

Artigo Original

Autossuperações Pessoais e Resgate da Autoestima

Personal Self-overcomings and the Rescue of Self-esteem

Autosuperaciones Personales y Rescate de la Autoestima

Maria Inês Góes*

* Funcionária pública aposentada. Graduada em Administração de Empresas. Voluntária do Instituto Internacional de Projeiologia e Conscienciologia (IIPC).

Inesita704@uol.com.br

Palavras-chave

Cosmoética
Evolução consciencial
Reeducação pensênica
Soerguimento pessoal

Keywords

Consciencial evolution
Cosmoethics
Personal uplift
Thosenic re-education

Palabras-clave

Cosmoética
Evolución consciencial
Reeducación pensênica
Superación personal

Artigo recebido em: 14.12.2016.

Aprovado para publicação em: 17.08.2016.

Resumo:

Este trabalho tem por objetivo demonstrar o processo de superação pessoal de adversidades mesológicas disfuncionais e o rompimento de comportamentos destrutivos gerados por um autoconceito negativo. Como metodologia foram utilizados relatos da vida pessoal da autora, recursos bibliográficos específicos da Conscienciologia, como artigos científicos e verbetes da Enciclopédia da Conscienciologia. Enquanto resultado, a autora alcançou um novo patamar evolutivo, com a superação de autodistúrbios grosseiros.

Abstract:

This work aims to demonstrate the process of personal overcoming of dysfunctional environmental impediments and a rupture of destructive behaviors generated by a negative self-concept. The methodology used was reports from the author's personal life, specific bibliographic resources from conscienciology, such as scientific articles and entries from the Encyclopaedia of Conscienciology. As a result, with the overcoming of gross self-disorders, the author has achieved a new level of evolution.

Resumen:

Este trabajo tiene por objetivo demostrar el proceso de superación personal de adversidades mesológicas disfuncionales y la ruptura de comportamientos destructivos generados por un auto-concepto negativo. Fue utilizada como metodología, relatos de la vida personal de la autora, recursos bibliográficos específicos de la Conscienciología, artículos científicos y verbetes de la Enciclopedia de la Conscienciología. Como resultado, la autora alcanzó un nuevo nivel evolutivo, con la superación de auto-distúrbios grosseros.

INTRODUÇÃO

Contexto. O trabalho expõe o processo de superações pessoais vividos pela autora, que, após longo estado de estagnação evolutiva, se predispôs às reciclagens intraconscienciais com o intuito de dinamizar a própria evolução autoconsciente.

Problema. No problema da autopesquisa, destaca-se o desconforto pessoal no dia a dia da autora depois de conhecer a Conscienciologia e perceber-se que não conseguira galgar novos patamares evolutivos.

Objetivo. O objetivo é apresentar experiência pessoal da autora, buscando demonstrar o processo de autossuperação de adversidades mesológicas disfuncionais e o rompimento de comportamentos destrutivos gerados por um autoconceito negativo.

Motivação. O resultado da investigação quanto à necessidade de compreender a gênese dos problemas manifestados desde criança, na aprendizagem, causando complexos de inferioridade, foi apresentado em Seminário de Pesquisa do Instituto Internacional de Projeiologia e Conscienciologia (IIPC), em Belo Horizonte.

Conteúdo. O artigo abrange a interrelação entre o ambiente familiar patológico, os distúrbios da aprendizagem escolar e dificuldades posteriores para remover influências insalubres da mesologia.

Estrutura. O desenvolvimento está estruturado em três seções, conforme segue:

1. **Definições.**
2. **Informações Autobiográficas e Fundamentações.**
3. **Etapas das Autossuperações.**

I. DEFINIÇÕES

Autassédio. O *autassédio* é a condição ou estado da consciência emocional, intelectual e energeticamente predisposta a se molestar autopensivamente, com insistência importuna e patológica sobre si mesma, sem qualquer Higiene Consciencial nem autodisciplina ideativa, constituindo o embasamento para todo tipo de heteroassédio (VIEIRA, 2013, p. 1.226).

Consciencioterapia. A *Consciencioterapia* é a especialidade que estuda o tratamento, alívio ou remissão de distúrbios da consciência, executados através dos recursos e técnicas derivados da abordagem da consciência “inteira”, em suas patologias, parapatologias, profilaxias e paraprofilaxias (VIEIRA, 1997, p. 68).

Grupocarmalidade. Os estudos da *Genética e Paragenética humanas* estão inseridos também no campo científico da *Grupocarmalogia*, pois sempre remetem à consciência inserida em determinado grupo, família nuclear, com determinado código genético. A constituição do corpo físico, ou soma, é o resultado dessa interação entre a consciência e a família, refletindo o passado-presente, embasada em ajustes e acertos ego e grupocármicos, e por outro lado, sinalizando o presente-futuro (FERRARO, 2011, p. 145).

Paragenética. A *Paragenética* é a especialidade que estuda a genética composta e integral, adstrita a todas as heranças da consciência, através do psicossoma e do mentalsoma (holossomática) das vidas anteriores ao seu atual embrião humano, na condição de consciência ou ser social (VIEIRA, 1997, p. 159).

Mesologia. A *mesologia* é entendida no sentido de todas as influências ambientais sobre a consciência. No âmbito da *Conscienciologia*, o estudo dos ambientes inclui além dos aspectos já mencionados, os para-ambientes ou o conjunto de pensamentos, sentimentos e energias (*pensenes*) característicos de locais, grupos e sociedades, formando os chamados *holopensenes*. Os *holopensenes* sadios ou *doentios* influem vigorosamente sobre a *pensividade* e comportamento das consciências incautas em fase dessa realidade (FERRARO, 2011, p. 146).

Recin. A *recin* é a reciclagem intraconsciencial ou renovação cerebral da consciência humana (*conscin*) através da criação de *neossinapses* ou conexões interneuronais (*neuroglias*) capazes de permitir o ajuste da programação existencial (*proéxis*), a consecução da reciclagem existencial (*recéxis*), a inversão existencial (*invéxis*), a aquisição de *neoidéias*, *neopensenes*, *hiperpensenes* e outras conquistas *neofílicas* da pessoa lúcida (VIEIRA, 2013, p. 9.314).

II. INFORMAÇÕES AUTOBIOGRÁFICAS E FUNDAMENTAÇÕES

INFÂNCIA

Nascimento. A autora nasceu de parto laborioso, fórceps, depois de intenso sofrimento da parturiente e do bebê.

Família. Devido à separação dos pais ainda na tenra idade, a autora sempre viveu com a família materna, constituída de poucas pessoas em constantes conflitos e dificuldades financeiras. Tal ambiente lhe causou ansiedades, medos, inseguranças e bloqueios ao desenvolvimento psicológico normal.

Rupturas. Inicialmente, ocorreu a separação dos pais. Depois, devido às brigas entre os parentes maternos, foram inúmeras as rupturas e afastamentos afetivos. Ora a mãe ia embora, ora ia a tia, ora ia o tio. A autora permanecia sob os cuidados da avó, uma senhora beata, rígida, puritana e irritadiça, de quem ficou emocionalmente codependente.

PRÉ-ADOLESCÊNCIA

Desequilíbrio. Diante o desequilíbrio doméstico e os vínculos familiares constantemente alterados, a autora apresentou fraco rendimento escolar, com distúrbios da aprendizagem. Recebia críticas, censuras, sendo muitas vezes taxada de burra e incapaz, sentido-se por vezes desqualificada.

Distúrbios. Segundo Drouet (1995), os distúrbios provenientes de uma educação familiar mal orientada podem resultar em problemas de aprendizagem, pois há uma estreita relação entre lar e escola. A influência do lar, assim como a influência do meio social mais amplo, é muito grande, principalmente na primeira infância e na adolescência.

Déficit. O lar e a vida familiar da autora foram marcados pelo déficit de compreensão entre seus componentes, influenciando sobremaneira na aprendizagem, pois a mesma não era motivada a estudar.

Origem. Para Fernández (1991, p. 31):

A origem do problema de aprendizagem não se encontra na estrutura individual. O sintoma se ancora em uma rede particular de vínculos familiares, que se entrecruzam com uma também particular estrutura individual. A criança suporta a dificuldade, porém, necessária e dialeticamente, os outros dão o sentido.

Ameaças. Muitas vezes quando buscava auxílio da família para fazer o dever de casa, era recebida com rispidez. Como demorava a entender as questões, ouvia gritos, censuras, sendo ameaçada fisicamente. A autora atribuiu a essa situação caótica o seu desgosto com o estudo. Recusava-se a aprender, pois já era manifestada na fase pré-adolescente o autoconceito de ser incapaz. Autoconceito desenvolvido no seio familiar.

Mesologia. Segundo (Oliveira, 2011, p. 59 e 60):

Vygotsky (1896-1934) destaca a importância do aprendizado para o desenvolvimento humano, o qual fica impedido de ocorrer se as situações não forem propícias. Para ele a ideia de aprendizado incluiu a interdependência dos indivíduos envolvidos no processo. O aprendizado liga o desenvolvimento da pessoa à relação estabelecida com o ambiente sociocultural em que vive.

Sentimento. A autora reconhece que as crises constantes no contexto familiar lhe causaram um déficit de desenvolvimento emocional e cognitivo, além de um sentimento generalizado de inadequação e rejeição.

Causas. Os autores pesquisados citam inúmeras causas para os distúrbios da aprendizagem, tais como socioeconômicas, cognitivas, neurológicas, físicas, mas são unânimes em considerar a família como determinante nos resultados da aprendizagem.

ADOLESCÊNCIA

Problemas. O período da adolescência foi a pior fase não só devido às mudanças biológicas, emocionais e sociais próprias da idade, a configuração familiar precária, recrudescceu. Predominaram nesse período assédios morais dos parentes, humilhações, conflitos, mágoas, vergonha, frustrações e pensamentos suicidas.

Estudos. Na escola, era considerada *aluna-problema*, pois não gostava de estudar e era desobediente. Depois de completar curso primário a *duras penas*, parou de estudar. Antes de completar dezoito anos, mudou de ambiente: uma tia a levou para morar em Brasília, exigindo da autora a volta aos estudos e a mesma graduou-se em curso superior.

Perdas. De acordo com Hirigoyen (2011), o assédio moral ou a violência familiar constitui uma engrenagem infernal, difícil de ser detectada, pois tende a transmitir-se de uma geração a outra. As condutas abusivas dos adultos para com a criança é uma reprodução do que eles próprios sofreram na infância. Os maltratos psicológicos causam a perda da autoestima e estados depressivos.

Adulthood. Em virtude da desestruturação parental, a autora chegou à adultidade imatura, sofrendo padecimentos morais e insatisfações íntimas. Sentia-se uma *morta-viva*. Envolveu-se em relações caóticas. Devido os traumas infantis de origem familiar, nunca pensou em casamento e muito menos em ter filhos. Aos 36 anos, em meio a uma crise existencial crucial com autoassédio, medo de enlouquecer e pensamentos constantes de autocídio, voltou a morar em Belo Horizonte, onde procurou tratamento psicoterápico.

Família disfuncional. À medida que a autora avançava na terapia, ganhando estabilidade emocional, pôde entender a dinâmica familiar. Descobriu pertencer a uma família disfuncional.

Intolerância. Moraes (2001) diz que tal família é aquela que responde às exigências internas e externas de mudança, padronizando seu funcionamento. Relaciona-se sempre da mesma maneira, de maneira rígida, não permitindo possibilidades de alternativa, sendo intolerante com as diferenças pessoais.

Perturbações psicossomáticas. Para Hirigoyen (2011), as perturbações psicossomáticas resultantes de relações familiares perversas não resultam diretamente da agressão, mas do fato de o sujeito estar incapaz de reagir.

Patologias. A inabilidade da família nuclear em conviver sadiamente e também as diversas patologias apresentadas, tais como esquizofrenias e transtornos de personalidade, levam a autora a pensar em interprisão grupocármica e processos mal resolvidos em retrovidas.

Paragenética. A maior prova da interprisão é demonstrada pela paragenética alterada da consciência, causando enfermidades do soma, inclusive as psiquiátricas.

Hipótese. As doenças apresentadas pela autora, mesmo sem poder, ainda, apresentar dados concretos, levam à hipótese da ressonância no atual núcleo familiar ser compulsória e promotora de acertos grupocármicos, arremetidos de passado distante, os quais precisam de correção.

III. ETAPAS DA AUTOSSUPERAÇÃO

Processo. O processo de autossuperação foi longo e difícil e consumiu anos de terapias, trabalhos com Antiginástica, Yoga e Bioenergética até conhecer a Conscienciologia em 1991, investiu na Consciencioterapia e Frequentou inúmeros cursos conscienciológicos. Mesmo identificando-se com as ideias libertárias da Conscienciologia, algumas vezes se afastou, sempre postergando as mudanças profundas.

Conflitos. Devido ao antagonismo entre as informações de pontas adquiridas nos cursos e o subnível evolutivo em que a autora se encontrava, as insatisfações íntimas eram acompanhadas de autoassédios mortificadores.

Reeducação pensênica. Ante os autoassédios cronificados e a autopensênica doentia, a dificuldade maior da autora tem sido a reeducação pensênica. Durante anos manteve ideias fixas de vingança e ressentimento. Mudar e manter a higiene mental e o desbloqueio mentalsomático, no dia a dia, o tempo todo ainda é um desafio hercúleo.

Saturação. Sentia-se insuportavelmente incomodada, pois se negava deixar a enganosa zona de conforto. Viviam ainda o processo de autovitimização e a saturação quanto à própria teimosia recalcitrante.

Balanco. No curso *Balanco Existencial*, promovido pela Associação de Programação Existencial (APEX) e o Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC) em 2009 se surpreendeu com as descobertas de aportes e bens evolutivos ignorados até então.

Ponto de viragem. Em 2011, ao participar do curso *Escola do Parapsiquismo* no CEAEC, a autora conseguiu mudar o posicionamento perante o comportamento equivocado vivido. Estabeleceu hábitos e rotinas úteis de estudo, mobilizações básicas das energias, conquistando pouco a pouco a serenidade íntima.

Docência. Mais confiante e com menos intrusões pensênicas antagonicas, tendo em vista a renovação cerebral e as neoideias resultantes das reciclagens, escreveu artigo apresentado em seminário de pesquisa conscienciológica e, então, resolveu trinar-se professora de Conscienciologia, decisão até então recusada e sempre adiada por não se sentir capaz, devido às lacunas em sua formação cultural bem como os bloqueios cronificados pelas lavagens subcerebrais.

Gargalo. Conseguir escrever um artigo e ser aprovada para a docência foi motivo de grande júbilo para resgatando-lhe a autoestima, abalada seriamente na infância e adolescência, eliminando a autoimagem distorcida e as deformações pensênicas provenientes dos autoassédios rotineiros.

Verbete. Encorajada, também escreveu verbete para a Enciclopédia da Conscienciologia, ultrapassando assim outro gargalo evolutivo, confirmando o efetivo soerguimento pessoal evolutivo.

Terceira idade. Estando na fase da terceira idade, a autora considera ser este o melhor momento vivido até aqui. É o período de recomposição evolutiva. Sente-se motivada a enfrentar com persistência os novos desafios evolutivos. Pretende assistir e esclarecer as outras consciências como retribuição e gratidão por tudo que recebeu da vida.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Caminhada evolutiva. Alcançar um novo patamar evolutivo trouxe alívio, creditado à superação de patologias mais grosseiras, mas a autora reconhece ainda uma longa caminhada evolutiva a ser conquistada com racionalidade e determinação. Os avanços evolutivos demonstram ser possível sobrepujar as dificuldades pessoais e parentais, cronificadas.

Vínculos interconscienciais. Ante o princípio da inseparabilidade grupocármica proposto pela Conscienciologia, a autora ressalta a reconciliação e perdão a todos os componentes da família nuclear.

Coerência evolutiva. Ao analisar a trajetória exposta no artigo, fica ratificada a coerência evolutiva com a busca e a manutenção pela evolução pessoal cosmoética, com a eliminação dos traços-fardos (trafares) e o empenho para expandir as possibilidades pessoais na autoqualificação para a manifestação dos traços-força (trafores) na consecução da proéxis, conquistada a partir da aplicação de técnicas da Conscienciologia.

REFERÊNCIAS

1. **Fernández**, Alícia; *A Inteligência Aprisionada: Abordagem Psicopedagógica Clínica da Criança e sua Família*; Trad. Iara Rodrigues; 261 p.; *Artmed*; Porto Alegre, RS; 1991; página 31.
2. **Ferraro**, Cristiane; *Paragenética Resiliente: Abordagem Introdutória*; Artigo; Revista; Vol. 15; N. 1; *Conscientia*; Trimestral; Associação Internacional de Centro dos Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; Janeiro-Março, 2011; páginas 145 e 146.
3. **Hirigoyen**, Marie-France; *Assédio Moral: A violência perversa no cotidiano*; 223 p.; trad. Maria Helena Kuhner; *Bertrand Brasil*; Rio de Janeiro, RJ; 2011; página 47.
4. **Oliveira**, Marta Kohl de; *Vygotsky: Aprendizado e Desenvolvimento Um Processo Sócio-Histórico*; 111 p.; *Scipione*; São Paulo, SP; 1993; páginas 59 e 60.
5. **Vieira**, Waldo; *200 Teáticas da Conscienciologia: Especialidades e Subcampos*; revisores Alexander Steiner; et al.; 260 p.; 200 caps.; 15 E-mails; 8 enus.; 1 foto; 1 microbiografia; 2 websites; 13 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; *Instituto Internacional de Projeção e Conscienciologia (IIPC)*; Rio de Janeiro, RJ; 1997; páginas 68 e 159.
6. **Idem**; *Enciclopédia da Conscienciologia Digital*; 11.034 p.; glos. 2.498 termos (verbetes); 192 microbiografias; 147 tabs.; 191 verbetógrafos; 8ª Ed. Digital; Versão 8.00; *Associação Internacional Editares*; & *Associação do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC)*; Foz do Iguaçu, PR; 2013; páginas 1.226 e 9.314.

