

# Técnica de Aferição dos Autodesconfortos

Technique for Assessing Self-discomforts

Técnica de medición de las autoincomodidades

Rita de Cássia Pereira

ritadecassia.edu@icloud.com

## Resumo

O objetivo do artigo é apresentar a técnica utilizada na autopesquisa com o propósito de aferir o autodesconforto, vivenciar o hábito de diagnosticar o fator causador, viabilizar intervenção interassistencial e aplicar assepsia energética. A metodologia utilizada foi autopesquisa, heterobservações, registros e estudos bibliográficos. São apresentadas casuísticas pessoais de caráter homeostático, nosográfico e neutro, para o autodiagnóstico do *modus operandi* nas situações vividas. O uso da *técnica do confor conscienciométrico* para análise do traço-força (trafor), traço-fardo (trafar) e traço-faltante (trafal), objetivou a qualificação dos mesmos e a potencialização da interassistencialidade.

## Abstract

The purpose of this paper is to present the technique used of the self-research with the purpose of measuring self-discomfort in order to experience the habit of diagnosing the causative factor, enabling interassistential intervention and applying energetic asepsis. The methodology used was self-research, hetero-observations, records, and bibliographic studies. Personal casuistry with homeostatic, nosographic and neutral feelings are presented to investigate the *modus operandi* in the situations experienced. The use of the *conscienciometric confor technique* for analysis of the strength trait (strongtrait), burden trait (weaktrait) and missing trait (absenttrait), aimed to qualify them and enhance interassistentiality.

## Resumen

El propósito de este artículo es presentar la técnica usada de la autoinvestigación con el propósito de evaluar la autoincomodidad con el objetivo de vivenciar el hábito de diagnosticar el hecho causador, viabilizar intervención interassistencial y aplicar assepsia energética. La metodología utilizada fue autoinvestigación, heterobservaciones, registros y estudios bibliográficos. Son presentadas casuísticas personales con sentimiento homeostático, patológico y neutro, para la investigación del *modus operandi* en las situaciones vividas. El uso de la técnica del confor conscienciométrico para el análisis del trazo fortaleza (trafor), trazo fardo (trafar) y trazo faltante (trafal), objetivó la cualificación de los mismos y potencialización de la interassistencialidad.

**Palavras-chave:** 1. Autopesquisa. 2. Desconforto. 3. Confor conscienciométrico.

**Keywords:** 1. Self-research. 2. Discomfort. 3. Conscienciometric confort.

**Palabras-clave:** 1. Autoinvestigación. 2. Incomodidad. 3. Confort conscienciométrico.

**Especialidade.** Autoconscienciometrologia.

**Speciality.** Self-conscienciometry.

**Especialidad.** Autoconscienciometría.

**Materpensene.** Interassistencialidade.

**Materthosene.** Interassistentiality.

**Materpensene.** Interassistencialidad.

## INTRODUÇÃO

**Contextualização.** Sentir desconforto após a interação com pessoas em diferentes contextos instigou a autora à autoconscienciometría dos *modi operandi* homeostático, nosográfico ou neutro, quanto às próprias reações.

**Objetivo.** O objetivo é apresentar a técnica utilizada para dissecar e analisar casuísticas pessoais.

**Traços.** A pesquisa investigou as manifestações de autodesconfortos no intuito de dinamizar a interassintencionalidade e a qualificação dos mecanismos de atuação a partir da manifestação de traços conscienciais.

**Motivação.** A autora decidiu investigar o autodesconforto sentido em determinadas situações de convivência com pessoas conhecidas ou não, ao observar o prolongamento desse sentimento.

**Autopesquisa.** O propósito deste artigo é compartilhar experimentação pessoal, com base em casuísticas da autora, visando compreender o funcionamento da própria reatividade, *estando consciente ou não, dos mecanismos utilizados*, possibilidade exposta por Corrêa (2023, p. 23.139 a 23.143), no contexto de autopesquisa conscienciométrica.

**Questões.** O trabalho busca responder à seguinte pergunta: como perceber o padrão energético, fazer assistência e se manter equilibrado nos contextos em que o autodesconforto aparece?

**Metodologia.** Na condição de pesquisadora e objeto de pesquisa, foram utilizadas técnicas de observação e registros com posteriores estudos bibliográficos e análises conclusivas no período compreendido entre 20 de novembro a 30 de dezembro de 2022.

**Estrutura.** O artigo compõe-se de duas seções:

1. **Casuísticas.** Aborda as vivências, descrevendo o que ocorreu, a caracterização das reações pessoais, com breve avaliação e o autodiagnóstico.

2. **Análise.** Apresenta a utilização da *técnica do confor conscienciométrico* com foco no trafor para ressignificar trafores e conquistar trafais.

## I. CASUÍSTICAS

**Vivências.** O Quadro I, a seguir, apresenta 3 casuísticas com diferentes padrões elucidativos do *modus operandi* vivenciado pela autora, em um espaço de tempo de 6 dias: nas quais houve a identificação do padrão energético de autodesconforto no momento da interrelação pessoal.

**Técnica.** Eis a técnica utilizada para dissecar as autovivências, descrita sob 5 ângulos:

1. **Fato vivenciado:** relato da casuística vivenciada.

2. **Sentimento:** aquilo que a autora sentiu e considerou desconfortável perante o fato vivenciado, aqui não distinguindo se o “sentir” foi instintivo ou mais elevado, de emoção, comoção, afeição ou fraternismo.

3. **Modus operandi:** a caracterização do modo pessoal de lidar com a situação, classificada em Homeostática, Nosográfica ou Neutra.

4. **Avaliação da situação:** o desdobramento do que ocorreu naquela situação.

5. **Aferição autodiagnóstica:** a aferição qualitativa quanto ao autodiagnóstico perante o contexto das variáveis anteriores, considerando o padrão energético/pensênico pessoal.

**QUADRO I – CASUÍSTICAS VIVENCIADAS**

Casuística 1	
<b>Fato vivenciado</b>	06.12.2022 – Encontro de negócio, no período matutino, com pessoa desconhecida por intermédio de corretor de imóveis para venda de casa de moradia.
<b>Sentimento</b>	Sentimento incomodativo ao modo de perda e insatisfação. Desconfortável.
<b>Modus Operandi</b>	Nosográfico.
<b>Duração</b>	Duradouro (permaneceu o dia todo).
<b>Avaliação da Situação</b>	Cliente não se interessou pelo imóvel e corretor se decepcionou, pois havia elevada expectativa de venda.

<b>Casuística 1</b>	
<b>Aferição Autodiagnóstica</b>	Absorção de energia/pensene, formado na interrelação corretor/cliente, ao modo de desconforto de perda, apesar de estar satisfeita quanto à venda não realizada.
<b>Casuística 2</b>	
<b>Fato vivenciado</b>	06.12.2022 – Exercício físico: caminhada ao final do dia, com encontro de ex-aluno em conversa acolhedora e agradável.
<b>Sentimento</b>	Confortável; mudança rápida de padrão energético com sentimento de satisfação e otimismo.
<b>Modus Operandi</b>	Homeostático.
<b>Duração</b>	Duradouro (permaneceu até o dia seguinte).
<b>Avaliação da Situação</b>	Ex-aluno feliz com suas conquistas.
<b>Aferição Autodiagnóstica</b>	Absorção de energia/pensene de otimismo do ex-aluno na conversa realizada.
<b>Casuística 3</b>	
<b>Fato vivenciado</b>	11.12.2022 – Churrasco em família e relato de pessoa preocupada com momento político do Brasil e ações do próximo governo, com crença nas publicações negativas da <i>internet</i> .
<b>Sentimento</b>	Tranquilidade, sem entrar no clima da conversa, nem se exaltar.
<b>Modus Operandi</b>	Neutro.
<b>Duração</b>	Breve (somente no momento da conversa).
<b>Avaliação da Situação</b>	Energias de autassédio, depressão, repetição de frases pessimistas.
<b>Aferição Autodiagnóstica</b>	Percepção do padrão energético do outro, com manutenção do autequilíbrio e acalmia. Assepsia e interassistencialidade.

## II. ANÁLISE

**Conscienciometria.** Após observações, registros e estudo bibliográfico, foi utilizada a *técnica do confor conscienciométrico* (Oliveira, 2023, p. 9.730 a 9.735), com foco em obter autodiagnóstico mais preciso e angariar mais competência evolutiva pessoal a partir da automanifestação de trafores, conforme demonstrado no quadro II.

**Definologia.** O *confor conscienciométrico* é o conteúdo e forma presentes na manifestação da conscin, homem ou mulher, considerando a atuação interconectada entre aptidão coexistente (trafor), travão adjacente (trafar) e habilidade ausente (trafal), cuja perquirição objetiva estabelecer diagnóstico conscienciométrico e favorecer a ampliação do grau de homeostase íntima (Oliveira, 2023, p. 9.730).

**Técnica.** Para definir os traços através da *técnica do confor conscienciométrico*, a autora realizou pesquisa bibliográfica em confronto com as casuísticas vivenciadas, a partir de análises pessoais, os trafores relacionados às casuísticas, em seguida elencando os trafores e trafais.

### EXPLANAÇÃO

**Análise 1.** O primeiro traço identificado na aplicação da *técnica do confor conscienciométrico* foi o trafor sensibilidade parapsíquica, relacionado à casuística 1, pois houve assimilação de energias com facilidade. Em pesquisa bibliográfica na busca do trafor, a autora constatou ingenuidade, pois absorveu energias sem compreender a assimilação, denotando o trafal de atenção/observadora incessante, essencial nas relações interpessoais.

**Análise 2.** Na análise da casuística 2, identificou o trafor de acolhimento e comunicabilidade na interatividade com outras pessoas; o trafor impulsividade, evidenciou a necessidade de acalmia e criteriosidade para manter o foco e a atenção nos pensenes formados nas relações interpessoais, dinamizar a interassistencialidade e ao final realizar a desassimilação.

**Análise 3.** Na casuística 3, o primeiro traço identificado foi do *trafar* insegurança quanto ao parapsiquismo já desenvolvido e proficiente no exercício e interassistencialidade, exigindo a busca da autoconfiança e determinação como qualificadores assistenciais.

**Resultado.** O resultado da aplicação da *técnica do confor conscienciométrico*, encontra-se discriminado no quadro II.

**QUADRO II – CONFOR CONSCIENCIOMÉTRICO DOS AUTODESCONFORTOS**

<b>Trafar</b>	<b>Trafar</b>	<b>Trafal</b>
Sensibilidade parapsíquica	Ingenuidade	Atenção
Acolhimento; Comunicabilidade	Impulsividade	Acalmia
Interassistencialidade	Insegurança	Autoconfiança

**Observação.** Quadro construído em conformidade ao contexto da autora.

### COMENTÁRIOS ADICIONAIS

**Alerta.** A autopesquisa mostrou a necessidade de estar alerta nas diversas relações interpessoais, realizando leitura do campo energético formado para adotar posição de interassistência utilizando a *Mobilização Básica de Energias* (MBE), o *Estado Vibracional* (EV) e a Exteriorização de Energias.

**Percepção.** Para a autora, a percepção das energias se dá com facilidade de assimilação, porém faz-se necessário aguçar a atenção e observação em todas as interrelações, possibilitando assistência e desassimilação.

**Busca.** Perceber e distinguir os padrões energéticos para entender as informações ali contidas e fazer interassistencialidade com qualidade, são as buscas mentaissomáticas a partir da autopesquisa realizada.

**Assepsia.** A assepsia energética conforme Vieira (2023, p. 2.492), deve ser utilizada para evitar a permanência de energias conscienciais patológicas das interrelações, começando por limpar as energias negativas, ali existentes, gravitantes e atuantes.

**Modus operandi.** Mudar o jeito de funcionar repetitivo e arraigado qualificando competências e ampliando a interassistencialidade.

**Constatação.** No decorrer do autodiagnóstico conscienciométrico, constatou-se que o desconforto se manifestou na sensação incômoda de mal-estar persistente ao modo de ter feito algo errado ou vivência de conflito, com dificuldade em conseguir constatar o gatilho desencadeador.

**Percepção.** A percepção do sentimento confortável foi experienciado através de satisfação e alegria ao modo de sensação agradável de acalmia.

**Discernimento.** Saber discernir os sentimentos absorvidos de outras pessoas nas relações vivenciadas. Realizar perguntas investigativas: “De onde vem esse sentimento?” / “Isso é meu ou é de outro?” / “Qual vivência gerou o gatilho desencadeador?”

**Autocompreensão.** Entender o *modus operandi* nas interrelações favoreceu a qualificação dos mecanismos de manifestação.

**Preponderância.** A preponderância da atenção, observação e criteriosidade na convivialidade para identificar o padrão energético e suas influências, qualifica a automanifestação e a interassistencialidade.

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

**Sincronicidade.** A decisão da autopesquisa trouxe sincronicidades elucidativas sucessivas, que foram determinantes para elencar as casuísticas apresentadas no artigo.

**Autopesquisa.** Ao final deste trabalho, a autora-experimentadora constatou que a autopesquisa conscienciométrica através da análise de casuísticas pessoais utilizando a técnica descrita, proporcionou ampliar o autoconhecimento e promoveu reciclagens intraconscenciais.

**Autocompreensão.** Embora não fosse o objetivo primário, a autora constatou que entender o *modus operandi* nas interrelações favoreceu a qualificação dos mecanismos de automanifestação.

## WEBGRAFIA ESPECÍFICA

1. **Corrêa**, Adriane; **Modus Operandi Comunicativo** (N. 4.728; 14.01.2019); Verbetes; In: **Vieira**, Waldo; Org.; **Enciclopédia da Conscienciologia**; apes. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; Vol. Digital Único (PDF); CCXL + 34.372 p.; 3 *E-mails*; 11.129 enus.; 727 especialidades; 1 foto; glos. 6.500 termos (verbetes); 1 ilus.; 1.001 microbiografias; 417 tabs.; 25 *websites*; 22.474 bibliografias específicas; 1.048 filmografias específicas; 125 videografias específicas; 1.860 webgrafias específicas; alf.; 10ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2023; páginas 23.139 a 23.143; disponível em: <<https://encyclossapiens.space/ec/ECDigital10.pdf>>; acesso em: 07.12.2022; 10h30.

2. **Oliveira**, Nilse; **Confor Conscienciométrico** (N. 4.898; 03.07.2019); Verbetes; In: **Vieira**, Waldo; Org.; **Enciclopédia da Conscienciologia**; apes. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; Vol. Digital Único (PDF); CCXL + 34.372 p.; 3 *E-mails*; 11.129 enus.; 727 especialidades; 1 foto; glos. 6.500 termos (verbetes); 1 ilus.; 1.001 microbiografias; 417 tabs.; 25 *websites*; 22.474 bibliografias específicas; 1.048 filmografias específicas; 125 videografias específicas; 1.860 webgrafias específicas; alf.; 10ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2023; páginas 9.730 a 9.735; disponível em: <<https://encyclossapiens.space/ec/ECDigital10.pdf>>; acesso em: 22.12.2022; 13h00.

3. **Vieira**, Waldo; **Assepsia Energética** (N. 259; 11.06.2006); Verbetes; In: **Vieira**, Waldo; Org.; **Enciclopédia da Conscienciologia**; apes. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; Vol. Digital Único (PDF); CCXL + 34.372 p.; 3 *E-mails*; 11.129 enus.; 727 especialidades; 1 foto; glos. 6.500 termos (verbetes); 1 ilus.; 1.001 microbiografias; 417 tabs.; 25 *websites*; 22.474 bibliografias específicas; 1.048 filmografias específicas; 125 videografias específicas; 1.860 webgrafias específicas; alf.; 10ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2023; páginas 2.492 a 2.495; disponível em: <<https://encyclossapiens.space/ec/ECDigital10.pdf>>; acesso em: 20.12.2022; 15h20.

## MINICURRÍCULO

**Rita de Cássia Pereira** é Pedagoga com Especialização em Supervisão Escolar, Pós-graduada em Fundamentos da Educação e em Gestão Escolar, voluntária da *Associação Internacional de Conscienciometria Interassistencial* (CONSCIUS).

