

# COMUNICAÇÃO E AUTOPOSICIONAMENTO COSMOÉTICOS

*COMUNICACIÓN COSMOÉTICA Y POSICIONAMIENTO*

*COSMOETHICAL COMMUNICATION AND POSITIONING*

## Marcos Mazzini Zeferino

Voluntário e pesquisador na Conscienciologia desde 2013, é professor e atualmente integra a equipe do IIPC, em Florianópolis, e a Assessoria de Comunicação Internacional. Possui graduação em Administração e Psicologia, com especialização em Gestão de Pessoas. mazzinizeferino@gmail.com  
(48)99628-8113

### RESUMO

O trabalho aborda estratégia utilizada pelo autor, a partir da técnica da evolução de cláusula do código pessoal de cosmoética (CPC) mediante revisões periódicas, para qualificar o atributo consciencial da comunicabilidade assertiva. Inicialmente, o item do CPC estimulava o autor a ter mais liberdade ao se expressar durante as interações. Tendo percebido ganhos conscienciais, mas ainda notando necessidade de aperfeiçoamento, alterou redação do item substituindo-a por cláusula oposta visando diminuir quantitativamente a exposição, porém qualificando-a com atributo da assertividade. Exemplos de resultados alcançados são apresentados em tabelas comparativas, conforme anotações na autopesquisa. Concluiu-se que é pertinente acompanhar as cláusulas estabelecidas no CPC, periodicamente e em momentos oportunos, para se realizar balanço, a fim de ajustá-las, melhorando-as, se for o caso. Esta metodologia amplia, igualmente, a cosmovisão intrafísica do experimentador.

**Palavras-chave:** 1. Autoexpressão. 2. Assertividade. 3. Cláusula. 4. Interlocução.

**Especialidade:** Comunicologia.

**RESUMEN**

El trabajo aborda la estrategia utilizada por el autor, basada en la técnica de la evolución de la cláusula del código personal de cosmoética (CPC) mediante revisiones periódicas, para calificar el atributo concienstial de la comunicabilidad asertiva. Inicialmente, el ítem CPC animaba al autor a tener más libertad a la hora de expresarse durante las interacciones. Habiendo obtenido beneficios concienenciales con la práctica del atributo, percibió la necesidad de perfeccionamiento, modificó la redacción del ítem, reemplazándolo con la cláusula opuesta de reducción cuantitativa de la exposición, calificándolo con el atributo de asertividad. Los ejemplos de los resultados obtenidos se presentan en tablas comparativas, de acuerdo con lo apuntado en la autoinvestigación. Se concluyó que es pertinente dar seguimiento a las cláusulas establecidas en el CPC, periódicamente y en momentos oportunos, para realizar un balance, con el fin de ajustarlas, mejorándolas en caso de necesidad. La presente metodología también amplía la cosmovisión intrafísica del experimentador.

**Palabras clave:** 1. Autoexpresión. 2. Asertividad. 3. Cláusula. 4. Interlocución.

**Especialidad:** Comunicología.

**ABSTRACT**

This work approaches the strategy used by the author, from the evolution clause technique of the code of personal cosmoethics (CPC), with recurrent revisions to qualify the assertive communicability consciencial attribute. At first, the CPC item encouraged the author to feel freer when expressing himself during interactions. Having noticed consciencial gains while practising the attribute, the author observed the need for improvement, changed the text of this item, substituting it for a contrary clause to reduce quantitatively the exposition, qualifying it with the attribute of assertiveness. Examples of the results gained are presented in comparative tables according to notes in the self-research. It is concluded that it is pertinent to follow the established clauses in the CPC, improving them, if necessary. This methodology amplifies, equally, the intraphysical cosmovision of the experimenter.

**Keyword:** 1. Self-expression. 2. Assertiveness. 3. Clause. 4. Interlocution.

**Specialty.** Communicology

**INTRODUÇÃO**

**CPC.** O Código Pessoal de Cosmoética (CPC), proposta lançada por Vieira (2018, p. 5.877) é compilação de normas de ortopenicidade, diretrizes comportamentais, norteadoras da evolução consciencial, onde

quer que se manifeste, seja de consciência intrafísica, seja extrafísica, ou, ainda, conscin projetada.

**Renovações.** Na experiência pessoal, o CPC é ferramenta propulsora de mudanças evolutivas.

**Técnica.** O autor utiliza código pessoal de cosmoética (CPC), de maneira permanente, desde janeiro de 2015, quando elaborou versão visando potencializar intenção cosmoética.

**Incremento.** A partir de janeiro de 2017 implementou, a cada 12 meses, revisões das cláusulas do CPC.

**Período.** Para isto, escolheu a primeira semana de janeiro, período favorável a reflexões pessoais e estabelecimento de metas para o novo ano, conforme a autoexperimentologia.

**Comunicação.** Considerando o CPC impulsionador das reciclagens que a consciência se propõe este autor identificou, durante a revisão, a necessidade de incluir cláusula específica qualificadora da comunicabilidade.

**Avanços.** Com esta inserção, pôde perceber avanços consideráveis no atributo da comunicação, em especial mais liberdade à autoexpressão.

**Objetivo.** Ante o exposto, o presente trabalho apresenta técnica aprimorativa de cláusulas pessoais do CPC, visando qualificar a própria comunicabilidade.

**Seções.** Assim, o texto é, além desta introdução e considerações finais, composto por:

- I. **Contextualização da intraconsciencialidade.**
- II. **Apresentação da metodologia utilizada.**
- III. **Resultados mensurados na aplicação da técnica.**

## I. CONTEXTUALIZAÇÃO DA INTRACONSCIENCIALIDADE

**Exposição.** O maior problema percebido em relação à autoexpressão era a dificuldade de exposição em público e tendência a evitar conflitos denotada no silêncio pessoal, ou seja, preferência por calar-se.

**Trafal.** O autor identificou traço faltante associado à opção pelo silêncio, qual seja, inabilidade da autoexpressão.

**Efeito.** Diante disto, identificou, igualmente, um efeito negativo: restrição, autoimposta, da liberdade de expressão.

**Tridotação Consciencial.** A tríade de poderes conscienciais, a saber, comunicabilidade, parapsiquismo e intelectualidade, na condição de talentos conjugados (Vieira, 2003, p. 84) favorecem a representatividade da consciência perante o grupo de convivência.

**Relevância.** Na ponderação pessoal, o autor reconheceu que habilidade comunicativa fortalece o reconhecimento grupal, daí, entendeu a importância do assunto aos intermissivistas.

**Desafio.** Assim sendo, acrescentou cláusula no CPC prevendo falar nas situações que surgissem, e também procuraria oportunidades para se expor. Inicialmente, o item propunha: “*Procurar falar mais e buscar o senso de universalismo.*”

**Propósito.** “*Falar mais*” foi expressão adequada para resumir ideia de aumentar a autoexposição, oralmente, nas oportunidades que surgissem. A segunda parte da cláusula, “*universalismo*”, para o autor significava sair da zona de conforto da taciturnidade, buscando troca de ideias com qualquer pessoa, em qualquer idioma, em qualquer contexto, desde que cosmoético.

**Observação.** Ao conhecer a Conscienciologia notou o quanto autoexposição era, evolutivamente, estimulada. Em especial, nas aulas do primeiro curso de Projeciologia (Florianópolis-SC) em 2013, e em 2014 durante a primeira visita ao *Tertuliarium* (Foz do Iguaçu-PR), ao se deparar com a placa de recomendação: “*Não permaneça invariavelmente em silêncio aqui no Tertuliarium. O paracébro é uma coisa preciosa demais para se desperdiçar.*”

**Expansão.** E assim, nos ambientes conscienciológicos, onde sentia-se mais à vontade à autoexposição, passou a forçar manifestar-se, a exemplo da docência conscienciológica, ao fazer perguntas, *in loco*, nas tertúlias conscienciológicas, mini-tertúlias e palestras presenciais, por exemplo.

**Crescendo.** Gradualmente, ampliou a exposição aos ambientes diversos, tais como: cursos na Socin, trabalho profissional e nas aulas da universidade.

**Resolução.** Com determinação e evidência pessoal, aos poucos, conquistou confiança, inclusive em situações embaraçosas, em diversos ambientes, até chegar ao ponto de considerar o travão superado.

**Avanço.** Assim, conseqüente crescimento pessoal fez com que a cláusula ficasse obsoleta, exigindo nova redação em 2019, qualificadora

do atributo: “*Procurar desenvolver a habilidade de síntese na comunicação, sem deixar lacunas.*”

**Objetividade.** O próximo passo foi desenvolver capacidade de sintetizar ideias, buscando falar menos, quantitativamente, primando pela mensagem sintética, porém com mais qualidade, objetividade, e sem deixar lacunas.

## II. APRESENTAÇÃO DA METODOLOGIA

**Escrita.** Conforme mencionado anteriormente, o autor primou pela qualificação da cláusula do CPC, comunicabilidade pessoal, por entender ser, naquele momento evolutivo, gargalo pessoal a ser ultrapassado.

**Cumprimento.** Consoante experiência particular com vivência do CPC, o autor observou que cláusulas autoestabelecidas devem ser seguidas e mantidas pelo tempo que a consciência julgar necessário.

**Balanço.** De acordo com auto-investigação, o experimentador percebeu que o momento de revisar cláusulas do CPC é personalíssimo.

**Indicação.** O autor recomenda que inaltere o artigo do código até considerar que a cláusula cumpriu, totalmente, sua função, no momento evolutivo do pesquisador.

**Profilaxia.** Há ocasiões em que o objetivo da cláusula é considerado completo, no entanto, a consciência opta em mantê-la por mais uma temporada até que seja realmente firmada, tal qual precaução à recaídas.

**Reflexão.** Cabe destacar que, para retirada do artigo do CPC, é preciso haver confiança plena de que a cláusula não é mais necessária.

**Razões.** Eis 9 exemplos de situações, observadas pelo autor e destacadas alfabeticamente, que indicam à consciência demanda evolutiva de reavaliação de tópico:

1. **Comportamento estabelecido.**
2. **Especificação redacional.**
3. **Ganho evolutivo concretizado.**
4. **Inserção de novos itens.**
5. **Item totalmente assimilado.**
6. **Mais aplicabilidade prática.**
7. **Precisão do item.**
8. **Reciclagem concluída.**
9. **Segmentação do conteúdo.**

**Configuração.** Na revisitação do CPC o autor utiliza as etapas a seguir descritas conforme funcionalidade cronológica:

### A. Construção de planilha eletrônica.

**Inserção.** Em planilha eletrônica, abre-se três colunas, conforme detalhamento abaixo:

1. **Coluna A:** intitulada de “Cláusulas ano”, elenca cláusulas atuais.
2. **Coluna B:** denominada “Observações” ao lado direito da coluna A, descreve o desempenho, e impressões pessoais para cada cláusula.
3. **Coluna C:** designada “Manter?”, para anotar *não*, *sim*, ou *sim com reservas*.

### B. Autorreflexão crítica.

**Fases.** Após leitura da planilha, responde-se perguntas, consoante etapas destacadas em sequência:

**B.1. Autoquestionamento 1.** A partir da cláusula 1, pondera sobre cada uma, respondendo: *A cláusula vem sendo aplicada, de algum modo, na rotina, ou se limita a ser apenas teoria?*

**Indicador.** Se a conclusão a este questionamento aponta para algo teórico, ou seja, mesmo sendo algo significativo para a consciência, ela não a utiliza, é indicação de possível ajuste.

**B.2. Autoquestionamento 2.** Em havendo algum nível de aplicabilidade da cláusula, parte-se para questionamento posterior quanto ao desempenho, respondendo à pergunta: *Tenho tido ganhos ou avanços intraconscientes com a cláusula ou ainda sinto que estou “derrapando”, como se não sáísse do lugar?*

**Ponderação.** Outro indicador à necessidade de ajuste da cláusula é, mesmo havendo alguma aplicabilidade, estar insatisfeito com o desempenho, pois a cláusula deve ter funcionalidade para consciência e produzir impacto prático no seu modo de vida.

### C. Desfecho.

**Solução.** Então, após analisar cada cláusula, conforme comportamento teático, define-se desfecho do item, anotando na coluna C uma dentre as 3 opções abaixo.

1. **Não:** A cláusula não será mantida.
2. **Sim:** A cláusula será mantida.
3. **Sim com ressalvas:** A cláusula será ajustada.

### III. RESULTADOS MENSURADOS NA APLICAÇÃO DA TÉCNICA

**Apresentação.** O presente estudo diz respeito à efetividade de revisão sistemática de cláusulas do CPC e, a seguir, são ressaltados os resultados especificamente no item referente ao atributo da comunicação, utilizando-se padrões de comportamento observados.

**Padrões.** Para isto, são apresentadas 3 tabelas:

- a. **Tabela 1:** contém padrões de comportamentos anteriores à utilização do CPC.
- b. **Tabela 2:** possui exemplos de situações após o estabelecimento de cláusulas do CPC e anterior à revisão de cláusula.
- c. **Tabela 3:** exemplifica o padrão após a revisão da cláusula.

**Exemplos.** Em cada tabela os exemplos estão dispostos por ordem lógica e sequencial, onde é apontado o comportamento percebido antes de comunicar, durante a comunicação, e após se comunicar.

**Tabela 1 – Autoexpressão: antes da utilização de cláusula no CPC**

Contexto	Comportamento	Repercussões
Situações de possíveis chances de exposição	Evitava exposição	Tensão
Ao se expor (obrigatoriamente)	Fala com dificuldade, ou trava ao se expor	Ruborização; Confusão mental
Após a exposição	Escondimento	Raiva; Vergonha

**Avaliação.** Nota-se que, antes da utilização de cláusula no CPC sobre comunicação, havia tendência de evitação da autoexposição. Nas situações que demandavam a fala percebia a comunicação sem clareza, acentuada pela ansiedade gerada.

**Tabela 2 – Ampliar autoexpressão:** após a utilização da cláusula no CPC

Condição	Postura	Repercussões
Busca oportunidade de exposição	Candidata-se a se expor, faz comentários	Ansiedade
Ao se expor	Apresenta as ideias que deseja manifestar	Euforia
Após exposição	Analisa a conduta realizada	Constante sensação que pode melhorar a forma de se expressar

**Análise.** A utilização do CPC para reciclagem da autoexpressão ajudou o autor a atingir nível de desrepressão comunicativa. A cláusula específica da autoexpressão foi inserida no início de 2015 e considerada totalmente assimilada ao final de 2018, ou seja, foi mantida por 4 anos.

**Oportunidades.** O novo padrão de manifestação, em termos comunicativos, passou a ser de buscar oportunidades para se expressar e expor ideias. Notou que sempre havia a autocrítica, por vezes disfuncional, mas que não chegava a ser um empecilho. Nesse período ficou caracterizada uma ansiedade nítida em tais ocasiões.

**Tabela 3 – Qualificar autoexpressão:** após revisão da cláusula no CPC

Condição	Postura	Repercussões
Analisa a pertinência da exposição	Organiza as ideias	Geralmente mais tranquilidade
Ao se expor	Prima pela precisão	Geralmente mais tranquilidade
Após a exposição	Analisa a contribuição feita	Geralmente mais pacificação íntima

**Conclusão.** A partir da revisão da cláusula o foco deixou de ser quantitativo e passou a ser qualitativo, com assertividade.

**Estilo.** O padrão de comportamento notado foi, ao invés de se lançar à fala, analisar sua pertinência, pois considerando que o tempo é limitado e que outras consciências precisam se expressar, é cosmoético pensar em não abusar do tempo disponível.

**Precisão.** Por exemplo, se algo que pretendia comentar já foi falado a consciência pode focar sua contribuição com o que ainda não foi manifestado, sendo mais cirúrgica ao se expressar.

**Arrancada.** Em geral, o início de qualquer empreendimento consciencial é mais delicado pois demanda esforço extra para sair da estagnação. A reciclagem para aumentar a autoexposição mais cadenciada, enquanto a qualificação da comunicação foi mais acelerada. A referida cláusula foi mantida entre 2019 e 2021, ou seja, utilizada por 3 anos.

**Aprendizados.** Muitos aprendizados vieram de oportunidades em que, mesmo equivocado ou tendo iniciado uma fala desorganizada, a refutação ou contra-argumentação do interlocutor conduziu a reflexões e aprendizados riquíssimos.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

**Autoconfrontamento.** Revisar os itens do CPC, modificando cláusulas conforme a exigência evolutiva, pavimenta o caminho entre o idealizado e o praticado.

**Diminuição.** Assim, reduz o *gap* teático perante o paradigma consciencial, e conseqüentemente, à holomaturidade.

**Aplicação.** A sistemática de revisão de critérios do CPC foi suporte profícuo realização de melhoria contínua no atributo consciencial pessoal da comunicabilidade, primeiro ajudando a desreprimir, e então a qualificá-la.

**Equipex.** A comunicação fluindo melhor torna a tarefa do esclarecimento mais efetiva tanto quanto a conscin torna-se mais confiável perante à equipe extrafísica dos amparadores.

**Assertividade.** Importa destacar que a revisão se concentrou no firme propósito de qualificação da fala.

**Concentrar.** Cabe lembrar o viés assistencial da comunicação, e saber exercitar a capacidade de síntese é conquista mentalsomática.

**Excessos.** Os excessos sempre são distópicos, falar muito pode ser inconveniente e tomar tempo das pessoas, enquanto falar pouco pode deixar lacunas na informação se não estiver lúcido ao que é melhor no contexto específico.

**Circularidade.** Considera-se que, didaticamente, em situações tarrísticas, falar sem síntese, a exemplo da *técnica da circularidade* (Vieira, 2014, p. 40), torna-se indispensável se considerar a compreensão pelo interlocutor na contingência específica.

**Cosmoética destrutiva.** Saber comunicar-se assertivamente exige lucidez e discernimento para desconstruir padrão comunicativo disfuncional e substituí-lo por algo melhor.

**Substituição.** Essa mudança influencia, para melhor, o holopen-sene da consciência e produz resultados holossomáticos, já que assertividade qualifica o padrão das energias.

**A PRECISÃO NA COMUNICAÇÃO, DESENVOLVIDA POR MEIO DA EVOLUÇÃO DE ITENS DO CPC, DEMANDA AUTOEXPOSIÇÃO CONSTANTE E PERMITE MANTER O MEGAFOCO NA AUTOEXPRESSÃO COSMOÉTICA.**

### BIBLIOGRAFIA ESPECÍFICA

1. **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; pág. 40.

2. **Idem; *Manual da Proéxis***: Programação Existencial; 168 p.; 40 caps.; 17 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; 3a Ed.; *Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia* (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 2003; página 84.

3. **Idem; *Código Pessoal de Cosmoética***; verbete; In.: **Vieira, Waldo**; Org.; *Enciclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; CLXXIV+23.004 p.; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 Emails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 274 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 *websites*; 670 filmes; 13.896 refs.; 54 videografias; 1.087 *webgrafias*; 9ª Ed. Digital; rev. e aum.; *Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2018; ISBN 9788584771202; páginas 5.877 a 5.822; disponível em: <<http://encyclossapiens.space/nona/ECDigital9.pdf>>.

