

DESCENSÃO COSMOÉTICA A PARTIR DA AUTODISPONIBILIDADE INTERASSISTENCIAL

Cosmoethic Dissension Derived from an Interassistential Self-Availability

Álvarez Dantas

Resumo: O presente artigo expõe a vivência do autor no tocante à promoção da autodescensão cosmoética, cujo investimento foi iniciado a partir do posicionamento pessoal em se disponibilizar para a assistência aos demais, em especial através da tarefologia conscienciológica. São apresentados 10 recursos, os quais têm sido utilizados na obtenção do autodescenso e, ao final, expostos 14 benefícios alcançados a partir deste processo. **Palavras-chave:** autodescensão cosmoética, autodisponibilidade, interassistência, arrogância, vaidade.

Abstract: This article presents the author's experience in relation to his promoting of cosmoethic self-dissension, whose investment derived from a personal position to make himself available to assist others, specially through conscienciological clarification task. Ten resources, which have been used to attain self-dissension, are presented. At the end, fourteen benefits gained from this process are then shown.

Keywords: cosmoethic self-dissension, self-availability, interassistentiality, arrogance, vanity.

INTRODUÇÃO

Voluntariado. Este autor iniciou a “carreira assistencial” na atual existência após engajar-se no voluntariado conscienciológico, no início de 2002. Até aquele ano, as preocupações e interesses pessoais eram em grande parte mobilizados pelos aspectos intraconscienciais mais imaturos – os quais facilmente enquadram uma conscin na fase do *porão consciencial*¹ – e o interesse em assistir os demais era praticamente nulo.

Formação. Ainda em 2002, visando a ampliação do nível de interassistencialidade pessoal, foi iniciada a formação docente pelo Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC). Já nas aulas-treino ocorreu o rápido desenvolvimento do prazer em esclarecer os demais, em parte devido à recuperação de *cons* do último período intermissivo.

Traços. A partir do exercício da docência conscienciológica, diversos traços conscienciais tornaram-se evidentes, tanto trafores (traços-força, talentos) quanto trafares (traços-fardo, imaturidades).

Supervalorização. Sentir-se parte de uma *microminoria* – pessoas com curso intermissivo e atuando no voluntariado conscienciológico – e de um grupo ainda mais restrito – de docentes de Conscienciologia – propiciou a ocorrência da supervalorização pessoal, e destacou 2 autotrafares: a arrogância e a vaidade.

¹ Segundo Vieira (2012, p. 6947), o *porão consciencial* é a fase caracterizada pela manifestação predominante dos traços-fardo (trafares, “defeitos” pessoais) mais primitivos da consciência, observada em geral nos primeiros anos de existência intrafísica da conscin (infância e adolescência), podendo persistir até no início da adultidade.

Arrogância. A arrogância é a “qualidade ou caráter de quem, por suposta superioridade moral, social, intelectual ou de comportamento, assume atitude prepotente ou de desprezo com relação aos outros; orgulho ostensivo, altivez” (HOUAISS, 2001, p. 303).

Vaidade. A vaidade é definida como o tráfegar caracterizado pela valorização excessiva de aspectos pessoais, de alguém ou algo próximo, fundamentada no desejo infundado ou imoderado de obter reconhecimento ou admiração por parte dos demais (HABIB, 2012, p. 8758); “qualidade do que é vão, vazio, firmado sobre aparência ilusória” (HOUAISS, 2001, p. 2823).

Antigos. Apesar de ainda não ter retrocognições confirmadas de existências anteriores, este autor considera que a arrogância e a vaidade são tráfegares pessoais “antigos”, pois autopesquisas e *insights* posteriores à constatação inicial destas imaturidades têm possibilitado a recordação da ocorrência de comportamentos arrogantes e vaidosos pelo menos desde o início da adolescência, e projeções conscienciais supostamente retrocognitivas (ainda não confirmadas) têm sugerido a conexão pessoal com a aristocracia, contexto no qual estes traços-fardo eram facilmente observados.

MDE. Fazendo breve parêntese para melhor auxiliar na compreensão desses tráfegares, paradoxalmente, tanto a arrogância quanto a vaidade podem ser utilizadas com o objetivo de disfarçar ou encobrir a existência de um autoconceito debilitado (baixa autoestima), manobra em geral inconsciente conhecida como mecanismo de defesa do ego (MDE²) da *formação reativa*.

Reação. Com base neste MDE, os comportamentos vaidosos e/ou arrogantes podem ser uma *reação* ao conceito ruim (depreciativo) que a pessoa possui em relação a si própria, mas procura a todo custo se esquivar dessa realidade, criando para si uma imagem diametralmente oposta (supervalorizada).

Ajuste. A autodisponibilidade para a assistência – iniciada com o voluntariado conscienciológico e exercitada em especial na docência tarística e em outras funções interassistenciais na Conscienciológica e na Psicologia – tem sido bastante útil e necessária para o ajuste gradual da autoimagem distorcida (inflada) e para a obtenção da *autodescensão cosmoética*.

Objetivo. O presente artigo tem como objetivo principal expor o percurso realizado até o presente momento (Ano base: 2013) pelo autor, o qual tem possibilitado a obtenção da *recin descensionista*.

Específicos. São objetivos específicos deste artigo, listados a seguir em ordem alfabética:

1. **Ganhos.** Expor os ganhos propiciadores da qualificação interassistencial, obtidos a partir da autodescensão cosmoética.

2. **Incentivo.** Incentivar leitores e leitoras no tocante à autopromoção da descensão cosmoética, a partir da exposição dos benefícios pessoais auferidos até o presente momento.

3. **Recursos.** Apresentar algumas técnicas e recursos utilizados para o alcance da *recin* pessoal.

Seções. O artigo está dividido em 6 seções: *Introdução; Descensão Cosmoética; Recursos Pró-autodescensão Cosmoética; Benefícios da Autodescensão Cosmoética; Considerações Finais; e Referências*.

2 Na teoria psicanalítica, o mecanismo de defesa do ego (MDE) é uma técnica utilizada pelo ego para se proteger da ansiedade e das ameaças que podem originá-la (GLASSMAN & HADAD, 2006, p. 250). Os MDEs em geral bloqueiam o acesso às reais dificuldades pessoais e são um obstáculo às autorreciclagens. Na maior parte dos casos é necessário o auxílio externo (heterocrítica) por parte dos demais colegas evolutivos – incluindo amparadores extrafísicos – para que o mecanismo se torne consciente e possa ser enfrentado e superado.

DESCENSÃO COSMOÉTICA

Definologia. A descensão cosmoética é definida por Vieira (2012, verbete *Descensão Cosmoética*, p. 3170) como o “ato, processo ou efeito da descida paradoxal da conscin dos pináculos humanos das condições ímprobas ou anticosmoéticas, evidentemente do egoísmo e do orgulho, para alcançar a ascensão evolutiva do altruísmo e da fraternidade vivida no caminho da evolução consciencial”.

Objeto. A autodescensão cosmoética é objeto de estudo da *Evoluciologia*, especialidade da Conscienciologia dedicada ao estudo da evolução da consciência abordada de modo integral, holossomático, multidimensional e multiexistencial (VIEIRA, 2002, p. 39).

Sinônimos. São sinônimos de descensão cosmoética (VIEIRA, 2012, p. 3170): descenso cosmoético; descida evolutiva; recin pessoal.

Antonimologia: ascensão cosmoética; ascenso evolutivo; ascendimento recexológico (VIEIRA, 2012, p. 3170).

Realidades. Vieira, no referido verbete, assemelha a descensão cosmoética a, por exemplo, 3 realidades, dispostas a seguir na ordem alfabética (2012, p. 3171):

1. **Olimpo:** *a saída da torre de marfim do Olimpo para o contato direto, na planície rasa, com o povão.*
2. **Pedestal:** *a descida do pedestal do triunfalismo para socorrer as vítimas no vale dos despossuídos.*
3. **Trono:** *a abdicação da sala perfumada e do cetro do trono para a viela tortuosa e estreita do cheiro da plebe.*

Diagnóstico. Ao correlacionar as referidas semelhanças expostas por Vieira no verbete com alguns contextos nos quais eram (e ainda são, em parte) comuns as ocorrências de desagrado ou esquivia pessoal, foi diagnosticada a necessidade do investimento na autodescensão cosmoética.

Despossuídas. Eis um exemplo: na atualidade, mesmo após 1 década de experiência como professor de Conscienciologia, 8 anos como tenepessista e pelo menos 4 anos trabalhando como psicólogo na rede pública de saúde em Foz do Iguaçu/PR, este autor ainda tem dificuldade em se disponibilizar para assistir pessoas *despossuídas*.

Comportamentos. Na autopesquisa realizada pelo autor, pelo menos os 11 comportamentos seguintes, observados na manifestação pessoal desde a adolescência, foram relacionados à arrogância e/ou à vaidade:

01. **Autoexposição.** Evitação da autoexposição em determinados contextos (por exemplo: aulas, debates, escrita de artigos, e outros), nos quais havia grande possibilidade de ser heterocriticado.
02. **Autopropaganda.** Excesso de autopropaganda (sentir necessidade de falar para os demais sobre o que foi realizado). Obviamente, essa propaganda se referia apenas ao que foi considerado bem feito, ou ao que foi elogiado pelos demais.
03. **Autoridade.** Inaceitação da autoridade dos demais ou da hierarquia.
04. **Concordância.** Necessidade patológica do apreço e da concordância dos demais.
05. **Desafios.** Fuga de situações desafiadoras, em especial as que poderiam expor o autor à sua própria incapacidade em lidar com as mesmas.
06. **Direitos.** *Revolta* diante do desrespeito aos direitos pessoais. Porém, não raro, este autor tendia a desrespeitar diversos direitos alheios.

07. **Erros.** Dificuldade em assumir os próprios erros. Esse comportamento em geral dificulta o aprendizado com a Errologia pessoal, e tende a manter a conscin na repetição *ad nauseam* dos autoequivocos.

08. **Heterocríticas.** Aborrecimento com as heterocríticas dos demais, mesmo as realizadas com intenção claramente assistencial.

09. **Não.** Dificuldade em aceitar o “não” dos outros.

10. **Sim.** Dificuldade em dizer sim aos demais, em especial no tocante a se disponibilizar para assistir.

11. **Supervalorização.** Supervalorização dos feitos pessoais.

Autoenfretamento. Na seção a seguir serão apresentados alguns dos recursos que este autor vem utilizando na obtenção da autodescensão cosmoética e, em especial, no enfrentamento da arrogância e da vaidade.

Autossuperação. Considera-se importante ressaltar que o autor ainda se encontra em processo de superação das parapatologias promotoras da *autossupervalorização*, porém já se sente confortável para expor o próprio laboratório consciencial (labcon), objetivando auxiliar outras pessoas que diagnosticaram a necessidade de investimento na autodescensão cosmoética.

RECURSOS PRÓ-AUTODESCENSÃO COSMOÉTICA

Laboratório. Desde que se engajou no voluntariado conscienciológico, este autor passou a transformar a atual existência em laboratório e em oportunidade para alcançar melhor condição evolutiva. Deste modo, visando realizar autorreciclagens, passou a tirar proveito de tudo o que foi possível.

Recursos. Especificamente no tocante à autodescensão cosmoética, eis 10 recursos, os quais vêm sendo empregados para a realização das recins, listados a seguir em ordem cronológica do início da utilização:

01. **Amparo:** a atuação acolhedora, eficaz e constante dos amparadores intra e extrafísicos, cujas intervenções respeitadas já haviam sido notadas – apesar de inicialmente incompreendidas – por este autor alguns anos antes de conhecer intrafísicamente a Conscienciologia.

Percurso. Em todo o percurso já realizado no tocante à promoção da autodescensão cosmoética, amparadores intrafísicos e extrafísicos vêm marcando constante presença, auxiliando na correção de desvios, na manutenção do foco na realização das autorreciclagens prioritárias e no desenvolvimento da interassistencialidade.

02. **PCs:** análise das projeções conscienciais (PCs) vivenciadas, especialmente porque nas experiências extrafísicas tem sido possível o acesso mais facilitado aos aspectos intraconscienciais negados ou reprimidos (tanto positivos quanto negativos) durante a vigília física, auxiliando na correção da autoimagem.

Autoimpactoterapia. Algumas projeções vivenciadas, em razão do seu conteúdo, constituíram-se em verdadeira *autoimpactoterapia*, propiciando o contato com a realidade intraconsciencial de modo *nu e cru*, sem margem para autoenganos.

03. **Autoparapsiquismo.** Na experiência deste autor, o autoparapsiquismo atualmente tem sido o principal recurso *explorado* pelos amparadores extrafísicos para a catálise da autodescensão cosmoética, através do fornecimento de *insights*. Neste aspecto, são de grande valia as dinâmicas parapsíquicas e os cursos de campo, tanto por fornecerem ambiente multidimensional otimizado

para o desenvolvimento das autoparapercepções quanto por facilitarem a comunicação interdimensional (diálogo amparador-amparando).

04. **Conscienciometria**³: recurso essencial para a obtenção da autodescensão cosmoética, pois propicia a formação das bases da autoimagem realista, a partir do levantamento técnico dos traços e atributos conscienciais no atual momento evolutivo pessoal.

Ferramentas. Na realização dos autodiagnósticos, foram e têm sido utilizadas, em especial, as seguintes ferramentas: *i*) o livro Conscienciograma, obra escrita pelo pesquisador Waldo Vieira, em conjunto com a *planilha do gráfico 360 graus*⁴; *ii*) cursos da Associação Internacional de Conscienciometria Interassistencial (CONSCIUS), nos quais é possível a obtenção de heterocríticas técnicas por parte dos colegas conscienciômetras; *iii*) verbetes da *Enciclopédia da Conscienciologia*; e *iv*) registro e análise dos comportamentos e vivências pessoais, visando averiguar a ocorrência de autorreciclagens.

05. **Voluntariado.** Os cenários e enredos fornecidos pelas atividades voluntárias também possibilitam a correção da autoimagem, por exemplo, pelas seguintes razões: *i*) o contato mais próximo com os demais colegas evolutivos aprofunda os vínculos e possibilita o recebimento de *feedbacks* mais efetivos (heterocríticas cosmoéticas) a respeito da própria condição evolutiva atual; *ii*) interessados na expansão da assistência a ser realizada pelo voluntário, os amparadores extrafísicos de função passam a investir na qualificação deste assistente, fornecendo *insights* sobre aspectos a serem trabalhados visando a mudança de patamar interassistencial; e *iii*) em geral o voluntariado conscienciológico expõe a conscin *descensionista* a desafios na medida certa para a averiguação e o ajuste dos trafores e trafores pessoais.

Trafores. A afinização das atividades voluntárias com os autotrafores possibilita o ajuste da autoimagem (e o enfrentamento da arrogância e da vaidade), pois enfatiza o que a conscin possui de melhor, sem a necessidade de calçar-se em aspectos vãos ou ilusórios. O principal resultado obtido a partir dessa condição é a melhoria da autoestima e a redução gradual (podendo chegar à extinção) da necessidade de se autoafirmar perante os demais.

06. **Docência.** A docência em Conscienciologia também é um importante recurso a ser utilizado na obtenção da autodescensão cosmoética, e em virtude da sua importância na obtenção das autorreciclagens, será abordado em subtópico a seguir, neste artigo.

07. **TM1AVI.** A *técnica de mais 1 ano de vida intrafísica*⁵ (TM1AVI) é uma ferramenta bastante útil a ser utilizada pela pessoa interessada em acelerar as próprias reciclagens, independente de qual seja seu foco de mudança.

Aceleração. Este autor vem utilizando esta técnica com maior seriedade desde 2008, e atualmente, enquanto docente de 2 turmas simultâneas do *Laboratório grupal da técnica de mais 1 ano de vida intrafísica*⁶ (e ainda sendo experimentador da TM1AVI), tem percebido impactante

3 A *conscienciometria* é o processo que visa a obtenção das “medidas conscienciológicas, ou da consciência, através dos recursos e métodos oferecidos pela Conscienciologia, capazes de assentar as bases possíveis da matematização da consciência” (VIEIRA, 1994, p. 46).

4 *Planilha do gráfico 360°*, desenvolvida com a finalidade de auxiliar nas análises autoconscienciométricas. Atualmente está disponível para download no *site* da CONSCIUS, no endereço <http://www.consci.us.org.br/download/grafico.xls> (acesso em 10 de agosto de 2013).

5 A TM1AVI consiste na planificação máxima dos esforços conscienciais pró-evolutivos, a partir da *suposição* de que a pessoa terá pela frente apenas mais 1 ano de existência na dimensão intrafísica (VIEIRA, 1994, p. 607).

6 Atividade atualmente realizada pelo Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC).

aceleração das autorreciclagens, em várias áreas, e no último ano em especial (2012–2013) no tocante à autodescensão cosmoética.

08. **Tenepes.** A tarefa energética pessoal (tenepes⁷) também tem auxiliado na obtenção da descensão cosmoética, por exemplo pelos seguintes motivos: *i*) devido ao investimento dos amparadores extrafísicos de função, visando a qualificação do tenepessista (praticante da tenepes, homem ou mulher); e *ii*) em função do contato mais próximo com os assistidos, independente da sua (para)procedência ou condição evolutiva.

Prática. Nas atividades da tenepes, o tenepessista não escolhe quem vai ser assistido, e deste modo “a descida do pedestal do triunfalismo para socorrer as vítimas no vale dos despossuídos”, citado por Vieira no verbete descensão cosmoética (2012, p. 3171), passa a ocorrer na prática, e às vezes de modo impactante para o tenepessista.

O BEM-ESTAR ALCANÇADO COM A INTERASSISTÊNCIA REALIZADA ATRAVÉS DO VOLUNTARIADO, DA DOCÊNCIA CONSCIENCIOLÓGICA E DAS PRÁTICAS DA TENEPES ATUA COMO POTENTE ELEMENTO MOTIVADOR PARA A BUSCA DA AUTODESCENSÃO COSMOÉTICA.

09. **Consciencioterapia**⁸. Alguns travões pessoais necessitam de intervenção mais aprofundada e técnica, devido à atuação dos mecanismos de defesa do ego e/ou à inabilidade em conseguir enxergar as próprias dificuldades (irracionalidades). Neste contexto, faz-se necessário o apoio consciencioterápico visando a remissão das autoparapatologias.

OIC. Este autor vem utilizando técnicas autoconsciencioterápicas⁹ desde 2005, e em alguns momentos no decorrer desse período também fez atendimentos consciencioterápicos na Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC), em Foz do Iguaçu/PR, os quais forneceram importantes subsídios para a compreensão, o enfrentamento e a superação parcial de alguns travões pessoais.

O INVESTIMENTO PERMANENTE NA AUTOCONSCIENCIOMETRIA E NA AUTOCONSCIENCIOTERAPIA É CONDIÇÃO SINE QUA NON PARA A FORMAÇÃO E A QUALIFICAÇÃO DE QUALQUER INTERASSISTENTE, INDEPENDENTE DA ÁREA DE ATUAÇÃO TERÁPICA.

10. **Profissão.** A ocorrência de diversas sincronicidades e de escolhas pessoais possibilitaram a este autor desempenhar, desde julho de 2009, atividades como psicólogo na rede pública de saúde do município de Foz do Iguaçu/PR.

7 A tenepes é a transmissão de energias conscienciais, assistencial, individual, diária e em horário programado, realizada pela conscin, homem ou mulher, auxiliada por amparador ou amparadores, no estado da vigília física ordinária, diretamente para conscins e/ou consciexes carentes ou enfermas (VIEIRA, 2011, p. 11).

8 A *Consciencioterapia* é a “especialidade da Conscienciologia que estuda o tratamento, alívio ou remissão de patologias da consciência, executados através dos recursos e técnicas derivados da abordagem da consciência inteira, em suas patologias e parapatologias, profilaxias e paraprofilaxias” (TAKIMOTO, 2005, p. 222).

9 O consciencioterapeuta Nário Takimoto expõe diversas técnicas autoconsciencioterápicas no artigo *Princípios teáticos da Consciencioterapia*, nos Anais da IV Jornada de Saúde da Consciência (*Journal of Conscientiology*, Vol. 33 Supplement, 2006; páginas 11 a 28).

Desafio. Ter assumido a função de *servidor* público, e em especial no contexto da saúde, tem se constituído em verdadeiro desafio em função da dificuldade pessoal em bancar “a saída da torre de marfim do Olimpo para o contato direto, na planície rasa, com o povão” (VIEIRA, 2012, p. 3171).

Gratificação. Entretanto, até o presente momento da atual existência, esta atividade profissional tem sido laboratório dos mais relevantes para o investimento na autodescensão cosmoética. Apesar de ainda estar sendo complexo lidar com as demandas profissionais, este autor se sente gratificado com a oportunidade de aprender, assistir e ser assistido, fornecida por este teatro evolutivo.

Docência pró-autodescensão cosmoética

Amplitude. A docência conscienciológica tem sido um dos principais recursos promotores da autodescensão cosmoética, em especial quando este autor passou a atuar como professor em atividades com maior amplitude interassistencial, por exemplo, nestas 4, listadas em ordem alfabética:

1. **CPC.** No Curso de Projeciologia e Conscienciologia (CPC), realizado pelo IIPC.
2. **Formação docente.** Nas diversas atividades para formação de docentes de Conscienciologia.
3. **Itinerâncias.** Nas itinerâncias conscienciológicas regionais e nacionais.
4. **Laboratório.** Mais recentemente, como docente no Laboratório Grupal da Técnica de Mais 1 Ano de Vida Intrafísica.

Assistência. Este autor entende que quanto maior a amplitude interassistencial de uma atividade, mais o docente recebe assistência da equipe extrafísica. Este investimento do amparo de função tanto promove a melhoria da *eficácia assistencial* do professor durante as atividades, quanto possibilita, principalmente após os eventos, a averiguação do que precisa ser melhorado para calçar ou qualificar as próximas atuações docentes.

Insights. Para que essa averiguação ocorra, é imprescindível que o assistente reflita sobre sua prática em sala de aula, e em geral é nesse momento que os amparadores atuam, através do fornecimento de *insights* em relação ao que necessita ser reciclado.

Limitações. Porém, para que a assistência disponibilizada pela equipe extrafísica seja plenamente utilizada antes, durante e após uma atividade tarística, é necessário que o docente adquira autoconsciência das limitações pessoais enquanto interassistente (especialmente em relação às variáveis extrafísicas), e é nesse ponto que a arrogância e a vaidade mais prejudicam, pois o professor que possui estes traços pode manifestar, por exemplo, 4 comportamentos, listados a seguir em ordem alfabética:

1. **Controle.** Exercer controle excessivo sobre a condução da assistência, abrindo pouco espaço para a atuação do amparo extrafísico (fazer parapedagógico¹⁰); “*quem manda aqui sou eu!*”.

10 Segundo Alves (vide artigo *Fazer parapedagógico: parapreceptorial na docência conscienciológica* neste número da Revista de Parapedagogia), o fazer parapedagógico é a ação (*fazer*) realizada pelos amparadores extrafísicos (*parapedagógico*) sobre docentes e alunos, com o objetivo de melhor assistir conscins e consciexes participantes em suas necessidades específicas, singulares, únicas.

2. **Desconexão.** Ter dificuldade de se conectar com o amparo, pois tal atitude poderia denotar fraqueza ou algum tipo de incapacidade pessoal (dificuldade em admitir as limitações pessoais).

3. **Distorção.** Distorcer os fatos e parafatos, pensando que as intervenções do amparo no sentido de auxiliar na auto-observação das dificuldades seja “coisa de assediador” ou contrafluxo da função docente. Desperdiça-se, deste modo, a oportunidade de aprender com a assistência realizada e com os *insights* dos amparadores.

4. **Esnobação.** Esnobar o amparo de função, devido ao fato de o docente se considerar completamente autossuficiente; “*eu me basto!*”.

Feedbacks. Na experiência deste autor, a autodisponibilidade para a interassistência através da docência tem auxiliado na obtenção da autodescensão cosmoética em função de diversos *feedbacks* diretos e indiretos, recebidos intra e extrafisicamente antes, durante e após as atividades.

Meios. Eis, a seguir, 6 meios através dos quais os *feedbacks* vêm sendo fornecidos, visando a sinalização das autorreciclagens a serem realizadas, dispostos na ordem alfabética:

1. **Alunos.** Observações realizadas pelos próprios alunos, tanto espontâneas quanto solicitadas (em geral através de formulários de avaliação das atividades).

2. **Autorreflexão.** Os *insights* fornecidos pelos amparadores especialmente após a atividade, durante a pausa para autorreflexão sobre a conduta docente pessoal.

3. **Colegas.** As observações de colegas docentes sobre posturas pessoais ocorridas durante e após as atividades.

4. **Insights.** Os *insights* fornecidos pelos amparadores durante a atividade visando a assistência a alguma demanda dos alunos participantes, e que também serviram de esclarecimento para este autor.

5. **Sincronicidades.** Sincronicidades diversas, através das quais informações importantes foram repassadas, por exemplo: encontro com pessoa-chave; ver determinada notícia em alguma mídia; ler frases, pensamentos de filósofos ou trechos de obras da Conscienciologia contidos em pedaços de papel encontrados no chão (esta última tem sido a ocorrência mais comum ultimamente).

6. **Vexames.** Situações vexaminosas leves (por exemplo, pequenas gafes cometidas em sala de aula ou a ocorrência de “saias justas” – dificuldades pessoais – em relação a algum conteúdo exposto) durante as atividades reeducativas, ocasionadoras de autorreflexões pós-evento.

O PROFESSOR DE CONSCIENCILOGIA QUE INTERAGE MAIS COM O AMPARO DE FUNÇÃO DA DOCÊNCIA E REFLETE SOBRE SUA PRÁXIS APROVEITA MELHOR ESTE IMPORTANTE LABORATÓRIO, E PROMOVE MAIS RAPIDAMENTE A AUTODESCENSÃO COSMOÉTICA.

BENEFÍCIOS DA AUTODESCENSÃO COSMOÉTICA

Benefícios. O investimento na autodescensão cosmoética tem propiciado a obtenção de diversos proveitos evolutivos. Eis, em ordem alfabética, 14 benefícios que este autor já obteve com o investimento na autodescensão cosmoética até o presente momento:

01. **Afetividade.** O investimento na causa real da autossupervalorização (o autoconceito depreciado) tem propiciado sensível qualificação da autoafetividade (autoestima mais saudável) e, em virtude disto, a melhoria da afetividade em relação aos demais.

02. **Amparo.** Maior disponibilidade para a atuação *ombro a ombro* com os amparadores extrafísicos de função.

03. **Ansiedade.** Sensível redução da ansiedade antes e durante as exposições pessoais, devido à condição de não precisar *defender* a imagem equivocada de “super-docente” ou “super-assistente” perante os demais.

04. **Aprendizado.** A redução da arrogância tem possibilitado a este autor aprender, de fato, com os *conteúdos* (vivências, conhecimentos, associações de ideias, entre outros) dos assistidos.

05. **Autodisponibilidade.** Alcance de maior autodisponibilidade para a realização da assistência tarística, em diversas frentes de trabalho, simultaneamente. O alcance desta condição também culminou no aumento da assistência realizada.

06. **Duplista.** Melhoria consistente no convívio com a duplista, devido, por exemplo, à qualificação da autoafetividade e à *horizontalização* da relação.

07. **Eficácia.** Ampliação do nível de eficácia interassistencial, devido à redução da arrogância e à maior conexão com o amparo extrafísico de função.

08. **Epicentro.** Desenvolvimento gradual da condição de *líder servidor* (epicentro consciencial).

09. **Equipe.** Maior disponibilidade para a *atuação em equipe* com os colegas docentes durante as atividades.

10. **Parapsiquismo.** Ampliação das autoparapercepções, em virtude tanto do aumento da utilização do parapsiquismo quanto pelo maior investimento do amparo extrafísico.

11. **Qualificação instrucional.** Melhoria das atividades instrucionais produzidas e realizadas por este autor, em função da maior abertura aos *feedbacks* e das indicações de melhoria fornecidas pelos participantes e amparadores extrafísicos.

12. **Satisfação.** Obtenção de maior satisfação e bem-estar pessoal a partir do exercício das práticas interassistenciais.

13. **Trafores.** Ampliação da autoconfiança em virtude do (re)conhecimento, da assunção e do *emprego produtivo* dos trafores pessoais, em especial do automegatrafor. A autoconscienciometria teve papel fundamental nesse processo.

14. **Voluntariado.** Fixação das atividades voluntárias, após alguns anos “pulando” de uma Instituição Conscienciocêntrica (IC) para outra desde a mudança para Foz do Iguaçu, em 2008. Parte dessa fixação se deveu à autoconsciência quanto aos trafores pessoais e à reflexão mais aprofundada sobre em qual IC estes talentos poderiam ser melhor empregados na atualidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Processo. A realização da descensão cosmoética, para este autor, tem sido um *processo constante*, o qual foi iniciado em 2002 a partir do posicionamento pessoal em voluntariar na Conscienciologia, vem se acentuando nos últimos 2 anos (Ano base: 2013) e aparentemente não há um prazo definido para a sua finalização.

Autodisponibilidade. Em virtude do trajeto percorrido até o presente momento, este autor avalia que a *autodisponibilidade para assistir* seja, possivelmente, a principal maneira de a conscin arrogante e/ou vaidosa promover a autodescensão cosmoética. Esta tem sido a estratégia pessoal utilizada, e com a mesma tem-se obtido bons resultados.

Questões. A partir do exposto anteriormente, algumas questões podem ser formuladas: *Haveria outras maneiras de se promover a autodescensão cosmoética além da utilizada atualmente pelo autor? Quais técnicas ou recursos, não mencionados neste artigo, também poderiam ser empregados visando o alcance desta finalidade?*

Acesso. O autodescenso cosmoético possibilita à conscin *descensionista* a melhoria da conexão com o amparo extrafísico e o acesso a um maior número de consciências intra e extrafísicas, levando à ampliação natural do próprio nível de interassistência e possibilitando o desenvolvimento da conta corrente holocármica e da ficha evolutiva pessoais.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. **GLASSMAN**, Willian E.; & **Hadad**, Marilyn; *Psicologia: abordagens atuais*; 4 ed.; Artmed; Porto Alegre, RS; 2006.
2. **HABIB**, Igor; Vaidade; Verbetes; In: **Vieira**, Waldo; *Enciclopédia da Conscienciologia*; CD-ROM; 2.146 verbetes; 9.000 páginas, 350 especialidades; Associação Internacional Editares; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); 7ª Edição; Foz do Iguaçu: PR; 2012; páginas 8758 a 8769.
3. **HOUAISS**, Antonio; & **Villar**, Mauro de Salles; *Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa*; LXXXIII + 2.925 p.; 1.384 abrevs.; 1 foto; 6 ilus.; 1 microbiografia; 19 tabs.; glos. 228.500 termos; 1.582 refs. (datações etimológicas); 804 refs.; 30,5 x 23 x 7,5 cm; enc.; Objetiva; Rio de Janeiro, RJ; 2001.
4. **TAKIMOTO**, Nário; *O Papel da Autoconsciencioterapia na Saúde Parapsíquica*; Artigo; *Conscientia*; Revista; Trimestrário; Vol. 9; N. 3; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; Julho-Setembro, 2005; páginas 221 a 229.
5. **VIEIRA**, Waldo; *700 Experimentos da Conscienciologia*; 1.058 p.; 700 caps.; 300 testes; 8 índices; 2 tabs.; 600 enus.; ono.; 5.116 refs.; geo.; glos. 280 termos; 147 abrevs.; alf.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; Instituto Internacional de Projeciologia; Rio de Janeiro, RJ; 1994; páginas 39, 607.
6. **Idem**; *Enciclopédia da Conscienciologia*; CD-ROM; 2.146 verbetes; 9.000 páginas, 350 especialidades; Associação Internacional Editares; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); 7ª Edição; Foz do Iguaçu: PR; 2012; Verbetes: Descensão Cosmoética; Porão Conscencial; Vaidade.
7. **Idem**; *Manual da Tenepes: tarefa energética pessoal*; 154 p.; 34 caps.; glos.; 5 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2011; página 11.
8. **Idem**; *Projeciologia: Panorama das Experiências da Consciência Fora do Corpo Humano*; 1.248 p.; 525 caps.; 150 abrevs.; 43 ilus.; 5 índices; 1 sinopse; glos. 300 termos; 2.041 refs.; alf.; geo.; ono.; 28x 21 x 7 cm; enc.; 5ª Ed.; Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 2002; página 39.

Álvarez Dantas é psicólogo pós-graduado em Gestão de pessoas, voluntário da Conscienciologia desde 2002 (atualmente voluntário da Reaprendentia), docente de Conscienciologia desde 2003, tenepessista desde 2004, parapedagogo desde 2004, verbetógrafo desde 2010. E-mail de contato: alvarezdantas@gmail.com.