

Artigo Original

Autossuperação da Irritabilidade e a Paz Íntima

Self-surpassing of Irritability and the Intimate Peace

Auto-Superación de la Irritabilidad e la Paz Íntima

Goretti Lopes*

* Cirurgiã Dentista. Voluntária do Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC).

gorettilopeslau@yahoo.com.br

Palavras-chave

Animosidades
Evolução
Necessidades evolutivas
Prioridade
Responsabilidade

Keywords

Animosities
Evolution
Evolutionary needs
Priority
Responsibility.

Palabras-clave

Animosidades
Evolución
Necesidades evolutivas
Prioridad
Responsabilidad

Resumo:

O artigo, elaborado a partir da experiência da autora que passou 25 dias sem sentir irritação a partir de uma imersão no curso de Extensão em Conscienciologia e Projeciologia 2 (ECP2) no *Campus de Pesquisa* do Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC), objetiva explicitar a autopesquisa realizada no intuito de alcance da paz íntima e autossuperação de fissuras psicossomáticas. Discute sobre a importância e as vantagens da autossuperação da irritabilidade em busca da conquista da paz íntima. Explicita a possibilidade de o amadurecimento psicossomático, potencializar a assertividade nas tomadas de decisões, nos autoposicionamentos e na convivialidade harmoniosa, quando a consciência está determinada a vencer as influências emocionais, de animosidades no cotidiano e priorizar as necessidades evolutivas, para a vivência da pacificação íntima de maneira permanente.

Abstract:

The article, was elaborated starting from the author's experience of spending 25 days without feeling irritation starting from an immersion in the Extension in Conscienciology and Projectiology 2 (ECP2) course in the International Institute of Projectiology and Conscienciology (IIPC) Research Campus. It aims at to make explicit the self-research accomplished in the intention to reach intimate peace and self-surpassing of psychosomatic fissures. It discusses the importance and the advantages of self-surpassing irritability in search of the intimate peace conquest. It explicit the possibility of psychosomatic ripening, to potentiate the assertiveness in decisions making, in self-positioning and in harmonious conviviality, when the consciousness is determined to win the emotional influences, of daily animosities and to prioritize the evolutionary needs, for the existence of intimate pacification in a permanent way.

Resumen:

El artículo fue elaborado con la experiencia de la autora, que pasó 25 días sin sentir irritación, a partir de una inmersión en el curso *Extensión en Conscienciología y Proyecciología 2* (ECP2), en el *Campus de Pesquisa del Instituto Internacional de Proyecciología y Conscienciología* (IIPC). El objetivo es explicitar la autopesquisa realizada con la meta de alcanzar la paz íntima y la auto-superación de fisuras psicossomáticas. Se discute sobre la importancia y las ventajas de la auto-superación de la irritabilidad, en busca de la conquista de la paz íntima. Se explicita respecto de la posibilidad de la madurez psicossomática, potencializando la firmeza en la toma de decisiones, en los autoposicionamientos y en la convivialidad armoniosa, cuando la conciencia está determinada a vencer las influencias emocionales, de animosidades, en la cotidianidad y prioriza las necesidades evolutivas, para la vivencia de la pacificación íntima de manera permanente.

Artigo recebido em: 12.02.2015.

Aprovado para publicação em: 15.07.2015.

INTRODUÇÃO

Convivência. A postura íntima da não irritabilidade é condição para se conviver harmonicamente com as consciências nas várias dimensões, pois elimina a possibilidade de confrontação, intensificando o rendimento evolutivo através do uso lúcido das potencialidades pessoais em direção à autodesperticidade e paz íntima.

Prioridades. As necessidades evolutivas quando identificadas e definidas como importantes para o momento evolutivo pessoal, em hipótese, deveriam ser as mais indicadas para se constituírem prioridades evolutivas no contexto presente.

Problemática. É coerente atuar a partir da instintividade subcerebral, trazendo embaraços grupocármi- cos para a conscin, ou se manifestar a partir das ideias lógicas do mentalsoma elaborando pensenes pondera- dos antes da ação pessoal?

Objetivo. O objetivo do artigo é expor o resultado da autopesquisa da autora realizada no intuito de po- tencializar a paz íntima e conseqüente amadurecimento emocional.

Hipótese. A hipótese que se apresenta é de que as autossuperações das animosidades intra e interconsci- enciais impulsionam a consciência a desenvolver a holomaturidade, a adotar posturas cosmoéticas, *abrir mão* de atitudes subcerebrais.

Lucidez. Considera-se ainda que tal condição permite, sob a ampliação da lucidez, alcançar a megameta evolutiva da autodesassedialidade permanente e melhorar a maneira de assistir e *viver a vida*.

Justificativa. A maior motivação para a pesquisa e escrita deste artigo foi vislumbrar a possibilidade de adquirir liberdade e paz íntima através da *autossuperação da irritabilidade* promovendo o autodesassédio, condição catalisadora do processo evolutivo de todos e a desperticidade.

Metodologia. A autopesquisa e o desenvolvimento do artigo originaram-se da autocompreensão, mais aprofundada do tema, na imersão no curso de Extensão em Conscienciologia e Projeciologia 2 (ECP2), no *Campus* de Pesquisa do Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC) em Saquarema/RJ, no período de 07 a 09 de junho de 2014. Baseia-se nas vivências da autora, que passou 25 dias sem sofrer ir- ritação alguma. Foi também utilizada a bibliografia específica da Enciclopédia da Conscienciologia.

Contextualização. Após a referida autovivência, houve retorno à condição anterior e entendimento quanto a experiência ter sido *amostra* do que a própria autora é capaz de alcançar com a vontade, responsabi- lidade, autoesforço e perseverança, os efeitos prazerosos da interconvivência sadia, sem animosidades, a par- tir da manutenção da sua paz íntima, oportunidade em que ampliou a autolucidez, a autoconfiança, como também qualificou sua capacidade interassistencial.

Estrutura. O desenvolvimento do artigo está organizado em três seções: 1. Bases para a autossuperação da irritabilidade. 2. Rendimento interassistencial. 3. Profilaxia teática.

I. BASES PARA A AUTOSSUPERAÇÃO DA IRRITABILIDADE

Definição. A *autossuperação da irritabilidade* é o ato ou efeito da consciência vencer, dominar ou so- breparar as influências emocionais instintivas e primitivas de animosidades interconscienciais no dia a dia (cotidiano), conquistando a pacificação íntima permanente.

Sinonímia: 1. Autocura da irritabilidade. 2. Domínio da irritabilidade. 3. Autodepuração da raiva. 4. Conquista da pacificação. 5. Autoenfrentamento da irritação.

Antonímia: 1. Manutenção da irritabilidade. 2. Disfarce da hostilidade. 3. Conservação da irritação. 4. Autossuperação falsa. 5. Persistência no comportamento antipacifista.

Ampliação. Quanto mais a consciência supera as imaturidades mais se aproxima da paz íntima devido à somatória de talentos ativos e à aquisição de autoconhecimento, por meio da formação de neossinapses ge- radas pelas renovações íntimas ou autorrecins.

Autoconhecimento. Observa-se que o autoconhecimento é condição básica no processo de destravamento de conflitos, traumas, enfrentamentos e aprofundamento nas parapercepções, porque conduz à compreensão exata do papel vivido e do próprio roteiro dentro do contexto da vida multidimensional.

Autossuperação. O mais inteligente é aceitar e se dispor a enfrentar os desafios autoevolutivos oportunos, da consciência para consigo mesma, como condição inarredável para o exercício da autossuperação e da evolução autoconsciente.

Neossinapses. As neossinapses formadas a partir dos resultados das conquistas autoevolutivas pacificadoras podem atuar na condição de neorrecurso geradores de automotivação e autorresponsabilidade para assumir neoprioridades descartando prioridades secundárias, com a imprescindibilidade do empenho pessoal, dedicação e perseverança às novas realizações.

Aprimoramento. As superações da irritabilidade e das autoinsuficiências, de modo geral, com a remoção dos nós górdios, proporcionam a ultrapassagem das marcas evolutivas impelindo a consciência ao contínuo aprimoramento da autopacificação à dinâmica evolutiva, porém demanda autoesforço perseverante e vontade discernida.

Vontade. A vontade é a estrutura intraconscencial mais importante para a ultrapassagem de barreiras evolutivas atuando na determinação das autossuperações prioritárias de modo irresistível.

Influência. A determinação e firmeza, quando empregadas pela conscin autoconsciente da indispensabilidade de superação de traumas arraigados no temperamento pessoal para conquistar e assegurar a manutenção do holopense da paz íntima, são capazes de influir e contribuir, a partir do autoexemplarismo teático, na pacipensividade grupal.

Noção. O senso de responsabilidade com a paz multidimensional motiva a conscin lúcida a investir na paz íntima primeiramente, antes de tudo, como condição primordial para a caminhada evolutiva pessoal, e grupal, em direção ao serenismo.

Interdisciplinaridade. Com o objetivo de ampliar e intensificar o universo das autoinvestigações nos estudos da superação da irritabilidade e aquisição de paz íntima, faz-se necessária a busca da interdisciplinaridade, tornando-se recurso inevitável, capaz de somar ideias e acrescentar neocognição a partir de diferentes informações, porém convergentes.

Especialidades. Para estudar o tema foram destacadas, em ordem alfabética, 13 especialidades que conectadas e interrelacionadas são capazes de amplificar os estudos na conquista contínua da paz íntima, eliminando a postura da irritabilidade por meio da autocompreensão.

01. **Conviviologia.** É a ciência que estuda a comunicabilidade no que diz respeito à dinâmica das interações que se estabelecem entre as consciências ou princípios conscienciais, que coexistem em qualquer dimensão, e suas consequências holocármicas e evolutivas.

Contradições. A convivência sincera e pacífica, entre diferentes consciências, com admiração-discordância possibilita contradições evolutivas sem desunião evitando a interprisão grupocármica e o incômodo da irritabilidade mútua.

Acréscimo. Os efeitos da irritabilidade trazem algum acréscimo evolutivo às potencialidades intraconscenciais?

02. **Despertologia.** É a ciência, especialidade da Conscienciologia, que estuda a despertividade ou a qualidade consciencial evolutiva do ser humano desperto, que não mais padece com os assédios interconscenciais patológicos e as consequências evolutivas prejudiciais dessa condição incômoda.

Minipeça. A conquista do autodesassédio consciencial é a condição insubstituível para a conscin tornar-se, teaticamente, minipeça do maximecanismo interassistencial.

Desempenho. Melhorar a autodesassedialidade propiciaria um melhor desempenho interassistencial?

03. **Equilibrilogia.** É a ciência ou os estudos sistemáticos, técnicos, paratécnicos ou pesquisas aplicadas às múltiplas condições de harmonia ativa no microuniverso consciencial da conscin, empregando todos os atributos derivados da vontade, da intenção e do autodiscernimento, ou seja, é a teática da razão sadia.

Desempenho. A eficiência do rendimento proexológico expande-se com a repetição das atividades úteis e o autoesforço do desempenho da conscin decidida a se melhorar intraconsciencialmente.

Rendimento. É possível ter um elevado rendimento proexológico estando em um estado de desequilíbrio consciencial?

04. **Harmoniologia.** É a ciência aplicada aos estudos ou aos conhecimentos específicos, sistemáticos, técnicos ou pesquisas da manutenção e o desenvolvimento, por parte da consciência lúcida, da harmonia máxima, produtiva, entre todas as realidades e pararealidades do Cosmos.

Entrosamento. A condição de harmonia íntima geral influi na manutenção da antiviolença e permite um maior entrosamento com as realidades existenciais da minipeça autoconsciente e conscientizadora.

Convívio. Você é autoconsciente da relevância da auto-harmonia para a manutenção do convívio empático com as realidades existenciais?

05. **Homeostaticologia.** É a ciência que estuda a teática da homeostase holossomática ou o estado integrado, hígido e harmônico do holossoma, a fim de a consciência viver melhor e com eficiência maior, na execução da sua proéxis.

Competitividade. A eliminação da competitividade propicia a expansão do microuniverso íntimo de cada consciência predispondo à união construtiva dos contrários para melhor convivência interconsciencial.

Vivência. Diante da ausência da autovivência da homeostase holossomática como contribuir com a paz interconsciencial?

06. **Interassistenciologia.** É a especialidade da Conscienciologia aplicada aos estudos e pesquisas das técnicas de assistência, proteção, amparo e auxílio interconsciencial, notadamente aos efeitos para a consciência considerada “inteira” holossomática e multidimensional, com vistas à holomaturidade ou ao trabalho de solidariedade lúcida entre as consciências no caminho aberto para a megafraternidade.

Afetividade. A quebra de fronteiras favorece a vivência da afetividade sadia despertando a responsabilidade interassistencial por meio das trocas de experiências, possibilitando a aproximação dos assistentes aos assistidos.

Aprimoramento. Você tem permitido ser assistido para aprimorar a própria assistência aos demais?

07. **Ortopensenologia.** É a ciência que estuda os pensenes retos ou cosmoéticos.

Expansão. Acolher as consciências com autorresponsabilidade e fraternismo, mantendo a autonomia pensênica fortalece a conexão com os amparadores e age na recuperação e expansão da lucidez para ver a negatividade da irritabilidade e a satisfação da paz íntima.

Diferença. Você já pensenizou sobre a diferença entre *pensar no mal* existente na consciência e o *pensar mal* dela?

08. **Pacifismologia.** É a ciência que estuda a pacificação entre conflitos pessoais e grupais.

Recins. A condição de conscin pacificadora predispõe a atuação sadia de consciexes ampara doras, evidenciando a importância da ausência teática de animosidades nas manifestações pessoais para o trabalho de esclarecimentos às consciências propensas à irascibilidade.

Efeitos. Você já refletiu sobre os efeitos da pacificação íntima na resolução de conflitos?

09. **Paciologia.** É a ciência aplicada aos estudos específicos, sistemáticos, técnicos e teáticos da paz, através do paradigma consciencial, englobando todas as manifestações da consciência nos múltiplos corpos, existências, dimensões e respectivas consequências evolutivas.

Reeducação. A conquista da paz íntima, através da reeducação das irritabilidades, é capaz de atuar na mudança de holopense de ambientes intrafísicos locais, influenciando no processo das reurbanizações e com isso contribuindo, de modo gradativo, para a Neo-História de pacificação do planeta Terra.

Poder. De que maneira você tem aplicado o poder do holopense pessoal da paz, na reurbanização do seu grupocarma?

10. **Paradireitologia.** É a ciência aplicada à pesquisa do Paradireito e do Paradever, fundamentado a partir da autolucidez e do autodiscernimento à conduta multidimensional cosmoética da consciência e à implantação teática de neociências e neorealidades avançadas, entre as quais o Estado Mundial, a Parapolitologia, a Paradiplomacia e a Holofilosofia.

Lucidez. O paradireito, catalisador da holomaturidade e da desperticidade, amplia o significado da interassistencialidade e a lucidez no cumprimento dos próprios deveres convergentes ao compléxis.

Qualificação. Você já criou seu CPC pensando em contribuir na qualificação e consolidação do holopense universalista no Cosmos?

11. **Proexologia.** É a ciência que estuda a programação existencial (proéxis) das conscins em geral e suas consequências evolutivas.

Cumprimento. No cumprimento sadio da proéxis, a conscin lúcida quanto à recomposição das interpretações grupocármicas, troca, teaticamente, a zona de conforto pela retomada das obrigações evolutivas, mantendo o foco na intraconsciencialidade e a atenção na convivialidade harmônica.

Aportes. Você admite os aportes recebidos como responsabilidade, na aplicação útil no contexto da proéxis, ou na condição de prêmio, para ampliação da zona de conforto?

12. **Recexologia.** É a ciência que estuda a filosofia, a técnica e a prática da recéxis, ou reciclagem existencial, dentro da intrafisicalidade, que tem seu início pela recin ou a reciclagem intraconsciencial.

Reconhecimento. O reconhecimento dos próprios erros e gargalos pode ser o primeiro passo para o enfrentamento e superações das situações difíceis, operando autorreciclagens, capazes de redirecionar a rota da proéxis pessoal, por meio da renovação íntima e da noção mais ampliada das autorresponsabilidades.

Identificação. Sem a identificação das autocorrupções é possível chegar a alguma reciclagem de efeito cosmoético?

13. **Serenologia.** É a ciência que estuda o *Homo sapiens serenissimus* (Serenona ou Serenão), seus traços pessoais, suas características e consequências evolutivas.

Trajetória. A trajetória evolutiva de compléxis consecutivos conduz a consciência ao extremo da ambição evolutiva humana, fechando o ciclo das recins operado pela conscin pré-serenona à condição de autoimperturbabilidade benigna teática.

Incentivo. Você incentiva a benignidade por meio do autoexemplarismo e do apoio racional à solidariedade entre as pessoas?

II. RENDIMENTO INTERASSISTENCIAL

Situações. Eis, em ordem alfabética, oito condições capazes de contribuir, quando trabalhadas, no processo de autossuperação da irritabilidade, conduzindo à pacificação íntima e ao rendimento interassistencial:

1. **Autocrítica.** A ausculta intraconsciencial, a chave para a autodesassedialidade.

2. **Autoenfrentamento.** A predisposição às renovações ou reciclagens.

3. **CPC.** O ajuste dos autoposicionamentos evolutivos através do Código Pessoal de Cosmoética.

4. **Discernimento.** A superação definitiva através da distinção das prioridades máximas.

5. **Energias.** O recurso prioritário da consciência lúcida.

6. **Interassistência.** O retorno que o assistente recebe ao realizar a assistência é o acesso a novas ideias, capazes de dar continuidade ao processo de mudanças evolutivas, resultando no abandono de ressentimentos, melindres e animosidades.

7. **Ortopensividade.** A condição própria da holomaturidade.

8. **Recins.** Os degraus da evolução.

Neotrafores. A formação e utilização de neotrafores concretizam a condição renovadora, evolutiva, essencial e geradora de efeitos teáticos, na vivência e transmissibilidade de neoideias, relacionadas à paz íntima exemplificada.

Efeitos. Eis, listados alfabeticamente, cinco efeitos prejudiciais à conscin e à grupalidade, quando se atua com irritabilidade:

1. **Antiassistencialidade.** A postura assediadora.

2. **Autoassédio.** A mente da consciência sabotando a si mesma e se estendendo para os demais.

3. **Distanciamento.** O distanciamento cada vez maior da desperticidade.

4. **Energias.** O desgaste energético, ocasionando perda de tempo para o refazimento holossomático.

5. **Interprisões.** Os rastros negativos e o revertério das ações.

Rendimento. A condição da *não irritabilidade*, mantida pela consciência determinada à utilização dos recursos evolutivos pessoais, é capaz de intensificar o equilíbrio psicossomático e o desempenho interassistencial, em direção à paz íntima e ao completismo existencial.

Vantagens. Eis 17 atributos que concedem vantagens prioritárias à consciência que atua na condição de *não irritabilidade*, apresentados em ordem alfabética:

01. **Afetividade madura.** O caminho da conquista consolidada da megafraternidade.

02. **Amparabilidade.** A anticonflituosidade potencializando a amparabilidade.

03. **Assertividade.** A demonstração de firmeza, antiagressividade e ações não precipitadas.

04. **Autoconfiança.** A convicção íntima da própria capacidade.

05. **Autodesassédio.** O ato de deixar de se assediar e assediar os outros.

06. **Autodiscernimento.** O ato pessoal de avaliar as realidades com bom-senso, clareza, entendimento e maturidade.

07. **Autolucidez.** A condição íntima de pensenizar, refletir e atuar, sem os rebaixadores do autodiscernimento e da interassistencialidade.

08. **Bem-estar.** Devido ao respeito aos outros e à autoimperturbabilidade.

09. **Bom humor.** A funcionalidade do bem-estar através da ação e reação bem-humoradas e pacíficas.

10. **Compreensão.** A condição da própria inteligência evolutiva.

11. **Contenção da reatividade.** A dissolução dos autoassédios.

12. **Imperturbabilidade.** A atitude de sentir-se intimamente harmônica e autocoerente. Evoluir significa pacificar-se.

13. **Ortopensividade.** A retidão intraconsciencial, assegurando a autoinocorrupibilidade.

14. **Paz íntima.** O compromisso intraconscencial.
15. **Racionalidade.** A atuação com o predomínio do paracorpo do discernimento.
16. **Solução.** A solução não violenta dos conflitos.
17. **Traforismo.** A manutenção da construtividade intra e interconscencial.

Hierarquia. O emprego dos atributos conscienciais realinha a consciência a neopatamares evolutivos e consequentemente à disposição hierárquica mais inteligente e válida para o momento evolutivo, evidenciando a prática das prioridades evolutivas.

Desvantagens. Eis, ordenados alfabeticamente, 12 desvantagens da irritabilidade, objetivando a reflexão da consciência sobre si mesma:

01. **Agitação.** A antipacificação íntima causada pela desorganização somática e pensênica.
02. **Beligerância.** O surto de insensatez densificando os próprios trafares.
03. **Conflitos.** A geração de relações tumultuosas por falta de compreensão.
04. **Desafeição.** A amaurose afetiva agravando os ressentimentos.
05. **Estagnação evolutiva.** A tendência à mediocrização, dificultando o processo de mudanças.
06. **Heteroassédio.** A sujeição às consciências enfermas, anulando a autonomia autoevolutiva.
07. **Impaciência.** A incapacidade para suportar incômodos, se distanciando da interassistencialidade.
08. **Inacessibilidade aos amparadores.** A conflituosidade íntima, impedindo o abertismo à amparabilidade.
09. **Irracionalidade.** O entrave da autoevolução consciencial obscurecendo a visão de conjunto.
10. **Manutenção da interprisão grupocármica.** A condição doentia, limitante, da liberdade de expressão consciencial.
11. **Mau humor.** O pessimismo, em geral, causado pela falta de autoenfrentamento perante as necessidades evolutivas.
12. **Patopensenidade.** A ruminação cerebral anticosmoética contra alguém, reverberando em si mesmo.

Trafarismo. O trafarismo gera conflitos, repercussões patológicas, revertério, estagnação, déficits evolutivos, auto e heteroassédio, distanciamento do amparo e poluição pensênica, tornando a consciência incapaz de ver as potencialidades conscienciais, devido à minivisão baratrosférica que a própria condição impõe.

Ações. Eis sete ações, em ordem alfabética, capazes de reeducar as posturas de irritabilidade:

1. **Autopesquisa.** A reeducação pessoal a partir da pesquisa exaustiva de si próprio.
2. **Estudar a paz.** A autoconscientização dos efeitos sadios da paz leva a conscin à superação das animosidades interconscenciais, contribuindo para a recomposição grupocármica, por meio da vivência pacífica e fraterna.
3. **Estudar o belicismo.** A conscientização dos efeitos nocivos do belicismo leva a conscin a não contribuir ou intensificar o holopensene e a interprisão, mas ficar livre dele.
4. **EV.** A instalação voluntária para a sustentação da homeostase energossomática.
5. **Interassistência.** Fazer assistência a todos, quando possível, por meio da tares.
6. **Mentalsoma.** A mentalidade aberta para o uso dos recursos racionais e a eliminação definitiva dos surtos de irritação.
7. **Metas.** Estabelecer metas cosmoéticas e cumpri-las.

Reeducação. As autovivências reeducadoras favorecem a condição da autopacificação, pois trazem maturidade à conscin e, conseqüentemente, o crescendo dos patamares evolutivos interassistenciais. A partir da reeducação pessoal, potencializa-se a geral.

III. PROFILAXIA TEÁTICA

Imaturidades. As imaturidades conscienciais funcionam ao modo de arestas ou pontas aguçadas, gerando atritos ou desavenças nas relações interconscienciais, evidenciando a instintividade do nível evolutivo pessoal, criadora de interprisões grupocármicas.

Arestas. As arestas são personalíssimas por isso a necessidade de burilar, lapidar e retificar essas características pessoais, para se encaixar na condição de minipeça multidimensional interassistencial, impedindo a conscin de se tornar interprisoneira grupocármica.

Profilaxia. Eis seis recursos profiláticos, na ordem crescente de atuação, vivenciados pela autora, impulsionadores da teática das anti-irritabilidades, focados na vivência da paz íntima:

1. **Vontade.** É com a utilização da maior potência da consciência que se inicia qualquer movimento intraconsciencial, objetivando a qualificação das ambições evolutivas pessoais, expressas com intencionalidade cosmoética.

2. **Autoposicionamento.** O autoposicionamento racional, sem rodeios, diante da vontade de mudar os traços antievolutivos, sem dúvida, desencadeia a energia necessária e capaz de promover a manutenção e a acabativa do propósito evolutivo.

3. **CPC.** Fazer do Código Pessoal de Cosmoética instrumento profilático na superação das autocorrupções. É um guia para a evolução, indispensável.

4. **Traforismo.** Procurar identificar os trafores pessoais e alheios para pensenizar sempre a favor das consciências, principalmente as que lhe geram irritação, contribui consideravelmente para a extinção gradativa da irritabilidade e das autoinsuficiências conscienciais, devido à qualidade dos neorresultados interassistenciais, dando lugar a comportamentos maduros e expandindo a capacidade de autodiscernimento, para avaliar e definir novas prioridades cada vez mais rentáveis.

5. **Técnicas.** As técnicas específicas utilizadas com seriedade nas prioridades evolutivas, com certeza, trazem resultados produtivos. Eis duas técnicas bastante eficientes e motivadoras das reciclagens intraconscienciais:

A. **Técnica da Autorreflexão de 5 horas.** Favorece a autocrítica e as reavaliações pessoais, focando no momento evolutivo.

B. **Técnica grupal dos 100 dias de Completismo.** Motiva a conscin a dar continuidade à meta estabelecida, até o completismo existencial.

Recaídas. As recaídas são previsíveis no processo das recins, mas o uso do autodesconfiômetro é indispensável para serem detectadas e não passarem despercebidas e sem a devida reflexão e avaliação para o fortalecimento da teática pessoal.

6. **Despeticidade.** A vivência da vida humana sem qualquer irritação e sem ofender, assediar ou constranger ninguém, depende, antes de mais nada, da vontade da pessoa aplicada a si mesma, para alcançar a despeticidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Animosidade. Atuar com animosidades nas inter-relações predispõe à anulação da liberdade pessoal, o tolhimento da evolução consciencial, o boicote do autodiscernimento, acarretando a autovitimação e interprisões grupocármicas, o que contribui com o autorregressismo.

Autopesquisa. A paz íntima é a conquista mais relevante para a consciência, pois fornece a verdadeira liberdade intraconsciencial e a desdramatização dos autoenfrentamentos.

Autoenfrentamento. Os autoenfrentamentos revelam a coragem consciencial, a lucidez, a automotivação para manter as prioridades, o emprego teático da inteligência evolutiva, a autossinceridade e o autodiscernimento, serenizando a manifestação da consciência.

Meta. A superação da irritabilidade é uma meta possível e, além de ser evolutiva, qualifica sobremaneira a interassistência.

Acolhimento. A qualidade do acolhimento, com abordagens pacíficas, permite as reconciliações grupocármicas e oportuniza ganhos evolutivos para todos.

A AUTOVIVÊNCIA DA NÃO IRRITABILIDADE DEPENDE DO DESCARTE DAS ANIMOSIDADES, POR MEIO DE COMPORTAMENTOS CONSCIENCIALMENTE MADUROS, CAPAZES DE ASSEGURAR A IRREVERSIBILIDADE DA PAZ ÍNTIMA.

BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

1. **Bittencourt**, Aline; *Interdependência Evolutiva*; **Lima**, André; *Reciclagem do Temperamento*; **Lopes**, Goretti; *Autopacificação Teática*; *Meta Autevolutiva*; **Pereira**, Jayme; *Paradireitologia*; **Vieira**, Waldo; *Acerto Grupocármico*; *Afetividade*; *Benignidade*; *Equilibrilogia*; *Harmoniologia*; *Interassistencialidade*; *Interprisilogia*; *Liberdade Interior*; *Liberologia*; *Ortótes*; *Preponderância da Cosmoética*; *Priorização Mentalsomática*; *Reciclagem Prazerosa*; *Reeducação Para a Paz*; **Recin**; verbetes; In: **Vieira**, Waldo (Org.); *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; páginas 202 a 205, 315 a 318, 1.807 a 1.811, 2.342 a 2.345, 4.573 a 4.576, 5.499 a 5.501, 6.209 a 6.211, 6.223 a 6.227, 6.283 a 6.286, 6.536 a 6.538, 6.543 a 6.545, 7.230 a 7.233, 7.798 a 7.804, 7.872 a 7.876, 7.959 a 7.963, 9.292 a 9.297, 9.298 a 9.301, 9.368 a 9.373, 9.310 a 9.313.

2. **Gonçalves**, Ângela; *et al*; *Experimentos Conscienciológicos na Ciência da Paz*; Artigo; *I Congresso Internacional de Autopesquisologia e V Jornada de Autopesquisa*; Rio de Janeiro, 13 a 15. 11.10; Revista; *Conscientia*; Vol. 14; N. 1; Seção: *Temas da Conscienciologia*; 1 *E-mail*; 18 enus.; 5 refs.; Foz do Iguaçu, PR; Janeiro a Março de 2010; página 170.

7. **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 186 a 189.

8. **Idem**; *Homo sapiens pacificus*; 1.584 p.; 413 caps.; 403 abrevs.; 434 enus.; 37 ilus.; 7 índices; 240 sinopses; glos. 241 termos; 9.625 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21,5 x 7 cm; enc.; 3ª Ed. Gratuita; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2007.