

**Artigo Original****Considerações sobre Autocosmoeticologia, Autoconscienciote-  
rapia e Higiene Moral**

Considerations on Self-Cosmoethicology, Self-Conscientiotherapy and Moral  
Hygiene

Consideraciones sobre Auto-Cosmoeticología, Auto-Conciencioterapia e Higiene  
Moral

**Adriana de Lacerda Rocha\***

\* Advogada. Professora universitária. Realiza estágio de pós-doutorado em Direito pela UFSC. Doutora em Direito pela UFSC. Assessora Jurídica e Coordenadora Administrativa de eventos e comunicação da Associação Internacional de Cosmoeticologia (COSMOETHOS). Conselheira do Conselho Internacional de Assistência Jurídica da Conscienciologia (CIAJUC).

*lacerdarocha@kiwiocas.net*

**Palavras-chave**

Código pessoal de Cosmoética  
Limpeza moral  
Saúde consciencial

**Keywords**

Consciential health  
Moral cleansing  
Personal code of Cosmoethics

**Palabras-clave**

Código personal de Cosmoética  
Limpieza moral  
Salud consciencial

**Resumo:**

O objetivo do artigo é compartilhar a experiência e, assim, contribuir para ampliar o entendimento sobre os benefícios da interação entre a autocosmoética e a autoconsciencioterapia para concretização da higiene moral. Nesse sentido, apresenta estudo sobre como a aplicação pessoal de normas cosmoéticas de conduta, incluídas no Código Pessoal de Cosmoética (CPC), associada à autoconsciencioterapia ininterrupta, pode ser utilizado como recurso essencial para a higienização moral gerando, consequentemente, saúde consciencial e aprimoramento da autocosmoeticidade. O método utilizado de autopesquisa associa técnica consciencioterápica, principalmente a auto-observação quanto à aplicação diária das normas pessoais de conduta coerentes com aspectos pessoais da Cosmoética. Dessa maneira, a pesquisa permitiu identificar que a consciência pode, a partir da Cosmoeticologia e da Consciencioterapia, qualificar e melhorar sua manifestação visando à homeostasia moral e consciencial.

**Abstract:**

The objective of the article is to share the experience and, in this manner, to contribute to enlarge the understanding on the benefits of the interaction between self-cosmoethics and self-Conscientiotherapy for the achievement of moral hygiene. In this sense, it presents study on how the personal application of cosmoethics norms of conduct, included in the Personal Code of Cosmoethics (PCC), associated to the uninterrupted self Conscientiotherapy, can be used as essential resource for moral cleansing generating, consequently, consciential health and refinement of self cosmoethicity. The utilized method of self-research associates the conscientiotherapeutic technique, mainly the self-observation one as for the daily application of the personal norms of conduct coherent with Cosmoethics personal aspects. In this way the research allowed to identify how the consciousness can, starting from Cosmoethicology and Conscientiotherapy, qualify and improve our manifestation in search of moral and consciential homeostasis.

**Resumen:**

El objetivo del artículo es compartir la experiencia y, así, contribuir para ampliar el entendimiento sobre los beneficios de la interacción entre la auto-cosmoética y la auto-conciencioterapia para la concretización de la higiene moral. En este sentido, se presenta el estudio de cómo la aplicación personal de normas cosmoéticas de conducta, incluídas en el Código Personal de Cosmoética (CPC), asociado a la auto-conciencioterapia continua, puede ser utilizado como recurso esencial para la higienización moral generando, consecuentemente, salud consciencial y perfeccionamiento de la auto-cosmoeticidad. El método utilizado de autoinvestigación asocia técnica conci-

Artigo recebido em: 10.01.2016.  
Aprovado para publicação em: 13.03.2016.

---

encioterápica, principalmente, la auto-observación, respecto de la aplicación diaria de las normas personales de conducta, coherentes con aspectos personales de Cosmoética. De esta manera, la investigación permitió identificar cómo la conciencia puede, a partir de la Cosmoeticología y la Conciencioterapia, cualificar y mejorar nuestra manifestación con vistas a la homeostasis moral y conciential.

---

## INTRODUÇÃO

**Objetivo.** A meta deste texto é compartilhar com os leitores algumas relações observadas no que tange à autopesquisa sobre a melhoria da Cosmoética Pessoal feita através de técnicas da autoconciencioterapia com vistas à concretização da higiene moral.

**Experimento.** Esta pesquisa apresenta aspectos relacionados à autoexperimentação, de maneira coerente e lógica, da Cosmoética, no dia a dia multidimensional, no que se refere às normas pessoais de conduta estabelecidas pela própria consciência, objetivando a higiene moral promotora da manutenção da saúde consciencial.

**Meio.** A auto-observação permitida pelas técnicas da consciencioterapia foi o principal recurso utilizado. Observou-se que ela propicia a higienização pensênica rumo à higienização moral para que as consciências possam ter uma convivialidade sadia consigo mesmas e com os outros.

**Estrutura.** Este artigo é dividido em três partes: na primeira apresenta as premissas de estudo; em seguida, relaciona aspectos da Autocosmoeticologia com a Autoconciencioterapia; e, em sequência, ressalta pontos da Higiene Moral favorecedores da assepsia moral pessoal que contribuem para a saúde consciencial; ao final, traz considerações, que não são finais, por se entender não ser uma conclusão, mas um resultado momentâneo, relativo, da investigação.

### I. PREMISSAS DO ESTUDO

**Pressuposto.** Parte-se do pressuposto que a Cosmoética permite colaborar para evolução pessoal e grupal por meio do aprofundamento teático dos princípios mantidos.

**Código de Cosmoética.** A ressonância é oportunidade singular para autovivência desses princípios pois passamos por situações únicas que permitem aprimoramento do Código Pessoal de Cosmoética (CPC), se a consciência estiver atenta a elas.

**Dinamismo.** A reavaliação evolutiva de Código Pessoal de Cosmoética desencadeia autoaprimoramento constante e, se enquanto grupo evolutivo todos estiverem envolvidos com tal qualificação, há, conseqüentemente, melhoria do Código Grupal de Cosmoética (CGC) até total correspondência de ambos com o Código Cósmico de Cosmoética.

**Meio.** No exercício da grupalidade, a Cosmoética abre as portas para manifestação madura e prioritária do livre-arbítrio.

**Concretização.** Através de experimentação lúcida e refletida pode-se consolidar seus princípios cosmoéticos.

**Ponderação.** A ponderação pessoal exige a auto-observação continuada sobre como exercita sua liberdade, qual nível da sua coerência com a realidade extrafísica, qual o momento evolutivo pessoal e grupal. Tal exercício permite identificar a melhor maneira de contribuir para a relação grupal que possibilita o livre-arbítrio cosmoético.

**Multidimensionalidade.** A consciência pode empregar Paratecnologia para aprender e aprimorar sua vivência dos princípios cosmoéticos, independentemente da dimensão em que se manifeste.

**Auxílio.** As técnicas consciencioterápicas facilitam o processo de autoconhecimento partindo dos trafores identificados e enxergando de maneira tranquila, sem exacerbação emocional, seus trafores. Esta compreensão favorece a superação das fissuras holossomáticas e do alinhamento moral promotor do equilíbrio consciencial.

**Inter-relação.** Quanto mais célere a vivência do processo autoconsciencioterápico, mais rápido a consciência consegue conviver com holomaturidade através da aplicação diária dos princípios cosmoéticos, sem que necessite recorrer a regras sociais ou do Direito intrafísico (apesar de não desrespeitar os ordenamentos jurídicos intrafísicos) ou imposições atreladas ao Paradireito decorrentes da imaturidade consciencial.

**Interação.** A seguir, algumas das interações entre autocosmoética e técnicas praticadas na Consciencioterapia são discutidas neste trabalho.

## II. AUTOCOSMOETICOLOGIA E AUTOCONSCIENCIOTERAPIA

**Interseção.** A Cosmoética tem relação direta com o trabalho consciencioterápico porque lida com a reeducação produzindo manifestações cada vez mais saudáveis, maduras, corretas.

**Particularidade.** A Consciencioterapia age e trabalha de maneira individualizada, ou seja, considera a realidade particular e holobiográfica da consciência (mesmo considerando a sua inserção grupal). É assistência, tratamento e impactoterapia (prescrição cirúrgica) específica para cada caso.

**Contribuição.** Por sua vez, a Cosmoética contribui para melhoria das relações interconscienciais, do respeito e da boa relação entre consciências, pois ajuda na compreensão de diversos níveis de moralidade.

**Finalidade.** Considerando que a vivência da Cosmoética favorece a autorregulação moral a partir da maturidade, quando auxiliada pelas técnicas consciencioterápicas, a consciência compreende melhor sua pensividade, principalmente suas emoções exacerbadas. Atua sobre a paragenética, pois há melhora da emoção e ajuda na regeneração da parafisiologia do psicossoma. Enfim, a vivência da cosmoeticidade prática aflora com o uso qualificado do mentalsoma.

**Autoinvestimento.** Nesse fluxo, a teática da Cosmoética auxilia na avaliação das relações grupocármicas, policármicas e holocármicas, considerando o investimento evolutivo de cada um, do nível de incorruptibilidade pessoal, das *doenças* e da saúde individual.

**Colaboração.** A Consciencioterapia ajuda a entender e *superar* os conflitos intraconscienciais e interconscienciais com mais serenidade.

**Anticonflituosidade.** Após determinado patamar evolutivo, observa-se que a consciência não precisa mais vivenciar conflitos para poder evoluir, pois compreende melhor a Cosmoética e a holobiografia própria e dos outros.

**Instrumento.** Nesse processo de avaliação, pode-se ampliar o entendimento do princípio cosmoético do *autoimperdoador*, mas *heteroperdoador*, ao modo de um instrumento nas inter-relações.

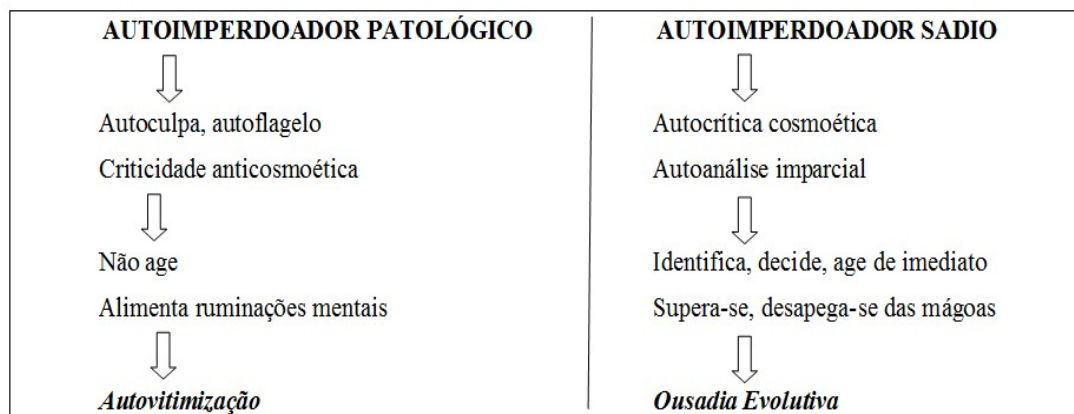
**Característica.** O mecanismo de autoimperdoabilidade imaturo tende para autovitimização.

**Anticosmoeticidade.** Isto porque possui autocrítica anticosmoética carregada de culpa, punição e sofrimento.

**Cosmoeticidade.** O autoimperdoador cosmoético consegue se ver com isenção, sem dramatização, se avalia, *verifica* e modifica.

**Esclarecimento.** O processo da reeducação passa pelo enfrentamento da ignorância, oferecendo informações didáticas, conforme ilustrado no esquema 1.

ESQUEMA 1. PROCESSO DA REEDUCAÇÃO.



**Binômio.** A convivialidade pacífica e homeostática é exercida através do binômio proximidade-equidistância: juntos com as diversidades conscienciais e morais, porém, sem contaminar com as suas patologias e, ao mesmo tempo, promovendo atmosfera cada vez mais intensa de higienização moral pessoal.

**Hábito.** Os hábitos mentais sadios fazem, no dia a dia, a Cosmoética permear a autopensividade consolidando bem-estar e auxiliando na promoção da automaturidade, autossustentabilidade, autoconfiança.

**Oportunidade.** Em todos os encontros do cotidiano, há oportunidades para vivenciar essa Cosmoética e colocá-la em prática.

**Antidogmatismo.** No movimento de esclarecimento cosmoético, a conduta-padrão para abordar o outro a fim de esclarecê-lo é a da não indução, não manipulação, mas sim da condução para que o outro chegue às conclusões *de per si*, independente, autônomo, livre.

**Descrença.** É o princípio da descrença em ação, da deslavagem paracerebral, também adotada em Consciencioterapia.

**Impacto.** Outra técnica comum à Consciencioterapia e à Autocosmoeticologia é a impactoterapia cosmoética, que adota também a Cosmoética destrutiva. Destrutiva porque busca o esclarecimento ou porque desconstrói princípios obsoletos, ultrapassados através do esclarecimento correto, preciso, direto, sem rodeios, sem compactuações com as autocorrupções – *certeiro no esclarecimento e não intrusivo*.

**Benignidade.** Autoimperdoador significa o não acumplicimento com as autocorrupções sutis ou evidentes e prontidão para reciclagem dos autotrafares. O heteroperdoador representa paciência cosmoética para com o ritmo evolutivo e de reciclagem das demais consciências. Ambas as posturas são coerentes com a realização de higiene moral.

**Facilitadora.** A Autoconsciencioterapia é facilitadora do *rapport* com os mecanismos utilizados pelo Paradireito.

**Holomaturidade.** Com a Autoconsciencioterapia é possível promover no dia a dia a holomaturidade, que quanto mais madura for a consciência, mais responsabilidades busca assumir, gerando mais confiança em si mesma, conseqüentemente, se torna mais flexível, mais pronta para a assistência, necessitando de menos formalismo e menos normatização externa.

**Compreensão.** A autoconsciencioterapia também contribui para aumentar a autocompreensão e a intercompreensão: características de megafraternidade.

**Pacificação.** Com o nível de entendimento aprimorado, acontece a diminuição dos conflitos, havendo o apaziguamento consciencial, melhorando o convívio consigo mesmo e com os demais.

**Aproximações.** A Autocosmoeticologia e a Consciencioterapia trabalham com a premissa do livre-arbítrio. Este se torna o limite tanto para atuação de um quanto do outro. Ambos também utilizam a profilaxia na condição de conduta-padrão.

**Autocomprometimento.** A Consciencioterapia e a Cosmoética têm como premissa que a consciência é comprometida ativamente com seu processo evolutivo e sua saúde.

**Autorregulação.** A Cosmoética utiliza autorregulação através da maturidade alcançável a partir da autoconsciencioterapia continuada em busca da qualificação de sua assepsia moral, cosmoética. Na próxima seção, segue algumas ponderações sobre tal assepsia moral.

### III. HIGIENE MORAL

**Principiologia.** Quanto mais célere a vivência da autoconsciencioterapia, mais rápido a consciência consegue aplicar os princípios cosmoéticos e conviver maduramente em grupo, sem que haja necessidade de recorrer a regras do Direito intrafísico que busquem a conciliação grupal.

**Cosmovisão.** A consciencioterapia auxilia a consciência a se compreender de maneira abrangente e integral, ampliando sua cosmovisão e permitindo que ela consiga fazer as renúncias cosmoéticas necessárias a favor do que seja melhor para todos.

**Interdependência.** Dessa maneira, há autossuperação, autossuficiência e mais interdependência nos relacionamentos, levando a consciência cada vez mais a prescindir das imposições das inter-relações grupocármicas.

**Aprimoramento.** Um princípio cosmoético aplicado à convivialidade sadia é aquele onde tudo que fazemos deve sempre ser melhor do que fizemos anteriormente.

**Racionalidade.** A desdramatização quanto aos tráfes e às dificuldades intergrupais ajudam no convívio que se torna mais leve, mais bem-humorado, deixa a consciência mais à vontade para se mostrar e ser sincera em toda a sua manifestação.

**Conciliação.** É importante sempre agir em relação ao outro de maneira mais conciliatória e assistencial do que a anterior.

**Impostura.** Colaboram com isso *as autorreflexões* a respeito de nossas irracionalidades manifestas em grupo: as impulsividades, as agressões, a impaciência, as explosões, as invejas, as fofocas, as conversas improdutivas.

**Minimização.** O Direito intrafísico edita normas, regras, leis cuja finalidade é minimizar os conflitos e estabelecer convívio social mais pacífico e “justo”.

**Harmonia.** A Cosmoética contribui para *implantação de um* ambiente sadio para afinização consciencial não efetuando juízo de valor em relação ao outro.

**Paraconvívio.** A partir dos princípios cosmoéticos no cotidiano, a consciência promove convívio multidimensional sadio, assistencial, pró-evolutivo.

**Relação.** Nesse sentido, relaciona-se com a Parassociologia que, dentro das leis da Cosmoética, rege a evolução conjunta do grupo.

**Pacificação.** Para isso, a solução de conflitos é fundamental.

**Espelho.** Os conflitos interconscienciais são consequências dos conflitos intraconscienciais.

**Ferramenta.** O processo consciencioterápico permanente auxilia o entendimento e a resolução dos conflitos pessoais, contribuindo para sairmos das crises evolutivas e, conseqüentemente, conseguir entender melhor o conflito do outro e, se necessário, ajudá-lo para que consiga sair de sua crise, num mecanismo dinâmico de resolução de conflitos.

**Origem.** As desavenças interconscienciais surgem em decorrência dos desníveis de Cosmoética existente entre as pessoas. Os próprios conflitos evolutivos surgem também de questões cosmoéticas com que nos deparamos e necessitamos de posicionamento para evoluir.

**Autonomia.** Nesse encontro de níveis diversos do Código Pessoal de Cosmoética (CPC), a fim de respeitar o livre-arbítrio, não é cosmoético impor nada ao outro: o esclarecimento, a informação, o exemplarismo são maneiras de contribuir com a recuperação de *cons* e solução de conflitos.

**Concessão.** Sempre refletir sobre o que “for melhor para a evolução de todos”, mesmo que não seja o melhor para mim, auxilia na hora da resolução de controvérsia entre consciências.

**Bússola.** Essas são condutas norteadoras da convivialidade sadia.

**Especialização.** A convivialidade madura e aperfeiçoamento da higiene moral implicam em sermos técnicos do auto e heteroamparo. Para isso é indispensável, dentre outros trafores, o universalismo, a desrepressão, ausência de apriorismos (termos racionalidade, intelectualidade), o respeito, a benevolência e o discernimento.

**Qualificação.** É o aprimoramento da nossa intenção, realizado a partir da reciclagem constante, que transparece em nossas energias.

**Fluxo.** O ciclo se inicia com o autoamparo, a autopesquisa, para partir para heteropesquisa, o heteroamparo, a heteroassistência.

**Trafor.** Uma higienização moral passa pela “imitação dos nossos próprios trafores” – mimese traforista – e pela observação dos exemplos traforistas dos outros, para então, também melhorarmos esses trafores. Assim, a consciência sai do reforço, do foco e da imitação dos próprios trafores ou dos outros para uma condição de traforismo.

**Expressão.** A partir desse eixo, a cosmocracia, a democracia multidimensional, é exercida através do incentivo da manifestação consciencial sem julgamentos e repressões.

**Abertura.** Existe espaço aberto, acolhedor, que permite a manifestação de quem quer que seja.

**Concordância.** Há abertura para construção de consensos cosmoéticos.

**União.** A Cosmoética, consciencial, faz a congruência, a união de esforços, de talentos e trafores.

**Constância.** Uma limpeza moral passa pela Cosmoética vivida no dia a dia, ininterruptamente, sem lapso cronêmico: pessoal e grupal.

**Avaliação.** Eis cinco questionamentos que ajudam a consciência a refletir sobre o grau pessoal de assepsia moral e a conseqüente convivialidade sadia:

1. Qual minha predisposição, hoje, para a reconciliação, a intercompreensão madura e a assistência madura?
2. Estou levando a sério os meus contatos interconscienciais de hoje?
3. Tive algum tipo de pensividade irracional ou hostil em relação a mim e/ou ao outro?
4. Quantas vezes pensei e agi 100% a favor dos outros hoje?
5. Pensei mal de mim mesmo ou de alguém?

**Crescimento.** Com discernimento, toda vivência pode significar desenvolvimento, é renovação diária.

**Recurso.** No âmbito isolado, para vivenciarmos melhor os princípios da Cosmoética recorreremos a técnicas para aprimorar nosso conhecimento teórico e aplicar com metodologia os princípios entendidos.

**Unilateral.** A convivialidade gerida apenas pelas regras sociais ou pelo cumprimento às leis intrafísicas é obnubilada, corrompida, imediatista e hedonista, pois não leva em conta investimento consciencial, mas somente “o bom trato” decorrente do receio de coerção: repressão sem esclarecimento.

**Amplitude.** A convivialidade cosmoética se vale do uso da autoinocorrupibilidade como mecanismo de amadurecimento individual e grupal.

**Exemplo.** As comunexes mais avançadas funcionam através da autorregulação porque predomina a homomaturidade grupal decorrente da máxima aplicação da higiene moral. Essa condição é possível de ser alcançada se houver autoconsciencioterapia continuada pois ela permite o auto e heterodesassédios pontuais e imediatos.

**Sectarismo.** Na convivialidade, o apriorismo polui a energosfera pessoal e também é incompatível com o princípio da Cosmoética e do universalismo.

**Miopia.** O relacionamento apriorístico é preconceituoso, *síndrome da interiorose*, com ausência da neofilia, pois não se interessa em conhecer outras pessoas, tem conceitos pré-concebidos e distorcidos da realidade consciencial alheia, tem visão curta – sem cosmovisão.

**Curiosidade.** O abertismo lúcido, com discernimento, é importantíssimo no convívio para acelerar o processo evolutivo: intraconsciencial e o sincero interesse em querer conhecer a realidade do outro.

**Autoevidência.** O caminho para a Cosmoética é evidenciar cada vez mais a sinceridade consigo mesmo e com os demais.

**Fundamento.** A higiene moral baseia-se na sinceridade Cosmoética, cuja intencionalidade é mostrar-se com transparência, sem receios. Tal postura visa o auto e o heterodesassédio, o convívio hígido, e não a sinceridade anticosmoética, manipuladora, agressiva, destrutiva e desrespeitosa da realidade interconsciencial.

**Transparência.** Essa sinceridade Cosmoética permite que consigamos no dia a dia vislumbrar uma pequena amostra do que ocorre nas comunidades extrafísicas mais avançadas, a exemplo da comunidade extrafísica Interlúdio.

**Restringimento.** A imaturidade é uma doença consciencial que restringe a liberdade, limita a conduta e a manifestação mais evolutiva da consciência.

**Presença.** A Cosmoética é onipresente, universalista, atacadista: tem de estar presente em tudo que se faz, pensa ou sente<sup>1</sup>.

**Pseudocosmoética.** Não se tira férias da Cosmoética. Se isto ocorrer, é Enganologia: Cosmoética de fachada – não é Cosmoética.

**Base.** A vivência diária da Cosmoética é a base da reciclagem íntima.

**Checagem.** Outra análise que contribui para checagem da higidez da convivência é se questionar: quantos surtos de anticosmoeticidade tive hoje, nesta semana, neste mês, neste ano?

**Técnica.** Vale a pena anotar as próprias situações de surtos, explosões, irritabilidade e impaciência.

**Ação.** A elaboração de lista e o ato de pedir desculpas à (s) pessoa (s) que vivenciaram as consequências dos surtos, além de questioná-la (s), se houver abertura, sobre a forma pela qual se pode reparar o erro é benéfico para a higienização moral.

**Exame.** A conduta cosmoética desperta para o estudo de duas condições importantes no exercício da grupalidade: a Paraprofilaxia e a Policarmalogia.

**Linguagem.** Na Paraprofilaxia, a Cosmoética e a Comunicologia se aproximam e atuam concomitantemente para que identifiquemos nossa pensenidade através da linguagem.

**Paracomunicação.** Uma técnica clareadora das inter-relações usada pela Paracomunicologia é *face to face*, ou *cara a cara*: a conversa direta e sem intermediários.

**Paraisonomia.** Nessa dinâmica, o princípio da paraisonomia está sempre presente pois ela significa compreender e tratar realidades holobiográficas semelhantes ou iguais de maneira também semelhante ou igual, com flexibilidade cosmoética quanto às particularidades intraconscienciais.

**Entendimento.** Procura compreender *princípios autopensênicos* de manifestação consciencial que, pela Holomaturologia, se hígidos, são considerados paraleis ou parajurisprudência da conduta evolutiva, enquanto que, se patológicos, são pseudoleis auto-obcecadoras.

**Universal.** A Cosmoética não tem partidatismo, seja religioso, ideológico, filosófico, político ou qualquer outra linha do conhecimento que defenda ou privilegie o dogmatismo e o isolacionismo.

**Separação.** Os grupelhos, as agremiações, as classes, as fofocas são atos anticosmoéticos por serem partidários.

**Respeito.** Pela Conviviologia, o respeito à liberdade consciencial implica saber lidar com o desapego, sem evocação pensênica anticosmoética, pois precisamos acatar as decisões conscienciais.

**Crescimento.** À medida que amadurecemos, melhoramos nossa intraconsciencialidade. Manifestamos menos de modo corrupto e assumimos mais nossas responsabilidades evolutivas, em detrimento dos direitos e exigências egoicos, ficando mais próximos do Paradireito.

**Questionamento.** Eis cinco perguntas que podem ser feitas no processo de autopesquisa, visando a higienização moral:

1. Desdramatizo os tráfegos grupais e as dificuldades intergrupais buscando o convívio mais leve, mais bem-humorado?
2. Mantenho a minha psicofera aberta e receptiva aos outros promovendo holopensene acolhedor à sua manifestação sincera e tranquila?
3. Estou sempre agindo a favor das conciliações?
4. Procuo enxergar o outro sem juízos de valor?
5. Sou uma consciência anticonflituosa?

**Interações.** Na tabela 1, relacionam-se pontos de interação estabelecidos entre a Autocosmoeticologia e Autoconsciencioterapia e a conseqüente Higiene Moral.

**TABELA 1. PONTOS DE INTERAÇÃO**

Autocosmoeticologia	Autoconsciencioterapia	Higiene Moral
Respeito ao livre-arbítrio (liberdade pensênica)	Ortopensinidade <i>versus</i> Patopensinidade	Aproximação com os amparadores ou assediadores (mais ou menos assistência)
Autorresponsabilidade madura	Pacificação Íntima	Menos exigência egocármica, mais reconhecimento e valorização alheia
Autocomunicabilidade assertiva e direta	Abertismo Pensênico, Sinceridade na Comunicação e Reequilíbrio holossomático para interação mais saudável	Produtividade, Reconciliações, Compreensão, Fraternalismo



**Higiene Moral.** A *higiene moral* é o conjunto de hábitos ou condições que conduzem ao bem-estar moral e à saúde moral e consciencial.

**Limpeza.** Ela é alcançável a partir do asseio moral visando à preservação da saúde moral e ao estabelecimento das normas e preceitos pessoais para prevenir as doenças morais e conscienciais.

**Construção.** A estruturação da higiene moral é realizada através do estabelecimento teático de princípios pessoais, com cláusulas pétreas – indisponíveis, inegociáveis, irrenunciáveis – a serem seguidas.

**Violação.** Quando ofendidas, há concretização da expressão popular que “se está condoída no coração”.

**Características.** A referida higienização renova e aprimora o Código Pessoal de Cosmoética e consiste na capacidade de *uns darem força ao outro*, com um ambiente de troca livre de ideias, opiniões e sentimentos rumo a uma melhor clareza de si mesmo. Tal higiene moral é a renovação ininterrupta, para melhor, de seus valores morais, visando à contribuição sadia desses valores para o mundo e para o grupo.

**Maneiras.** Eis oito aspectos que favorecem a instalação dessa higiene, enumerados na ordem alfabética:

1. Abertismo para enxergar a realidade holobiográfica do outro;
2. Ausência de apriorismose;
3. Ausência de prejulgamentos;
4. Bom humor (desassediador);
5. Carisma (acolhimento);
6. Ortopensene – pensene traforista;
7. Otimismo (esperança – Cético Otimista Cosmoético);
8. Predisposição à assistencialidade.

**Influência.** Sendo a higiene moral, principalmente, otimismo diante de si, do grupo, de todos e da vida intrafísica, ela favorece a construção de um grupo cosmoético: aquele que permite ao outro – seu compassageiro evolutivo – se sentir acompanhado moralmente.

**Representação.** O sentimento fraterno de compreensão moral é percebido por meio dos indícios de que se sabe poder contar com o grupo se precisar; se percebe passível de encontrar *braço amigo* para pedir ajuda; se vivencia um *bloco sólido* de harmonia, anticonflituosidade e apoio.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

**Solucionática.** O processo consciencioterápico permanente auxilia o entendimento e a resolução dos conflitos pessoais, contribuindo para sairmos das crises evolutivas.

**Técnicos.** A higiene moral implica em sermos técnicos do auto e heteroamparo.

**Auxílio.** Dessa maneira, as técnicas ajudam a aprimorar o autoconhecimento, a promover a reciclagem intraconsciencial e aproximar da Cosmoética.

**Universal.** A autoexposição cosmoética – abertismo consciencial – qualifica as inter-relações e a intercompreensão.

**Exequibilidade.** A autoconsciencioterapia e a heteroconsciencioterapia facilitam a autocompreensão para que se alcance tal nível de sinceridade íntima.

**Manejo.** Não há, pela autocosmoeticidade, manobra de dados e informações, mas sim instalação de campo propício à exposição cosmoética.

**Freio.** A conduta-padrão cosmoética não é a heterocoercitiva, mas sim informativa. A consciência que deseja ser mais cosmoética promove sua autocoerção evolutiva: a própria pressão evolutiva do grupo, através do exemplarismo cosmoético fomenta vontade de acelerar o amadurecimento.

**Futuro.** “Caminhamos para a anarquia, no sentido da harmonia universal, com o amadurecimento e melhoria intraconsciencial”.

**Imprescindibilidade.** Nesse movimento, observa-se que cada um de nós, enquanto conscin em evolução, precisa amadurecer, melhorar, reciclar, apreender o parafato, a realidade extrafísica sem sofrimento, para entender e aplicar a *Ética Cósmica*.

## NOTAS

1. **Anotações Pessoais;** Fala do professor **Waldo Vieira** sobre *Temas Avançados sobre Cosmoética*; In: *3º Encontro do Virtual Ethos*; CEAEC; Foz do Iguaçu, PR; 29.08.2004.

## BIBLIOGRAFIA RECOMENDADA

1. **Fagúndez**, Paulo Roney Ávila; *O novo (em) direito*; 279 p.; Editora OAB/SC; Florianópolis, SC; 2006.

2. **Rocha**, Adriana de Lacerda; *Paradireito, Autoconsciencioterapia e Convivialidade Sadia*; Resumo; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 10; N. 3; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Consciência* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; Julho a Setembro, 2006; página 282.

3. **Vieira**, Waldo; *700 Experimentos da Conscienciologia*; revisores Ana Maria Bonfim; Everton Santos; & Tatiana Lopes; 1.088 p.; 40 seções; 100 subseções; 700 caps.; 147 abrevs.; 1 *blog*; 1 cronologia; 100 datas; 20 *E-mails*; 600 enus.; 272 estrangeirismos; 1 fórmula; 1 foto; 1 microbiografia; 56 tabs.; 57 técnicas; 300 testes; 21 *websites*; glos. 280 termos; 5.116 refs.; alf.; geo.; ono.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; 3ª Ed. rev. e amp.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2013.

4. **Idem**; *Enciclopédia da Conscienciologia Digital*; 11.034 p.; glos. 2.498 termos (verbetes); 192 microbiografias; 147 tabs.; 191 verbetógrafos; 8ª Ed. Digital; Versão 8.00; *Associação Internacional Editares*; & *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2013.

5. **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 megapenses trivoculares; 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.

6. **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.

