



Aplicação de Técnicas Projetivas: Cientificidade e Autoanálise Intraconscencial

*Aplicación de Técnicas Proyectivas: Cientificidad y Autoanálisis
Intraconciencial*

*Projective Techniques Application: Scientificity and Intraconsciential
Self-analysis*

Katia Yuahasi

Resumo

O presente artigo objetiva apresentar os resultados da aplicação de técnicas projetivas de maneira técnica, científica, embasadas no Paradigma Consciencial. Para tal, explicita fatores influenciadores da projeção, autoexperimentação projetiva, autoanálises dos relatos projetivos associados com variáveis do cotidiano, e aprendizados decorrentes da investigação analítica da autora. Ao concluir, ressalta a importância da aplicação de técnicas na experimentação comprobatória e enquanto ferramenta assistencial das consciências.

Palavras-chave: assistência; autoanálise; autoexperimentos; técnicas.

Resumen

Este artículo presenta los resultados de la aplicación de técnicas proyectivas de una manera técnica, científica, basadas en el Paradigma Conciencial. Para ello, explicita los factores influenciadores de la proyección, autoexperimentación proyectiva, autoanálises de los informes proyectivos asociados a las variables de la vida cotidiana y aprendizajes derivados de la investigación analítica del autor. Al finalizar, hace hincapié en la importancia de la aplicación de técnicas para demostrar la experimentación y como herramienta de asistencia a las consciencias.

Palabras clave: asistencia; autoanálisis; autoexperimentos; técnicas.

Abstract

This article presents the results of application of projective techniques in a technical and scientific manner, grounded in the Consciential Paradigm. It enlightens the influencing factors of the projection of the consciousness, projective self-experimentation, self-analysis of projective reports associated with variables of everyday life, and learnings arising from the analytical research of the author. Upon completion, it emphasizes the importance of applying techniques in proving experimentation and as an assistential tool to consciousness.

Keywords: assistance; self-analysis; self-experiments; techniques.

INTRODUÇÃO

Objetivo. O objetivo proposto por esta autopesquisa foi vivenciar projeção lúcida, na qual visava: (1) aplicação de técnicas projetivas e métodos diários; (2) teática (teoria e prática) da projeção consciente; (3) qualificar a interassistência; e (4) autoconhecimento da manifestação consciencial.

Metodologia. A metodologia utilizada nesta autopesquisa foi: autoexperimentos projetivos com a aplicação de técnica projetiva da saturação, autopesquisa e heteropesquisa do tema abordado.

Estruturação. Este artigo está estruturado da seguinte maneira descrita abaixo:

1. Projeção consciente;
2. Fatores influenciando a projeção lúcida;
3. Técnica projetiva;
4. Aprendizados;
5. Conclusão.

I. PROJEÇÃO CONSCIENTE

Definição. A *projeção consciente humana* é a experiência peculiar de percepção do meio (ou ambiente), seja espontânea ou induzida, na qual o centro de consciência de alguém aparece se situar em uma locação espacial separada do próprio corpo humano vivo (soma respirando); passagem da consciência do estado intrafísico para o estado projetado (VIEIRA, 1999; p. 107).

Acessabilidade. A projeção consciente é um fenômeno acessível a qualquer conscin (consciência intrafísica) interessada em autocomprovar através da prática experimental.

Atitudes. Algumas posturas podem otimizar o projetor iniciante para a autovivência da projeção lúcida, aos moldes das identificadas na vivência da autora, tais como as descritas abaixo em ordem alfabética:

1. **Assistencialidade.** A assistência como meta evolutiva da projeção lúcida.
2. **Cosmoética.** O nível cosmoético do projetor no seu dia a dia.
3. **Determinação.** A determinação nos estudos e aplicação de técnicas projetivas.
4. **Disciplina.** A disciplina na aplicação de técnicas projetivas.
5. **Intencionalidade.** A qualificação da intencionalidade sadia.
6. **Motivação.** A motivação clara, objetiva e evolutiva pelo interessado.
7. **Vontade.** A vontade como mola propulsora para o projetor iniciante.

Receita. Não existe receita infalível para a projeção lúcida. Contudo, vai depender do investimento do projetor, e da sua intencionalidade, a obtenção de sua meta.

Ciência. A aplicação de técnicas científicas consolida-se pela repetitividade, planejamento e organização da conscin de maneira técnica, na qual, faz-se a coleta de dados, variáveis, detalhes para posterior análise.

Acompanhamento. O acompanhamento do experimento projetivo é importante para ajustar, alterar ou trocar de técnicas quando necessário, de acordo com os resultados esperados, de acordo com sua sintonia com a meta almejada.

Autoconhecimento. Muitas vezes, o resultado não é alcançado devido à falta de autoconhecimento, de suas próprias manifestações conscienciais, idiossincrasias e intraconsciencialidade, seja por ignorância ou falta de autoenfrentamento pela consciência.

II. FATORES INFLUENCIANDO A PROJEÇÃO CONSCIENTE

Facilitadores. Eis a seguir, descrita em ordem alfabética, lista de fatores facilitadores identificados e aplicados pela autora nesta autopesquisa:

Autoconscientização multidimensional;
Autopesquisa;
Projeciocrítica;
Projeciografia;
Técnicas projetivas.

Dificultadores. Os fatores identificados pela autora como dificultadores para a projeção lúcida estão listados, abaixo, em ordem alfabética:

Despriorização;
Falta de hábito;
Medo;
Preguiça;
Sono.

Personalíssimo. Cabe a cada autopesquisador identificar quais fatores facilitadores e dificultadores estão influenciando seu microuniverso consciencial. Desta maneira, poderá estabelecer estratégias para potencializar seus facilitadores e superar suas dificuldades.

Estratégias. Cada consciência é única; por isso, cada pessoa poderá estabelecer estratégias que funcionam para si mesma.

III. TÉCNICA PROJETIVA

Apresentação. A aplicação da técnica projetiva será descrita a seguir, de acordo com as etapas cronológicas da autopesquisa: (A) Autoexperimentos projetivos; (B) Reajustes dos experimentos; e (C) Resultados.

A. Autoexperimentos projetivos

Vídeo-projeção. A técnica projetiva utilizada foi a saturação projetiva através da visualização do vídeo sobre projeção lúcida durante todos os dias, obtida no endereço do *youtube*.

Adaptação. No início da experimentação, foi necessário um período de adaptação no cotidiano da autora, no qual o hábito de anotar as parapercepções precisou ser consolidado na sua rotina.

Acompanhamento. Durante toda a aplicação da técnica, foi realizado acompanhamento semanal para checar os resultados obtidos, de maneira que pudessem ser inseridas mudanças e/ou reajustes na técnica projetiva.

B. Reajuste dos autoexperimentos

Livro. Após 1 mês de técnica aplicada, percebeu-se a necessidade de reajuste da técnica. Desta maneira, foi inserida a leitura diária de um capítulo do livro “*Vivendo em Múltiplas dimensões*” (THIAGO; 1999) sobre relato projetivo, após a visualização do vídeo de projeção.

Energético. No terceiro mês de aplicação da técnica projetiva, a autora também iniciou a técnica da exteriorização de energias pelo esplenicochakra, além da vídeo projeção e leitura diária.

C. Resultados

Projeciografia. Os relatos das projeções semiconscientes foram anotados todas as vezes em que foram rememoradas.

Variáveis. Durante a aplicação da técnica de saturação, foram anotadas durante o dia a dia variáveis para verificar sua influência na projeção lúcida.

Tabela 1. Na tabela constam as variáveis observadas durante a aplicação da técnica de projeção consciente, que foram listadas abaixo de acordo com a apresentação na tabela:

1. Dia anterior. Neste bloco de informações, foram inseridas variáveis referentes ao dia correspondente à projeção lúcida:

A. Intrusão. Anotação da quantidade de exopenses de patopensidade durante o dia.

B. Ambiente. Aplicação da técnica do questionamento, na qual ao mudar de ambiente e/ou após um tempo, perguntava-se “Estou sonhando ou estou acordada?”, anotando a quantidade de vezes durante o dia.

C. EVs. Anotação da quantidade de EVs realizados durante o dia.

D. Blindagem. A exteriorização e a blindagem do quarto de dormir eram anotadas quanto ao sim ou não.

E. Vídeo. Visualização ou não do vídeo de projeção consciente do site *youtube.com*.

F. Ginástica. A aplicação de ginástica, quanto ao sim ou não.

G. Fisiológico. Anotação da fisiologia somática da autora durante o dia.

2. Projeção. Nesta seção, foram anotadas variáveis que poderiam se correlacionar diretamente com a projeção lúcida.

A. Contexto. Anotação do contexto diário da autora que poderia influenciar a projeção lúcida, como por exemplo, voluntariado, aula de Conscienciologia, viagens.

B. Rememoração. Anotação da rememoração da projeção do dia ao acordar, quanto ao sim ou não.

C. Raciocínio. Anotação se houve raciocínio durante a projeção.

D. Lucidez. Anotação do nível de lucidez, referindo-se quanto à projeção semiconsciente ou lúcida.

E. Assistência. Anotação se houve assistência durante a projeção.

3. Tenepes. Anotações de variáveis que poderiam estar relacionados com a projeção e/ou fatores sobre o dia anterior.

A. Humor. Anotação da qualidade do humor antes, durante e depois da tenepes.

B. Saúde. Anotação da qualidade da saúde antes de entrar na tenepes.

C. Sono. Anotação do nível de sono ao fazer a tenepes, como por exemplo, sonolência, muito sono, desperta.

D. Pós-saúde. Anotação da qualidade da saúde após a tenepes.

Tabela 1. Variáveis relacionadas com a técnica projetiva.

Data	Dia anterior							Projeção					Tenepes			
	Intrusão	Ambiente	EVs	Blindagem	Vídeo	Ginástica	Fisiológico	Contexto	Rememoração	Raciocínio	Lucidez	Assistência	Humor	Saúde	Sono	Pós-saúde
1																
2																
3																
...																
30																

Legenda: Intrusão (patopensividade); Ambiente (Estou sonhando ou acordada?); EVs (Estado Vibracional); Vídeo (vídeo-projeção); Fisiológico (estado fisiológico); Projeção: contexto (cursos, voluntariado, trabalho, pessoal), rememoração (projeção), raciocínio (durante a projeção), lucidez (inconsciente, consciente, semiconsciente), assistência; Tenepes: humor (ao acordar), saúde (antes), sono (quantidade de sono) e pós-saúde (pós-tenepes).

Livro. Após o reajuste do autoexperimento projetivo, foi inserida a leitura diária. Por isso, houve necessidade de modificação da tabela.

Tabela 2. Na tabela 2 constam as mesmas variáveis da tabela 1, incluindo a coluna “Livro”, na qual se faz anotação a respeito de leitura de livro sobre projeção.

Tabela 2. Variáveis relacionadas com a técnica projetiva.

Data	Dia anterior								Projeção					Tenepes				
	Intrusão	Ambiente	EVs	Blindagem	Vídeo	Leitura	Livro	Ginástica	Fisiológico	Contexto	Rememoração	Raciocínio	Lucidez	Assistência	Humor	Saúde	Sono	Pós-saúde
1																		
2																		
3																		
...																		
30																		

Energético. O segundo reajuste da técnica foi a inserção da técnica de exteriorização de energias pelo esplenicochakra, a qual foi inspirada durante a participação da autora no curso Extensão de Projeciologia e Conscienciologia 2 (ECP2) em novembro de 2013. Novamente, foi alterada para a tabela 3.

Tabela 3. Na tabela 3, constam as mesmas variáveis da tabela 2, incluindo a coluna “Esplênico”, na qual se faz anotação sobre a técnica energética da exteriorização de energia pelo esplenicochacra.

Tabela 3. Variáveis relacionadas com a técnica projetiva.

Data	Dia anterior									Projeção				Tenepes				
	Intrusão	Ambiente	EVs	Blindagem	Vídeo	Leitura	Livro	Esplênico	Fisiológico	Contexto	Rememoração	Raciocínio	Lucidez	Assistência	Humor	Saúde	Sono	Pós-saúde
1																		
2																		
3																		
...																		
30																		

Ajustes. A visualização da tabela permite rápida análise do andamento dos resultados obtidos a partir da experimentação projetológica. Desta maneira, permite fazer os ajustes para obter as metas almeçadas.

Projeciografia. Após a rememoração das projeções semiconscientes ou lúcidas, foram realizadas as projeციografias para posterior análise.

Projeciocrítica. A projeciocrítica era realizada diariamente pela autora, na qual objetivava analisar as correlações projetivas com o seu dia a dia, influência na tenepes, pensenes e assistência.

Meta. A meta de autovivenciar a projeção lúcida foi atingida após 67 dias de aplicação da técnica projetiva, nos quais foram 67 dias de visualização da vídeo-projeção, 36 dias de leituras diárias do livro sobre relato projetivo e 6 dias da técnica da exteriorização de energias pelo esplenicochacra.

Disciplina. A motivação de obter projeção lúcida, conectada com intencionalidade cosmoética, favorece a disciplina diária na aplicabilidade da técnica, na qual visava a projeção lúcida como instrumento da qualificação assistencial.

Dados. Os resultados obtidos no período de aplicação do experimento não permitem concluir as possíveis correlações das variáveis, utilizadas nas tabelas descritas, com a projeção lúcida.

Futuro. A coleta das variáveis durante um período de tempo mais prolongado poderá indicar correlações entre a qualidade do dia a dia do projetor e o nível de assistência e lucidez na projeção lúcida.

IV. APRENDIZADOS

Fenômeno. A vivência da projeção lúcida pode ser almejada como mera conquista de fenômeno, na qual a conscin está mais interessada em ter a projeção consciente como *status*, perdendo a oportunidade evolutiva de analisar profundamente a projeციografia e se autoassistir.

Projeciocrítica. O aprendizado da vivência da projeção consciente e/ou projeção semiconsciente através da projeciocrítica pelo projetor é imprescindível para o aproveitamento evolutivo desta experiência.

Autoconhecimento. Algumas posturas, comportamentos, da conscin passam despercebidos no dia a dia, na rotina intrafísica. Durante a projeção lúcida estas posturas e comportamentos ficam evidenciados para o projetor, de maneira que podem gerar constrangimento cosmoético.

Semiconscente. Os relatos projetivos de projeções semiconscentes, ao serem analisados, são fonte riquíssima de autoconhecimento para o projetor interessado em interpretar os fenômenos projetológicos.

Recin. O fluxo de reciclagens intraconscenciais (recins) fica mais evidente e necessário após a análise do relato projetivo, na qual se verificam posturas e comportamentos imaturos, incoerentes com o nível de conhecimento teórico adquirido até o momento.

Interassistência. À medida que o projetor se qualifica na sua manifestação intraconscional, também gabarita a interassistência multidimensional.

CONCLUSÃO

Viabilidade. A autovivência da projeção lúcida é viável a toda conscin interessada e motivada na autoexperimentação embasada no *princípio da descrença*.

Técnica. A aplicação de técnicas instrumentaliza o projetor iniciante à cientificidade, tecnicidade e comproboriedade da projeção lúcida.

Autoconhecimento. As análises críticas da projetiografia, associadas às variáveis coletadas durante o dia a dia, permitem ao autoexperimentador autoconhecer suas manifestações conscienciais, suas idiossincrasias e sua intraconscionalidade mais a fundo.

REFERÊNCIAS

1. VIEIRA, Waldo; *Projeiologia: Panorama das Experiências da Consciência Fora do Corpo Humano*; 4ª Ed.; Instituto Internacional de Projeiologia e Conscienciologia (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 1999.
2. THIAGO, Glória; *Vivendo em Múltiplas Dimensões*; Instituto Internacional de Projeiologia e Conscienciologia (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 1999.

BIBLIOGRAFIA SUGERIDA

1. GREGÓRIO, Marineide Côrrea; & SIVELLI, Fernando Roberto; *Autoexperimentografia Projetológica: Proposição Metodológica para Registro e Análise da Experiência Fora do Corpo*; Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2014.

Katia Yuhasi, farmacêutica-bioquímica; mestre em Análises Clínicas; doutora em Neurociência/Neurologia; pós-doutora em Neurociência comportamental; voluntária do IIPC São Paulo desde 2010; docente desde 2011; voluntária e docente da Associação Internacional de Paradireitologia (JURISCONS) desde 2013.

E-mail: ykkatia@gmail.com