaiss**, Antônio; **Villar**, Mauro de Salles; **Franco**, Francisco Manoel de Mello; *Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa*; LXXXIII+2.925 p.; 1.301 abrevs.; glos. 228.500 termos; 804 refs.; 31 x 22 x 7 cm; enc.; *Objetiva*; Rio de Janeiro; RJ; 2001; página 2.201.
4. **Seligman**, Martin E. P.; *Aprenda a Ser Otimista: Como Mudar sua Mente e sua Vida*; 372 p.; 3 seções; 15 caps.; 79 notas; alf.; 23 x 16 cm; br.; *Objetiva*; Rio de Janeiro, RJ; 2019; páginas 70 a 77 e 100.
5. **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 infográf.; 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; páginas 136 e 573.
6. **Vieira**, Waldo; *Dicionário de Argumentos da Conscienciologia*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.572 p.; 1 *blog*; 21 *E-mails*; 551 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 18 fotos; glos. 650 termos; 19 *websites*; alf.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2014; páginas 438, 447, 912 e 913.

WEBGRAFIA ESPECÍFICA

1. **Vieira**, Waldo; *Apriorismose* (N. 274; 29.06.2006); *Autoinsegurança* (N. 343; 17.09.2006); *Otimismo Racional* (N. 2.022; 13.08.2011); Verbetes; *In: Vieira*, Waldo; Org.; *Enciclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; Vol. Digital Único (PDF); CCXL + 34.372 p.; 3 *E-mails*; 11.129 enus.; 727 especialidades; 1 foto; glos. 6.500 termos (verbetes); 1 ilus.; 1.001 microbiografias; 417 tabs.; 25 *websites*; 22.474 bibliografias específicas; 1.048 filmografias específicas; 125 videografias específicas; 1.860 webgrafias específicas; alf.; 10ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2023; páginas 2.207 a 2.209, 4.921 a 4.923 e 24.387 a 24.393; disponíveis em: <<https://encyclossapiens.space/ec/ECDigital10.pdf>>; acesso em: 14.01.2025; 20h45.

CITE ESSE ARTIGO:

1. **Silva**, Rômulo César; *Autoconsciencioterapia aplicada ao Trinômio Apriorismose-Pessimismo-Autoinsegurança*; Artigo; *XX Curso para Formação do Consciencioterapeuta*; 17.08.2025; Foz do Iguaçu, PR; *Conscientiotherapia*; Revista; Anuário; Ano 14; N. 17; Seção: *Autoconsciencioterapia*; 1 *E-mail*; 10 enus.; 2 esquemas; 1 microbiografia; 2 tabs.; 8 técnicas; 6 refs.; 1 webgrafia; *Organização Internacional de Consciencioterapia* (OIC); Foz do Iguaçu, PR; Setembro, 2025; páginas 41 a 53.