



**Paula Padilha\***

\* Arquiteta e Urbanista. Pesquisadora do CEAEC e da CONSCIUS.

paula\_padilha@uol.com.br

#### Palavras-chave

Auto-análise  
Autoconscienciometria  
Conscienciograma  
Conscienciometria  
Projeciocrítica  
Projetabilidade lúcida

#### Keywords

Conscienciogram  
Conscienciometry  
Lucid projectability  
Projectiocriticism  
Self-analysis  
Self-conscienciometry

#### Palabras-clave

Auto-análisis  
Autoconscienciometría  
Conscienciograma  
Conscienciometría  
Proyecciocrítica  
Proyectabilidad lúcida

## Autoconscienciometria pela Projetabilidade Lúcida

Self-conscienciometry through Lucid Projectability  
Autoconscienciometría a través de la Proyectabilidad Lúcida

#### Resumo:

O objetivo do presente artigo é mostrar a importância das projeções lúcidas como instrumentos de Autoconscienciometria. A projetabilidade lúcida amplia a visão intraconsciencial, potencializando a avaliação pelo Conscienciograma. Para tal, dois modelos de avaliação são expostos, a partir do relato de três vivências extrafísicas pessoais, com suas respectivas auto-análises e conclusões, sugerindo formas diferentes de aprofundamento autocrítico através do uso do Conscienciograma.

#### Abstract:

The objective of this article is to show the importance of lucid projections as instruments of self-conscienciometry. The lucid projectability enlarges the intraconsciencial vision, potentiating the evaluation through the conscienciogram. For that, two evaluation models are exposed, based on the report of three personal extraphysical experiences, with their respective self-analyses and conclusions, suggesting different forms of self-critical deepening using the conscienciogram.

#### Resumen:

El objetivo del presente artículo es mostrar la importancia de las proyecciones lúcidas como instrumentos de Autoconscienciometría. La proyectabilidad lúcida amplia la visión intraconsciencial, potencializando la evaluación por el Conscienciograma. Para tal, dos modelos de evaluación son expuestos, a partir del relato de tres vivencias extrafísicas personales, con sus respectivos auto-análisis y conclusiones, sugiriendo formas diferentes de profundizar con autocrítica a través del uso del Conscienciograma.

**Artigo.** Neste artigo, é indicada a utilização dos relatos e memórias de experiências projetivas para as auto-análises conscienciométricas. São apresentadas as vantagens da Projeção Consciencial Lúcida, posturas otimizadoras e incentivo ao detalhismo analítico e ao uso de técnicas para o aprofundamento conscienciométrico. Para tal, foram expostas três vivências desta autora com as respectivas técnicas para aprofundamento reflexivo.

**Idéia.** Em 2003, esta autora assumiu a organização dos Encontros Extrafísicos, eventos periódicos direcionados aos participantes do grupo virtual do *Colégio Invisível da Conscienciometria* visando o desenvolvimento da assistencialidade pela projetabilidade lúcida. Assumir essa coordenação oficialmente foi uma demanda pessoal. Havia bastante motivação e, com isso, a Coordenação Geral do Colégio sugeriu a apresentação desse tema durante o próximo encontro. Ficou clara a oportunidade de uma gestação consciencial baseada na teática.

**Objetivo.** O presente artigo tem por objetivo fazer correlações e analogias entre os temas *Autoconscienciometria* e *Projetabilidade Lúcida* para orientar – através de referências a técnicas e fatos – a conscin com intencionalidade cosmoética no desenvolvimento da Autoconscienciometria de suas manifestações reais quando projetada do corpo humano na dimensão extrafísica.

**Definição.** A *Autoconscienciometria* é a auto-avaliação consciencial que proporciona uma “... determinação valorativa da consciência a partir dos atributos pessoais e manifestações interdimensionais dentro da escala da evolução consciencial” (VIEIRA, 1996, p. 8).

**Evolução.** O acúmulo de experiências evolutivas pessoais promove o desenvolvimento de atributos definidores da personalidade da consciência, ou ego. A Autoconscienciometria contribui para o autoconhecimento integral da consciência no estado intrafísico, extrafísico ou projetado, através de abordagens holossomáticas, bioenergéticas, multidimensionais e pluri existenciais. Essa visão de conjunto sobre si mesma orienta a própria localização na escala da evolução consciencial, como pode ser observado na Tabela 1.

**Tabela 1.** Escala Evolutiva das Consciências

01.	<b>Consréu Transmigrada</b>	<i>Conscientia transmigrans</i>	10% do Serenão
02.	<b>Consréu Ressomada</b>	<i>Homo sapiens reurbanisatus</i>	20% do Serenão
03.	<b>Pré-serenão Vulgar</b>	<i>Homo sapiens sapiens</i>	25% do Serenão
04.	<b>Isca Inconsciente</b>	<i>Homo sapiens assistens</i>	25% do Serenão
05.	<b>Tenepessista</b>	<i>Homo sapiens tenepessistae</i>	25% do Serenão
06.	<b>Projektor Consciente</b>	<i>Homo sapiens projectus</i>	30% do Serenão
07.	<b>Epicon Lúcido</b>	<i>Homo sapiens epicentricus</i>	35% do Serenão
08.	<b>Conscienciólogo</b>	<i>Homo sapiens conscientiologicus</i>	40% do Serenão
09.	<b>Desperto</b>	<i>Homo sapiens despertus</i>	50% do Serenão
10.	<b>Semiconsciex</b>	<i>Homo sapiens semiextraphysicus</i>	60% do Serenão
11.	<b>Teleguiado Autocrítico</b>	<i>Homo sapiens teleguiatus</i>	65% do Serenão
12.	<b>Evoluciólogo</b>	<i>Homo sapiens evolutiologicus</i>	75% do Serenão
13.	<b>Serenão</b>	<i>Homo sapiens serenissimus</i>	100% (modelo)
14.	<b>Consciex Livre (CL)</b>	<i>Conscientia liber</i>	∞ Evolutivo

Fonte: VIEIRA (2003, p. 198).

**Prioridades.** A Conscienciometria está entre os *autoconhecimentos prioritários* do universo da inteligência evolutiva (VIEIRA, 2000).

**Definição.** O *Conscienciograma* é a planilha técnica das unidades de medida evolutiva da consciência inteira, tendo por modelo o *Homo sapiens serenissimus* (Serenão). Trata-se de um instrumento dos mais produtivos para a autoconscienciometria holossomática da conscin.

**Definição.** A *Projetabilidade Lúcida*, ou PL, é a habilidade adquirida pela consciência intrafísica através das saídas do corpo físico, pelos veículos psicossoma ou mentalsoma, mantendo nível de lucidez igual ou maior ao da vigília física ordinária.

**Vantagens.** Baseada em autovivências, a PL traz inúmeras vantagens ao projetor consciente, a exemplo destas 10, listadas em ordem alfabética:

01. **Acerto.** A partir de visão mais realista de si, obtém-se mais acertos nas avaliações dos problemas pessoais.

02. **Autoconfiança.** Fortalecimento da autoconfiança na atuação extrafísica durante projeções e, conseqüentemente, na vida intrafísica.

03. **Autoconhecimento.** Expansão da visão real do próprio universo consciencial.

04. **Desassédio.** Possibilidade de patrocinar desassédios extrafísicos.

05. **Holomemória.** Acesso à holomemória da consciência, ocasionando recuperação mais rápida de cons.

06. **Parapsiquismo.** Dinamização do desenvolvimento de fenômenos parapsíquicos.

07. **Realismo.** Auto-avaliações mais precisas da realidade consciencial do projetor.

08. **Reconciliações.** Promoção de reconciliações com entes queridos projetados ou já dessorados e adversários extrafísicos desta e de outras existências intrafísicas.

09. **Tanatofobia.** Eliminação gradativa do medo da morte.

10. **Visão de conjunto.** Ampliação da visão de conjunto, otimizando tomadas de decisões evolutivas críticas.

**Máscara.** O soma é a grande máscara da consciência intrafísica, no qual a manifestação do indivíduo, em geral, dá lugar a caricaturas da sua realidade evolutiva. Por isso, a importância da conscienciometria diuturna, intra e extrafísica, para que a consciência se torne cada vez mais autêntica.

**Exposição.** Durante a PL, as autocorrupções, coleiras do ego e peditos mentais antes ocultados na condição intrafísica são mais facilmente acessíveis. Trata-se de um momento otimizado para a auto-análise. A realidade consciencial fica escancarada, as máscaras caem.

**Amparador.** Na PL tem-se a possibilidade de estabelecer contato direto com o amparador e receber sugestões cosmoéticas pessoais de uma consciex com maior visão de conjunto sobre suas manifestações, sem dispensar as reflexões pessoais.

**Potencialização.** A união da Autoconscienciometria com a PL amplia a visão intraconsciencial, potencializando a avaliação pelo Conscienciograma, facilitando à conscin identificar os *gaps* entre as manifestações diurnas, na vigília física ordinária, e as noturnas, quando projetado.

**Otimizações.** Para a análise do comportamento extrafísico mais isenta e profunda, esta autora sugere algumas posturas otimizadoras, a exemplo destas 14, listadas em ordem alfabética:

01. **Abertismo consciencial.** Facilitar a chegada e o aproveitamento das informações.

02. **Autocrítica.** Evitar as autocorrupções, possibilitando atingir o cerne do traço a ser trabalhado.

03. **Automotivação.** Experimentar e vivenciar traz a automotivação e a continuidade das pesquisas permitindo a reverificabilidade.

04. **Autopesquisa.** Não descartar nada. A experiência, ou até mesmo a *ausência* dela, é fonte para autopesquisa da consciência.

05. **Bom humor.** Desdramatizar para lidar com os fatos, favorecendo os trabalhos de auto-superação.

06. **Câmara de reflexão.** Evitar as interferências externas pelo auto-isolamento sadio aproxima o amparador, facilitando o aprofundamento na imersão intraconsciencial.

07. **Cosmoeticidade vivida.** O respeito ao nível evolutivo consciencial direciona os trabalhos auto e heteroassistenciais a serem desenvolvidos.

08. **Desapego.** Abrir mão de pseudoganhos ou outras posturas estagnadoras da evolução.

09. **Desarmamento.** Defender-se de quem quer ajudar demonstra imaturidade consciencial.

10. **Desrepressão.** Predispor-se para vivenciar novas situações enriquecedoras.

11. **Hiperacuidade.** Manter a lucidez, possibilitando o maior aproveitamento das experiências.

12. **Isenção.** A visão de fora, o sobreparar, proporciona a neutralidade emocional, com maior nível mentalsomático nas análises para a atuação mais acertada.

13. **Realismo.** Enxergar as coisas como elas são de fato, sem associações ou interpretações distorcidas e com lucidez máxima possível.

14. **Pesquisa.** Investigar exaustivamente o tema-chave ou o problema-chave identificado.

**Detalhismo.** Uma análise mais detalhada das próprias projeções conscienciais deve levar em consideração os seguintes 7 pontos, listados em ordem alfabética:

1. **Ações.** Analisar a coerência das condutas, comportamentos, atitudes e desempenhos pessoais.

2. **Ambiente.** Verificar o tipo do ambiente, aparências e consciexes e identificar o motivo pelo qual foi parar naquele lugar, por exemplo: assistência, afinidade pensênica, turismo, visita, educação ou pesquisa.

3. **Amparador.** Perceber, pela qualidade das energias ou *insights*, se existe a presença de amparador e identificar o motivo, inclusive de sua ausência, se for o caso.

4. **Paralisação.** Investigar as ocorrências de paralisação extrafísica, ou impossibilidade de movimentação. Identificar os *parafatos* que não permitiram sair de um ambiente ou situação, mesmo sentindo-se incomodado com aquilo.

5. **Pensenes.** Observar a qualidade dos pensamentos, sentimentos e energias.

6. **Utilidade.** Atentar para a utilidade e a inutilidade das informações captadas na dimensão extrafísica. A riqueza da vivência extrafísica vai depender do discernimento da conscin projetada para tirar lições e proveitos de todos os momentos.

7. **Taxonomia.** Identificar o foco, tema central ou materpensene da projeção. Fazer a taxonomia da experiência, temas relacionados, suas variáveis e, a partir delas, direcionar a autopesquisa conscienciométrica pelo Conscienciograma. Escolher e responder a folha do Conscienciograma a partir dos pensenes, comportamentos, temática do evento e ambiente extrafísico onde ocorreu, como será mostrado adiante através de três vivências pessoais.

**Projeciocrítica.** Não é preciso esperar uma projeção lúcida para fazer esse tipo de Autoconscienciometria. Pode-se iniciar pelos relatos projetivos já existentes, fazendo a análise crítica sobre o diário projetivo pessoal. Da mesma forma, a Autoconscienciometria das atuações intrafísicas não deve ser deixada de lado.

**Projetabilidade.** Pode-se também fazer a auto-análise do investimento diário no desenvolvimento da prática da PL e dos proveitos evolutivos adquiridos com as projeções individuais e em grupo.

**Auto-assistencialidade.** Compreendendo e comprovando que a ajuda mútua é necessária para a evolução, a conscin dá um salto qualitativo em seu processo heteroassistencial. Não se deve confundir o termo auto-assistencialidade com autoperdão ou autoconivência, estagnadores evolutivos.

**Continuísmo.** É necessário o continuísmo para ampliar cada vez mais o nível de acuidade rumo ao equilíbrio íntimo permanente.

### CASO PESSOAL I – A partir de Relato Projetivo

**Relato.** A seguir, breve relato de projeção assistencial vivenciada por esta pesquisadora.

#### Projeção Assistencial

*“Adquiri lucidez em um ambiente troposférico desconhecido nos arredores de uma residência cercada por árvores, distante do meio urbano. Era noite. Volitei para o portão de entrada e me vi já dentro da casa. Sabia intimamente que em alguns instantes uma consciex chegaria ao local e a estava aguardando. Tratava-se de assediador da moradora da casa. A consciex adentrou o local e trajava terno e gravata. Segurava uma maleta preta na mão e tinha o rosto pálido, meio esverdeado, semelhante a um cadáver. As informações que tinha é de que todas as noites ela vinha perturbar o sono da conscin. Senti grande revolta por conta da atitude da consciex perante a conscin indefesa e desinformada dessa realidade. Parti para cima da consciex com muita ira, esbravejando e a repreendendo aos gritos, até receber a informação que deveria apenas exteriorizar energia. No mesmo instante passei a exteriorizar energia, a consciex transformou-se em uma circunferência de luz e foi levada pela equipe extrafísica invisível para o processo assistencial. Ainda permaneci no local, pois aguardava outra consciex, agora com aparência de mulher. Assim que chegou, exteriorizei energia e ela também se transformou em uma circunferência de luz, podendo ser atendida da mesma forma que a anterior”* (Anotações Pessoais do Diário Projetivo; 2002).

**Restringimento.** Na Autoconscienciometria intrafísica, antes dessa projeção, esta autora se considerava uma pessoa *pacífica* por não costumar partir para agressão física ou verbal em momentos de pressão.

**Ampliação.** Já na Conscienciometria com a autovisão ampliada pela projeção, foi observado que a característica da personalidade está no pensene, e não nas atitudes intrafísicas, concluindo que existe *pensenidade agressiva* em situações que não agradam. Essa pensenidade se transformou em ação na dimensão extrafísica, através da manifestação pelo psicossoma. Mesmo que na intrafísica não se tome atitudes físicas ou verbais drásticas, a energia vai em forma de dardos, com intencionalidade imatura e hostil. Na dimensão extrafísica fica muito claro que o pensene é ação.

### TÉCNICA CONSCIENCIOMÉTRICA I – Aprofundamento Reflexivo

**Técnica.** A técnica aplicada foi a do *aprofundamento reflexivo*, utilizada no Colégio Invisível da Conscienciometria para efetuar as análises das questões do *Conscienciograma*. Consiste em trazer as análises para o microuniverso consciencial pessoal, evitando fugas e desvios da auto-análise sincera; buscar fatos e situações vivenciadas que evidenciam os traços em análise; aprofundar o estudo com o uso de livros, dicionários, cosmograma, debates e reflexões; anotar tudo e, por fim, fazer uma autoprescrição prática e pontual para iniciar o auto-enfrentamento do traço que se quer superar ou desenvolver.

**Questões.** O problema-chave identificado foi a pensenidade agressiva. Foram escolhidas aqui 4 questões, a partir do *Índice Remissivo das Folhas de Avaliação* do livro *Conscienciograma* (VIEIRA, 1996, p. 282), que auxiliam no aprofundamento da autopesquisa pensênica, com respectivas auto-análises e autoprescrições:



1. Folha de Avaliação N. 6, *Psicomotricidade* (Neurônios e Massa Muscular), Seção: *Soma*. Questão 106: “Qual o nível do seu equilíbrio global: a vivência com a cabeça, as idéias, as energias, os bíceps e a *agressividade subcerebral*?” (VIEIRA, 1996, p. 62).

**Equilíbrio.** Os aspectos a resolver rumo ao equilíbrio global são: pacificação e higiene pensênica, sanidade somática, desenvolvimento mental, parapsíquico e energético.

**Autoprescrição.** Ficar atenta para os casos em que iniciar alguma patopensenização contra alguém. Essa não é a postura ideal para a assistência. Abortar o pensene assim que ocorrer a identificação.

2. Folha de Avaliação N. 70, *Cosmoeticidade* (Conscin e Cosmoética), Seção: *Priorização*. Questão 1382: “Qual a força do seu megaparadigma cosmoético, da sua *teática* e da sua *verbação* em contraposição aos seus patopenses?” (VIEIRA, 1996, p. 190).

**Verbação.** Desenvolver posicionamento firme e cosmoético, assertividade e maior teática. Tirar proveito do nível positivo da verbação pessoal existente.

**Autoprescrição.** Ao participar de reuniões, sair da condição de *murismo* e omissão deficitária e manifestar opiniões próprias, tendo claro que a intenção é de que aconteça o melhor para todos e não somente o melhor para esta consciência.

3. Folha de Avaliação N. 70, *Cosmoeticidade* (Conscin e Cosmoética), Seção: *Priorização*. Questão 1385: “Qual o nível do seu controle racional? Qual a qualidade e o volume dos seus pensenes em relação à excelência da sua conduta?” (VIEIRA, 1996, p. 190).

**Profilaxia.** Constatação: já existe um bom nível de controle racional no dia-a-dia, mas não funciona em momentos de crise aguda. É necessário trabalhar na profilaxia desse traço.

**Autoprescrição.** Evitar as reações subcerebrais. Em caso de perceber-se sendo agredida e o impulso inicial for o revide, deve-se conter esse impulso e deixar para responder em momento de maior equilíbrio e pacificação mental.

4. Folha de Avaliação N. 88, *Pacificidade* (Conscin e Antibelicismo), Seção: *Consciencialidade*. Questão 1743: “Quais os seus empenhos maduros na dosagem inteligente da própria agressividade instintiva?” (VIEIRA, 1996, p. 226).

**Mudança.** Tem ocorrido maior lucidez na identificação dos pensenes agressivos, com a obtenção de mais de trinta por cento de sucesso nas tentativas de abortar e mudar o padrão dessas manifestações.

**Autoprescrição.** Passar um dia inteiro sem pensenizar mal de ninguém.

## TÉCNICA CONSCIENCIOMÉTRICA II – Outras Variáveis

**Profundidade.** Eis, a seguir, outros 23 temas, selecionados a partir do *Índice de Qualidades da Consciência*, apresentado no livro *Conscienciograma*, listados aqui em ordem alfabética, correlacionados ao estudo mais amplo e profundo do problema-chave, com indicação da respectiva folha de avaliação e prescrição resumida dos pontos a serem trabalhados.

01. **Antiofensividade.** Folha de Avaliação N. 45. Perdoar mais e eliminar acusações e julgamentos.

02. **Assistencialidade.** Folha de Avaliação N. 79. Sair do *egão* e intercooperar.

03. **Autenticidade.** Folha de Avaliação N. 94. Retirar as máscaras e eliminar preconceitos.

04. **Cardiochacralidade.** Folha de Avaliação N. 24. Eliminar a interferência desestruturadora do cardiochakra no trabalho assistencial.

05. **Convivialidade.** Folha de Avaliação N. 9. Conviver de forma sadia com trafores e trafares pessoais e dos outros.
06. **Imperturbabilidade.** Folha de Avaliação N. 37. Assistir, tendo somente sentimentos sadios.
07. **Intrassomaticidade.** Folha de Avaliação N. 1. Ampliar a visão intrafísica da realidade consciencial.
08. **Maxicomunicabilidade.** Folha de Avaliação N. 52. Desenvolver a comunicação proativa com o amparador.
09. **Maxifraternidade.** Folha de Avaliação N. 91. Realizar autosacrifícios anônimos em prol dos outros.
10. **Multidimensionalidade.** Folha de Avaliação N. 85. Vivenciar a realidade consciencial pura.
11. **Omnicooperatividade.** Folha de Avaliação N. 95. Trabalhar em conjunto com a equipex.
12. **Operosidade.** Folha de Avaliação N. 63. Pontuar posturas pessoais que mais interferem no trabalho de ser “operada” pelos amparadores. Entender melhor o teleguiamento na escala evolutiva.
13. **Pacificidade.** Folha de Avaliação N. 88. Ampliar conceito pessoal de pacifismo.
14. **Paraperceptibilidade.** Folha de Avaliação N. 28. Perceber e compreender a intencionalidade das consciências.
15. **Personalidade.** Folha de Avaliação N. 34. Definir a personalidade pela *coerência* entre a manifestação e a atitude pensênica da consciência.
16. **Produtividade.** Folha de Avaliação N. 47. Identificar e eliminar impedimentos do aumento da produtividade assistencial e implementar posturas que aumentem esta produtividade.
17. **Profissionalidade.** Folha de Avaliação N. 65. Desenvolver e potencializar os traços necessários para tornar-se uma amparadora profissional.
18. **Realidade.** Folha de Avaliação N. 53. Ter maior clareza da realidade.
19. **Repercutibilidade.** Folha de Avaliação N. 43. Observar repercussão evolutiva grupal e pessoal das atitudes e mudanças objetivadas.
20. **Responsabilidade.** Folha de Avaliação N. 73. Assumir a responsabilidade pelos pensenes pessoais.
21. **Retratibilidade.** Folha de Avaliação N. 44. Oportunidade de reconstruir e reparar danos passados.
22. **Sociabilidade.** Folha de Avaliação N. 51. Evitar a atitude anti-social da agressividade.
23. **Utilidade.** Folha de Avaliação N. 25. Tornar-se útil perante os amparadores.

**Variáveis.** Para esta ampliação da visão de conjunto do problema-chave, outras listagens podem ser aplicadas, por exemplo: Especialidades da Conscienciologia (VIEIRA, 2003, p. 87) e Minivariáveis da Enciclopédia da Conscienciologia (VIEIRA, 2003, p. 150).

## CASO PESSOAL II – A partir de Rememorações Projetivas

**Comparações.** Interessante também é realizar comparações entre projeções com a mesma temática, porém com resultados diferentes.

**Carência.** A carência sexual é um fato presente na maioria das conscins, mas pouco priorizada na autopesquisa.

**Fatuística.** Esta autora realizou a comparação de duas projeções de cunho sexual em momentos distintos de sua realidade afetiva.

**Paralisação.** Foi verificado que, em momentos de ausência prolongada de parceiro sexual, ocorreu uma projeção em ambiente promiscuo. Apesar do incômodo íntimo, não foi possível o afastamento do ambiente e das consciexes. Existiu uma espécie de paralisação.

**Autodefesa.** Já em período de rotina afetivo-sexual fixa, sucedeu-se uma projeção em que a abordagem sexual por parte de outra consciência não encontrou abertura desta autora projetada.

**Obnubilação.** A auto-análise evidenciou que a carência de determinada energia, neste caso a sexual, predispõe a afinização com ambientes e consciências no mesmo padrão, obnubilando a consciência, fazendo com que a necessidade predomine sobre a autolucidez e o autodiscernimento.

**Dupla.** Vale investir na constituição de dupla evolutiva para suprir carências afetivo-sexuais e tornar a evolução em grupo sinérgica no sentido de não perder oportunidades projetivas devido a padrões patológicos.

**Limitante.** A carência sexual limita o desenvolvimento da projetabilidade lúcida assistencial, impedindo a vivência de condições mais avançadas.

**Auto-investigação.** Anteriormente, não havia percepção de carência, ocorrendo uma falsa tranquilidade quanto a esse tema. A partir desta comparação, ficou claro que a carência sexual é fato. Se a sensação for de tranquilidade quanto ao assunto, a sugestão é de auto-investigação profunda sobre como se está suprimindo essa carência, caso não exista parceiro, ou parceira. A consciência busca suprir essa carência de alguma forma.

**Dúvidas.** A experiência deixou dúvidas profundas. Será que vivências patológicas promíscuas anteriores, julgadas sonhos, por não se enquadrarem na falsa auto-imagem de auto-suficiência e equilíbrio, teriam sido, de fato, projeções?

### TÉCNICA CONSCIENCIOMÉTRICA III – Tema Específico

**Conscienciograma.** Para aprofundar o autoconhecimento sobre a temática, foram selecionadas duas folhas de Avaliação do Conscienciograma, relacionadas diretamente com o tema-chave identificado. Neste caso, cabe o estudo das Folhas de Avaliação N. 4, *Sexualidade* (Conscin, Soma e Sexo), Seção *Soma* e N. 12, *Sexochacralidade* (Conscin e Sexochacra), Seção *Bioenergética*. Também foi selecionada a questão 1383, a partir do índice remissivo: “Vive você o *false moralismo* da conscin que não assume francamente a abrangência da sua sexualidade?” (VIEIRA, 1996, p. 58, 74 e 190).

**Associações.** Para identificar as questões associadas ao tema-chave das projeções, foram utilizados o índice remissivo, o índice dos títulos das folhas de avaliação, o índice das qualidades da consciência e o índice dos assuntos das folhas de avaliação do livro *Conscienciograma*.

**Avanços.** A utilização de um relato mais antigo para o aprofundamento reflexivo a partir do Conscienciograma permite visualizar pontos que passaram sem muita atenção no momento pós-vivência, e também, possibilita identificar avanços evolutivos a partir de outras experiências projetivas.

**Superação.** A releitura dos auto-enfrentamentos listados anteriormente também é objeto de Conscienciometria. Podendo-se identificar trafores a partir dos traços superados e os trafores que não permitiram avanço em alguns pontos.

**Hábito.** O trabalho constante com o *Conscienciograma* tem permitido atuar com mais constância na Autoconscienciometria do dia-a-dia. Qualquer vivência pessoal que gere necessidade de compreensão mais aprofundada, alguma reação mais impulsiva, tanto intrafísica como extrafísica, tem gerado auto-análises instantâneas e habituais, fato que não ocorria anteriormente.

**Auto-exposições.** Outro ponto observado é que as auto-exposições conscienciométricas em ambientes propícios, para consciências afinizadas com as reciclagens intraconscienciais, têm gerado mais assistên-



cia que exposições exclusivamente teóricas, por mais lógicas que sejam. A vivência gera um padrão de energia diferenciado e mais qualificado em comparação com aspectos apenas teóricos.

**Catálise.** A cada aplicação da autoconscienciometria em projeções conscienciais vivenciadas, fica mais clara a necessidade de desenvolver o atributo da projetabilidade e também que a conscienciometria rotineira é base para a ampliação do autoconhecimento, catálise evolutiva e alcance da meta maior desta existência, a desperticidade.

## REFERÊNCIAS

01. Almeida, Marco Antonio; *Autoconscienciometria e Infogrupalidade; Anais da III Jornada de Autopesquisa Conscienciológica*; Rio de Janeiro, RJ; 10 a 12 de Junho de 2004; Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia; Foz do Iguaçu, PR; 2004.
02. Bonassi, João; *Resultados da Auto-análise (Autoconscienciometria)*; *Conscientia*; Vol. 5; N. 3; CEAEC; Foz do Iguaçu, PR; jul./set. 2001; páginas 89 a 97.
03. Guzzi, Flavia; et al.; *VirtualCons – Handbook*; 94 p.; Colégio Invisível da Conscienciometria; Rio de Janeiro, RJ; 2003.
04. Musskopf, Tony; *Autenticidade (Intrafisicologia)*; *Conscientia*; Vol. 5; N. 1; CEAEC; Foz do Iguaçu, PR; jan./mar. 2001; páginas 3 a 21.
05. Vieira, Waldo; *100 Testes da Conscienciometria*; 232 p.; Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia; Rio de Janeiro, RJ; 1997.
06. Vieira, Waldo; *200 Teáticas da Conscienciologia*; 260 p.; Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia; Rio de Janeiro, RJ; 1997.
07. Vieira, Waldo; *700 Experimentos da Conscienciologia*; 1.058 p.; Instituto Internacional de Projeciologia; Rio de Janeiro, RJ; 1994.
08. Vieira, Waldo; *Autoconhecimento. Evoluciologia*; *Boletins de Conscienciologia*; Vol. 2; N. 1; Centro de Altos Estudos da Conscienciologia; Foz do Iguaçu, PR; jan./dez. 2000; páginas 19 e 20.
09. Vieira, Waldo; *Conscienciograma: Técnica de Avaliação da Consciência Integral*; 344 p.; Instituto Internacional de Projeciologia; Rio de Janeiro, RJ; 1996.
10. Vieira, Waldo; *Homo sapiens reurbanisatus*; 1.584 p.; Centro de Altos Estudos da Conscienciologia; Foz do Iguaçu, PR; 2003.
11. Vieira, Waldo; *Projeciologia: Panorama das Experiências fora do Corpo Humano*; XVI+ 1.232 p.; Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia; Rio de Janeiro, RJ; 1999.
12. Vieira, Waldo; *Temas da Conscienciologia*; 232 p.; Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia; Rio de Janeiro, RJ; 1997.

