

RELATO: Experiência no Curso de Conscienciologia Aplicada São Paulo (SP) de junho de 2001 a julho de 2003

Ana Regina Seno - Bacharel em Letras, pós-graduada em Administração/Controladoria e Pesquisadora da Conscienciologia.
anaseno@uol.com.br

Resumo: Relata vivências e aprendizados registrados durante o curso Autoconscientização Multidimensional (AMD) da Associação Internacional para a Evolução da Consciência (ARACÊ). Mostra, por meio da autopesquisa, o período de auto-enfrentamentos, do início até o final do curso. Conclui que o curso favorece o amadurecimento consciencial e a percepção da importância dos fatos ocorridos no dia-a-dia para a execução da proéxis.

Introdução

Este relato apresenta os principais aspectos vivenciados durante o curso Autoconscientização Multidimensional (AMD), da Conscienciologia Aplicada, promovido pela Associação Internacional para a Evolução da Consciência (ARACÊ). As vivências foram patrocinadas pela própria dinâmica do curso, pelo *campo assistencial* instalado em sala de aula e as constantes intervenções dos professores, bem como a exposição feita pelos alunos de suas vivências pessoais.

Eis nove pontos destacados das principais percepções e vivências pessoais que fazem parte do aprendizado:

1. Pressão holopensênica como impedimento das vivências pró-evolutivas;
2. Descobertas das autocorrupções e dos usos de mecanismos de defesa do ego;
3. Explicitação da necessidade de buscar conhecimento e desenvolvimento energético e parapsíquico;
4. Autopercepção dos pensenes (pensamentos, sentimentos e energias) e de como eles influem no cotidiano;
5. Necessidade do auto-enfrentamento;
6. Compreensão da importância da grupalidade;
7. Necessidade de sair do *murismo* e agir efetivamente;
8. Desafio constante frente à programação existencial;
9. Estudo mais profundo da consciência, colocando a prática como indicador da aprendizagem.

Início. Decidi fazer o curso AMD após receber uma ligação telefônica de uma das colaboradoras da ARACÊ, informando o início de uma nova turma em São Paulo. Era a véspera do curso e eu estava em crise existencial, com forte componente depressivo, de vazio interior e de insatisfação comigo mesma, de tal forma que o impacto causado pelo convite foi grande. Resolvi então comparecer no dia da aula para fazer a inscrição, após rápida conversa com a colaboradora, que, naquele momento, desempenhou o papel de amparadora. Agora percebo que aquela era a melhor decisão a ser tomada. Penso que todo o cenário montado era para me resgatar, ou seja, para eu começar uma profunda reciclagem existencial (recéxis).

Autocorrupção. Durante o curso, através das exposições dos professores, de suas vivências, de suas aprendizagens, conscientizei-me de que o *caminhar* evolutivo seria muito longo. A tomada de consciência de todo o processo *multidimensional*, de forma mais explícita – com exemplos dos

alunos e dos professores – evidenciavam a priorização a ser feita. A busca de uma maior auto-organização, sem mentir para mim mesma, foi a chave para despertar-me e ver o quanto as *autocorrupções* e mecanismos de defesa do ego prejudicavam em demasiado a proéxis ou *programação de vida*.

Pressão Holopensênica. Quando decidi participar do curso, evidenciaram-se os problemas, acirraram-se as emoções e com elas vieram os desequilíbrios *holossomáticos*. Comecei a dar-me conta da enorme influência do extrafísico sobre nós, de duas maneiras: positiva e negativa. Passei a observar melhor cada fato e seus detalhes no dia-a-dia.

Percepção energética: A presença das pessoas no intrafísico ficou mais forte, era como se estivesse entrando em contato pela primeira vez com a percepção real e concreta das manifestações energéticas nas inter-relações. Teve início uma etapa – que até hoje continua – que são as vivências sob o domínio energético. Quanto mais me convencia da importância das aulas e de seus benefícios, aumentavam as experiências e vivências durante o mês que antecedia a próxima aula. Era a luta entre meu modo antigo de ver as coisas e a vontade de mudá-lo. Ficou clara a existência de consciências *extrafísicas* sem interesse nas minhas mudanças por diferentes razões que desconheço em sua totalidade, apesar de ter algumas hipóteses.

Reciclagem existencial. A reciclagem consciencial começou quando decidi sair do estado de vitimização e mudar minha condição de baixa auto-estima. Vários cursos e palestras que havia feito até então me ensinaram a teoria da autopesquisa, mas nenhum deles esclareceu-me tão profundamente a ponto de pensar na necessidade de parar para observar os fatos que estavam ocorrendo a minha volta, causados pela falta de *cosmoética* e de coerência comigo mesma. Não havia uma correspondência direta entre o que eu pensava e o que eu falava, ou mesmo, com o que eu fazia. A falta de verdade nas ações colocava-me em cheque o tempo todo. Esse foi o ponto motivador para eu buscar o auto-enfrentamento.

Mudança de paradigma. As dificuldades foram vencidas a partir da determinação íntima de querer mudar, de sair da estagnação. O dia-a-dia mostrou-me como posso praticar pequenas ações em benefício de outras consciências. Comecei a mudar de paradigma, saindo do convencional em direção ao *multidimensional*. Não se muda de paradigma de um dia para outro. Há uma fase de transição nesse processo que pode durar muito tempo ou não. É uma etapa, intermediária, na qual se vive um estágio de tentativas e erros, pela falta de domínio das sutilezas ocorridas no extrafísico. As mudanças nessa fase dependem da própria vontade determinada com relação ao propósito de vida e de metas. É um período no qual passei a admitir a existência da *multidimensionalidade* e comecei a desconfiar das aparências e das “coincidências” demonstradas pelos acontecimentos e atitudes dos outros. Entretanto, ainda não conseguia “*pensar multidimensionalmente*”. Meu modo de pensar transformou-se e ampliou a visão de conjunto. Levava em consideração indicadores *multidimensionais* que conseguia perceber, abarcando possibilidades menos explícitas através da lógica *intrafísica*. Quando alguém *pensa na multidimensionalidade*, dá uma significação maior aos acontecimentos – mesmos os pequenos. Ficar atento para perceber o maior número de indicadores potencializa a visão de conjunto. Quando alguém descobre a existência de todo este processo e o aceita como real e verdadeiro para si mesmo (ou seja, leva em consideração a influência que a *multidimensionalidade* exerce nas ações diárias) está sujeito a uma transformação mais ampla porque passa a *pensar multidimensionalmente*. A maior experiência é quando alguém, antes de agir no cotidiano como sempre faz, pára e pensa com a disposição de obter maior visão de conjunto possível a fim de reagir de modo diferente ao anterior. Com isto, através da repetição deste método, implanta um novo paradigma de comportamento para si.

Domínio energético e parapsíquico. A busca do conhecimento energético e parapsíquico tornou-se desafiante. Tudo o que se pensa, sente e faz é informado através de nossas energias. Essa tomada de consciência é útil para o processo da assistência, pois a *conscin*, ao fazer a leitura energética, com o parapsiquismo desenvolvido, compreende imediatamente o que se passa. Também entende o quanto pode ajudar e a forma de atuar. A tendência é que, quanto mais a consciência pratica esta percepção, mais adquire condições de melhorar a assistência, seja pela tarefa do esclarecimento (*tares*) ou pela tarefa da consolação (*tacon*), conforme o caso e o momento. Este aspecto é o da aprendizagem constante, que continua acontecendo comigo e está cada vez mais presente. Portanto, uma das minhas metas diárias é praticar a técnica do Estado Vibracional (EV) diariamente, pelo menos 20 vezes ao dia.

Autopercepção de pensenes. Simultaneamente à tomada de consciência sobre o domínio energético, aumentou minha percepção dos *pensenes* - pensamentos, sentimentos e energias que gravitavam em torno de minha psicosfera. Compreendi que eles penetravam como cunha mental e se acoplavam devido à afinidade existente em mim, ou seja, em meu íntimo havia um *embrião* daquele tipo de pensene. Por isto eles se instalavam, ocupavam minha mente, minhas emoções, baixando minha lucidez. São necessárias atenção concentrada, esforço e disciplina para manter a higidez pensênica. Ainda não somos *Serenões*, portanto, a manutenção de um padrão *pensênico* positivo é difícil e oscila muito durante todo o dia. Depende de nós o controle, a perseverança e a dedicação para a manutenção da higidez *pensênica*, pelo menos no melhor nível que pudermos. Em meu cotidiano, observava-me *pensenizando* contra aqueles com quem me inter-relacionava, durante minutos que, somados, formavam horas. Perceber as energias significa saber ler os *pensenes* dos ambientes e das pessoas com as quais interagimos e, portanto, discernir sobre a qualidade da intencionalidade manifesta. A maior vantagem de todo este processo é que comecei a tomar consciência de meus *milimétricos pensenes*: o quanto eu *pensenizo* "assediadoramente" em relação aos outros. A mudança de atitude foi iniciada com a idéia fixa de afastar todos aqueles *pensenes* imediatamente, ao perceber que alguns deles não se originavam em mim. Comecei na prática a fazer a *diferenciação* daquilo que pensava e sentia, utilizando as perguntas: até que ponto isso é meu? Ou é do outro? Os primeiros ensaios saíram tímidos, sem muita convicção, até que ao final de algumas semanas, consegui estabelecer minimamente um certo padrão de *pensenedade* mais hígido. Esta é uma tarefa atual e constante.

Grupalidade. A autopercepção *pensênica* otimizou a *diferenciação*, ou seja, saber diferenciar o meu padrão pensênico de outro, no momento em que uma consciência extrafísica (*consciex*) entra em nossa psicosfera. Havia duas fontes de influências *pensênicas*: a extrafísica e a intrafísica. Conscientizei-me de que para avançar seria necessário exercitar, ou praticar o que aprendi nas inter-relações grupais. Não existia outra saída, a não ser a prática. Tive *insights* sobre a importância de atuar dentro de um grupo, quer seja ele familiar, profissional ou de pesquisa, em torno de uma idéia, para melhorar minha compreensão, observar meus *trafores* - traços força, e meus *trafares* - traços fardos. Em grupo é premente a oportunidade do *espelhamento*, quando nos vemos no outro a partir do momento em que o observamos. Tornamo-nos críticos ferozes, implacáveis, pois o objeto da crítica é justamente uma característica que temos dentro de nós mesmos e portanto conhecemos bem. Na vivência do dia-a-dia experimentei o desafio dos conflitos grupais, reforçados pela equipe extrafísica, que intensificava a experiência. A crise estava instalada. O tempo todo a equipe extrafísica de amparadores montava cenários e situações para testar minha intencionalidade, *cosmoética*, ou seja, levavam-me a entender a realidade do enfrentamento, para que observasse minhas incoerências quando estava mentindo ou utilizando algum mecanismo de defesa do ego. Isto impelia à prática daquilo que havia aprendido em teoria nas aulas do AMD. Era a vivência da *teática* - teoria e prática, que me impulsionava a caminhar com o objetivo de sair do círculo da crise recorrente e partir para a

crise de crescimento, buscando atuar na assistência aos demais. Essa foi a parte mais difícil, penosa, (insuportável muitas vezes), mas a chave para sair do *egocarma* e começar a atuar no *grupocarma* em direção ao *policarma*.

Murismo. O primeiro impacto foi a percepção de tomada de decisão diante das indefinições existenciais e *vivenciais* com os diferentes grupos com os quais mantenho contato. Fazer a opção com clareza, de modo consciente, de forma convicta, esquecendo as demais alternativas não escolhidas representou algo importante para mim, pois até então havia vivido uma vida *insincera*, sem sair do *murismo* no qual me encontrava. Interessava-me por muitas coisas, mas não realizava nenhuma delas na prática. Tudo era aprendido e lido pela metade, sem a dedicação e o compromisso necessários para a verdadeira execução de uma programação existencial. Estar em grupo somente para buscar um certo tipo de consolo ou preencher um vazio afetivo não é motivo para alguém sair dizendo que faz parte de um grupo de trabalho. Então, as contradições apareceram e explodiram em discussões, rancores, conflitos, desinteresses, desmotivações, falta de fraternismo, traços de imaturidade. Julguei que estava mal compreendida e que todos ao meu redor não se interessavam em ajudar-me no que fosse necessário. Só que eu não lhes falava sobre isso, não me expunha dizendo o que estava sentindo, o que se passava dentro de mim; não lhes contava em detalhes a crise que experimentava. Estava com medo e vergonha da crise e dos problemas. Encapsulei-me na intenção de ganhar coragem. Mas os meses se passavam e o conteúdo das aulas ampliava meu conflito interno. Havia sempre um professor, ou algum aluno, que contextualizava em aula alguma experiência vivida e como a havia superado. De forma contumaz, aquela experiência relatada era de algum modo aquilo que eu estava vivenciando. Percebo que as aulas são pura assistência aos participantes – foi inclusive para mim. Saía das aulas com muitas idéias, informações para refletir e, o que é mais importante, com uma solução ou um caminho para resolver meus conflitos internos, investir e melhorar minhas inter-relações. Nestes momentos senti a ajuda dos amparadores, quando decidi intimamente mudar e fazer uma reciclagem intraconscencial.

Programação existencial. A identificação da *proéxis*, programação existencial, ou pelo menos saber mais ou menos a direção a trilhar, fez-me compreender que algumas peças do quebra-cabeça de minha vida já estavam colocadas sobre a mesa, encaixadas, prontas para receber a peça seguinte e depois a próxima, até formar todo o quadro de minha *proéxis* que espero, no futuro, estar um pouco mais completo. Investir nos atributos do *mentalsoma*, desenvolver o parapsiquismo e fazer assistência através da técnica da *tenepes* - tarefa energética pessoal: estas foram algumas das ferramentas adquiridas para o início da execução, na prática, da *proéxis*.

Campo assistencial. O *campo assistencial* instalado nas aulas de Conscienciologia Aplicada contribui para a conscientização de situações mal resolvidas dentro de nós, algumas delas grupais. Os alunos, se estiverem predispostos, podem ser favorecidos pelos amparadores ali presentes e atuantes. A percepção deste *campo assistencial* cada vez mais nos proporciona capacitação para compreender e resolver pendências internas e com outras consciências. O objetivo é buscar a reconciliação, o resgate consciencial, o *heteroperdão*, enfim, a libertação *grupocármica*, entendendo sempre que existem tarefas a serem realizadas em conjunto, em grupo, a fim de implantar, dentro de alguma escala, uma reurbanização no planeta e em nosso *microuniverso consciencial*.

Conclusão. À guisa de conclusão, afirmo a validade e o benefício das aulas do AMD. Durante os 20 meses (tive 2 aulas a menos que os demais alunos) vivenciei experiências reais e concretas de auto-enfrentamento, de pressão holopensênica, de crise de diferentes naturezas, mas o mais importante foi o aprendizado do uso das ferramentas evolutivas. Cada aula é um preciosismo de sutileza e de profundidade na abordagem do conteúdo. Mas nada foi mais significativo e produtivo do

que quando me dispus a participar e contribuir para os relatos em classe. Os conceitos repassados no curso favorecem o amadurecimento consciencial, proporcionando condições para os alunos darem a devida importância aos mínimos detalhes ocorridos no cotidiano. O que mais chama a atenção é a abordagem e a composição da visão de conjunto, através dos sucessivos auto-enfrentamentos provocados pelas vivências. Isso evidencia que somente a teoria e a prática, a teática, coloca-nos frente a frente com nossa *proéxis* - programação existencial.

REFERÊNCIAS:

- Curso Autoconscientização Multidimensional - Conscienciologia Aplicada.** (Associação Internacional para a Evolução da Consciência - ARACÉ) de junho/2001 a junho/2003, 4ª turma de São Paulo (anotações das aulas);
- VIEIRA, W. **Manual da Proéxis.** Ed. IIPC, Rio de Janeiro, 1997;
- ATHAYDE, J. T. **Percepções Energéticas na Cosmoética,** Revista *Conscientia*, CEAEC Editora, v.3, n.3, Foz do Iguaçu, 1999.