

AUTOCOSMOÉTICA GERADORA DA LIBERDADE GRAFOPENSÊNICA

AUTOCOSMOÉTICA GENERADORA DE LA LIBERTAD GRAFOPENSÉNICA

SELF-COSMOETHICS GENERATOR OF GRAPHOTHOSENIC FREEDOM

Ricardo Oliveira

Voluntário da Conscienciologia desde 05/2011, técnico em Processamento de Dados e bacharel em Psicologia; atua profissionalmente como Coordenador de Suporte em TI; atualmente é voluntário da Associação Internacional de Cosmoeticologia (COSMOETHOS). E-mail: ricardo.tenepes@gmail.com.

RESUMO

Este artigo objetiva compartilhar experiências do autor relacionadas à paulatina instalação da liberdade grafopensênica-gesconológica proveniente da reflexão sobre a própria manifestação consciencial, fatos e parafatos relacionados que culminaram em técnica de escrita diária e consequentes ganhos evolutivos pessoais. O método usado para confecção deste trabalho, a partir do labcon pessoal vivenciado, os parafenômenos e o autodesassédio autoral, foi consultar anotações pessoais feitas em eventos da Conscienciologia, tais como: cursos, tertúlias e vídeos e reflexões posteriores.

Palavras-chave: 1. Reciclagem. 2. Auto-organização. 3. Gescon. 4. Assistência.

Especialidade: Cosmoeticologia.

RESUMEN

Este artículo tiene como objetivo compartir las experiencias del autor relacionadas con la instalación gradual de la libertad grafopensênica-gesconológica a partir de la reflexión sobre la propia manifestación consciencial, hechos y parahechos relacionados que culminaron en técnica de escritura cotidiana y conquistas evolutivas personales consecuentes. A partir del labcon personal vivido, con los parafenômenos y la auto-

desintrusão autoral, el método utilizado para realizar el presente trabajo fue la consulta de apuntes realizados en eventos de Concienciología, como cursos, tertulias y videos.

Palabras clave: 1. Reciclaje. 2. Autoorganización. 3. Gestión. 4. Asistencia.

Especialidad: Cosmoeticología.

ABSTRACT

This article aims to share the author's experiences related to gradual installation of graphothosenic-conscial gestation derived from reflection over its own conscial manifestation, related facts and parafacts, which culminated in a daily writing technique and consequential personal evolutionary gains. From the living conscial laboratory, the paraphenomena and authorship self-deinstrusion, the method used to write this work was to check notes taken in Consciality events such as courses, Tertulias and videos.

Keyword: 1. Recycling. 2. Self-organisation. 3. Conscial gestation. 4. Assistance.

Specialty. Cosmoethicology.

INTRODUÇÃO

Objetivo. O objetivo deste texto é compartilhar laboratório conscial (labcon) do autor a respeito das experiências grafopensênicas pessoais.

Autopesquisa. Desde junho de 2012 este autor procura otimizar a autoexpeperimentação grafopensenológica com participação pessoal em atividades conscienciológicas e respectivos registros ponderativos das teorias e vivências experienciadas, inclusive parapsíquicas, a exemplo dos 3 eventos a seguir elencados alfabeticamente:

1. **Cursos.** Cursos de Concienciologia.
2. **Tertúlias.** Tertúlias Concienciológicas.
3. **Vídeos.** Videoaulas em plataformas online.

Metodologia. Além do labcon acima, o pesquisador realizou pesquisa bibliográfica conscienciológica para a escrita deste texto.

Análise. Este pesquisador pôde constatar que a reflexão autocrítica evolutiva sobre a própria manifestação conscial, multidimensional, aplicada à escrita conscienciológica (considerada, item da programação existencial individual), oportuniza ampliação da autolucidez sobre posturas íntimas auto opressoras impeditivas à grafopensenidade tarística.

Recurso. Uma vez identificada a dificuldade pessoal em expressar-se grafopensenicamente, o autor selecionou meios e estratégias catalisadores da reciclagem intraconscencial (recin) e dos desempenhos evolutivos.

Estrutura. Este trabalho está dividido em 3 partes, além desta introdução:

- I. **Histórico.** Histórico pessoal: breve retrospectiva do caminho grafopensênico traçado.
- II. **Liberdade.** Instauração da liberdade grafopensênica: especifica mecanismos empregados na teática da escrita conscienciológica.
- III. **Considerações.** Considerações finais: resultados obtidos e perspectiva de futuro.

I. HISTÓRICO PESSOAL

Grafofilia. O valor da escrita está presente no autor desde a adolescência, conforme estes 4 acontecimentos a seguir enumerados em ordem cronológica:

1. **Artística.** Desde os 12 anos de idade, o autor escrevia, músicas, poemas, pensamentos e ensaios.

Criticofobia. Essas produções nunca foram publicadas, tendo sido compartilhadas muito raramente, apenas entre amigos próximos.

2. **Didática.** Aos 19 anos, em 2000, era professor de informática na cidade de São Paulo e desejava escrever livro didático para o curso ministrado.

Propósito. À época não visava ganho financeiro, mas além de considerar o benefício aos alunos proporcionado por material com conteúdo específico, desejava prestígio proveniente de obra publicada.

Ilusão. O autor achou difícil organizar o conteúdo escrito para publicar, então, desenvolveu crença derrotista de que o livro seria algo muito além das capacidades pessoais.

Contraponto. Na mesma escola conheceu jovem professor de outra disciplina, que lecionava com livro de autoria própria.

Exemplarismo. O colega dizia que os erros cometidos no livro publicado (alguns elementares) o ajudaram a ser um profissional melhor.

Apreciação. Esse exemplo ajudou este autor a questionar o posicionamento derrotista.

3. **Assistencial.** Durante a faculdade de Letras, cursada no período de 2007 a 2009, em São Paulo, este autor planejava publicar poesia pedagógica e literatura assistencial para adolescentes.

Intenção. Pela primeira vez a finalidade foi prioritariamente assistencial em razão da intenção da escrita ser ajudar jovens a aprender a viver considerando valores pessoais nas escolhas da vida cotidiana, algo que este autor via ser negligenciado no currículo escolar.

4. **Evolutiva.** Após conhecer a Conscienciologia, em dezembro de 2010, a vontade de realizar tarefa escrita tomou força, embasada no valor evolutividade, associada ao paradever intermissivo pessoal, e amadurecida com interesse em perscrutar as especialidades a seguir destacadas alfabeticamente:

a. **Consciencioterapeuticologia.** Eficiência técnica na realização de recins.

b. **Cosmoeticologia.** Racionalidade evolutiva aplicada às escolhas e comportamento pessoal.

c. **Parapedagogiologia.** Uso da comunicabilidade lógica com propósito interassistencial.

d. **Recexologia.** Técnica evolutiva aplicada enquanto ciência de viver.

Confirmação. Esses fatos e ideias proporcionaram convicção íntima de que a grafotares é cláusula pétrea da programação existencial (proéxis) pessoal.

Qualificação. Constatado este item proexológico, o autor iniciou investimento em Grafopensenologia, no curso Autopesquisa projetiológica (APP), do Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC), de São Paulo, realizado de maio a julho de 2012.

Condições. Durante as aulas, este pesquisador detectou 7 dificultadores à escrita que estão detalhadas subsequentemente, em ordem alfabética:

1. **Anticosmoeticidade.** Acirramento de autoconflitos derivados da intencionalidade egóica de autoproteção em detrimento da assistência.

2. **Contrapensividade.** A pressão energética extrafísica obnubilava, gerava sonolência assim que começava a escrever, especialmente, na acabativa dos textos.

3. **Desconcentração.** Dificuldade na manutenção da atenção ao ler e escrever em todas áreas de estudo. A dispersão impedia ingresso no ritmo satisfatório de escrita.

4. **Depreciação.** Duvidava da qualidade do texto.

5. **Fobia.** Textos iniciados, a maioria, incompletos, engavetados, não foram encaminhados à publicação, mesmo os trabalhos apresentados nos Seminários de Pesquisas do IIPC.

6. **Indecisão.** Dificuldade na escolha do tema, uma vez que várias opções foram consideradas e todas pareciam igualmente importantes.

7. **Religiosidade.** Mantinha autocensura e auto-opressão, transferia aos revisores as consequentes emoções negativas e, para evitar a experiência da revisão, não terminava os textos.

Superação. Detectados impeditivos pessoais, o autor passou a reservar esporadicamente 2 horas para escrever, geralmente a noite durante a semana, mas muitas vezes só conseguia produzir nos últimos 30 minutos.

Persistência. Isto, porém, não desanimou o pesquisador em prosseguir no intento.

Momento. Em determinadas circunstâncias de produção aconteceu confluência de fatores pró-escrita, a exemplo dos 6 abaixo destacados em ordem alfabética:

1. **Abstração.** Percepção de capacidade de lidar com quantidade maior de variáveis abstratas.

2. **Associação.** Clara ampliação da capacidade de associação de ideias.

3. **Concentração.** Irretocável concentração mental.

4. **Extrapolacionismo.** Evidentes extrapolações mentaisomáticas e parapsíquicas.

5. **Insights.** Ocorrência maior de diálogos transmentais e percepção lúcida de lateropenses.

6. **Taquipsiquismo.** Autopercepção de pensamento em bloco e mais rápido que o padrão do autor.

Inspiração. Durante uma reflexão sobre estes episódios, o autor captou a ideia “é preciso aprender a criar esse fluxo” e sensação de confiança, então lembrou do conceito de fluxo aprendido no curso Autopesquisa projeciológica (APP).

Flow. Segundo Csikszentmihalyi (1999, p. 35-37), a experiência de *flow* é a condição em que a pessoa realiza determinada atividade com profunda concentração, usando suas habilidades com grande desempenho e satisfação.

Amparabilidade. Depois dessas primeiras experiências com amparadores de função da escrita durante o ano de 2013, o autor começou a pensar estratégias para ampliar essa amparabilidade.

Livro. O autor optou por escrever livro simples, confor de manual, e iniciou o planejamento pela escrita do índice, mas com fluxo ideativo do campo pessoal multidimensional, ampliou-se para índice de livro mais detalhado sobre a especialidade de pesquisa, planificação de tratado científico.

Dúvida. Não obstante o autoestímulo, o autor teve recaída de autoinsegurança e, depois de semanas em crise, este autopesquisador questionou-se durante pausa no trabalho: *Como uma pessoa como eu poderia escrever tratado científico?*

Telepatia. Em seguida à abertura íntima, sincera, favorecedora à aproximação do amparo de função, veio à mente associação lógica, que fez sentido: *Assim como uma hora de tenepes por dia leva à ofiex, uma hora de escrita por dia leva ao tratado científico.*

Otimismo. Àquela altura, o pesquisador sentiu-se encorajado a escrever cada vez melhor, mais rápido, com autoorganização e ampliando quantidade de horas diárias dedicadas à escrita, visando assim materializar a megagescon.

Resolução. A partir de 7 de julho de 2014, este pesquisador trabalhou com disciplina na escrita diária, que passou a chamar de tarefa grafopensênica diária.

II. INSTAURAÇÃO DA LIBERDADE GRAFOPENSÊNICA

Liberdade. Segundo o Dicionário Aulete Digital, liberdade³ é a “supressão das formas de opressão anormais, ilegítimas e imorais.”

Significado. Neste sentido, sugere-se instauração da liberdade grafopensênica como a expressão autônoma dos pensenes pessoais por meio da escrita capaz de promover auto e heterodesassédio desopressor.

Semeadura. A motivação para escrever revelou vontade de fixar ideias e vivências evolutivas por meio de gescons, com 5 metas próprias detalhadas abaixo em ordem alfabética, tal qual *sementeira intrafísica* (Vieira 2018, p. 22.412):

1. **Alicerce.** Registrar no *paraengrama* (Almeida, 2015, p. 16.553) as autorecins.

2. **Assistência.** Esclarecer durante a vida humana, com devido encaminhamento e maxidissidência ideológica, às consciexes.

3. **Colheita.** Experimentar, pós-dessoma, *colheita intermissiva* (Vieira 2018, p. 6.057).

4. **Equilíbrio.** Autodesassédio autoral derivado da qualificação da autocosmoética.

5. **Coerência.** Elucidação dos pontos cegos (Vieira, 2018, p. 17.584) conscienciais no que tange a vontades, intenções e discernimento relacionados à produção, revisão e publicação de gescons.

Toleima. Os pontos cegos são manifestações sobre as quais a consciência não refletiu criticamente ainda, muitas vezes irracionalidades castradoras ou atenuadoras da manifestação evolutiva, nascidas, dentre outras, de 6 situações a seguir alfabeticamente enumeradas:

1. **Crenças.** Crenças irracionais.
2. **Hábitos.** Hábitos não refletidos.
3. **Instintos.** Necessidades e tendências somáticas antievolutivas.
4. **Princípios.** Princípios retrógrados.
5. **Regras.** Regras anticosmoéticas.
6. **Valores.** Valores anacrônicos.

Horários. O autor aplicou o princípio “*sem disciplina não há amparo*” (Vieira, 2014, p. 70) e adotou esquema de horários semelhante ao da técnica da tenepes.

Local. O autor, igualmente, adotou *técnica da ilha de ortopensividade* (Vieira, 2003, p. 133) para que o local exclusivo à escrita tenha holopensividade facilitador da liberdade grafopensvidência interassistencial.

Isolamento. A prática mostrou que este insulamento otimiza escrita diária, com 3 benefícios experienciados:

1. **Atenção.** Otimização da atenção pelo foco nos autopensenes.
2. **Blindagem.** Reforço da alcova blindada pela ortopensvidência.
3. **Energias.** Expansão energossomática.

Conceito. Com estas experiências de escrita diária, o autor criou técnica pessoal denominada *Tarefa Grafopensênica Diária*: paratécnica interassistencial e cosmoética de autorganização à escrita, revisão e publicação de gescons grafotarísticas, fundamentada no paradigma consciencial, realizada pela conscin, homem ou mulher, no estado de vigília física ordinária, intrafisicamente isolada, auxiliada extrafisicamente por amparo de função, com vistas à produção e autoqualificação conscienciográfica até o completismo gesconográfico pessoal.

Reciclagens. Em sequência, lista-se alfabeticamente 5 ocorrências homeostáticas representativas da liberdade grafopensênica como consequência direta das reflexões cosmoéticas para e na escrita diária e suas respectivas reciclagens intraconscienciais:

1. **Interassistência.** O foco na interassistência policármica.

Escolhas. Após constatar que revisões são assistências ao autor e perceber que gescons são ferramentas a serviço da assistência e não uma extensão do ego do autor, adotou as seguintes medidas visando a acabativa dos textos, arroladas abaixo, em ordem alfabética:

a. **Assistência.** Decidiu focar na tarefa escrita em detrimento da vaidade.

b. **Desapego.** Escolheu desapegar cosmoeticamente de trechos dos textos.

c. **Confiança.** Optou por confiar na opinião técnica das equipins e equipexes de revisores.

2. **Autorresponsabilidade.** A assunção da autorresponsabilidade gesconológica.

Informação. Em reflexão conjunta com escritores, o autor entendeu os passos do processo autoral e compreendeu a relevância de, perante um desafio cosmoético da equipex, decidir lucidamente pela grafotares e continuar com persistência, aprendendo durante o percurso, até a acabativa.

Assunção. O autoexperimentador assumiu os próprios recursos intraconscienciais e intrafisicos, a capacidade, a autorresponsabilidade e os benefícios evolutivos dos livros que deseja escrever, o que gerou autopacificação.

3. **Priorização.** A priorização gesconológica.

Questionamento. O autor questionou-se: *Se só tivesse tempo para escrever um livro antes de desamar, qual seria?*

Resultado. Escolheu tema principal, optou por confor mais simples para começar e estabeleceu prazo de conclusão.

Convergência. Em artigos e verbetes, trabalha prioritariamente em temas confluentes com o assunto do livro.

4. **Autodeterminação.** A autodeterminação cosmoética.

Autoassédio. O autor agendava dias de escrita, mas não cumpria o compromisso, não tinha senso de engajamento com amparo, e demorou a perceber a parareceptoria da atividade.

Posicionamento. Este autexperimentador aprofundou com autenticidade na intenção pessoal e separou as investigações autoassistenciais das produções interassistenciais, definiu megafoco, comprometeu-se em só começar qualquer projeto quando estiver convicto de que vai até o fim, reconhecendo os limites pessoais.

Acabativa. Levou 4 anos para o autor conseguir publicar o primeiro artigo e outros 4 anos para publicar o segundo, mas estas primeiras realizações são importantes marcos no uso do princípio da acabativa cosmoética.

5. **Tranquilidade íntima**

Exemplo. Em 2018, em conversa sobre gesconografia, certo amigo comentou o prazer desfrutado em seu processo autoral.

Elucidação. O exemplo inspirou este autor a desdramatizar o volume de trabalho que as fases da escrita possuem, principalmente na acabativa revisional, e a acalmar-se, reduzindo a ansiedade e a pressa em terminar os textos, optando por apreciar o aprendizado e as experiências parapsíquicas do autorado.

Babysteps. Os autenfrentamentos e superações elencados são pequenos passos, conquistas singelas na superação dos autoconflitos e ampliação da liberdade pessoal.

Prospecção. Mas esses pequenos passos apontam para a possibilidade de alcançar mais níveis de autocosmoeticidade e equilíbrio íntimo na execução da proéxis.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Cosmoética. Analisando o processo descrito ao longo deste trabalho, o autor conclui que autocosmoética é reflexão teática sobre a própria manifestação consciencial, ou seja, inclui as reciclagens intraconscien- ciais, amplia a autolucidez e o discernimento para a qualificação evolu- tiva contínua.

Conscienciografia. A cosmoética aplicada à grafopensinidade ta- rística proporciona autodesassédio e instalação da liberdade gesconológica.

Seleção. Neste caminho, o autopesquisador usou paratécnicas convergentes com o avanço da autocosmoeticidade na ampliação da li- berdade grafopensênica.

Rotina. A escrita diária, teática, refletida, foi resultado e é causa do aprimoramento da cosmoética pessoal e da auto coerência evolutiva quanto à grafopensinidade.

Posicionamentos. Os neoposicionamentos cosmoéticos da conscin interessada são fundamentais, no processo de ampliação da liberdade grafopensênica, inclusive para a atuação dos amparadores.

Autodesassédio. As reciclagens reduzem os autoconflitos e são a base do autodesassédio autoral.

Completismo. A acabativa dos primeiros artigos abre perspectiva para a viabilidade da conclusão de gescons mais complexas e de interassis- tencialidade mais profunda, no caminho do completismo gesconográfico,

Oportunidade. Os novos patamares de manifestação alcançados na gesconografia apontam para possibilidade de ampliação do equilíbrio íntimo e capacidade interassistencial além da escrita, em outras áreas da vida e outros círculos sociais e parassociais.

A COSMOÉTICA APLICADA À GRAFOTARES ORIENTA E CATALISA AUTOSSUPERAÇÕES PRIORITÁRIAS AO DESENVOLVIMENTO DO AUTOR INTERESSADO EM EXERCER A LIBERDADE GRAFOPENSÊNICA FOCADA NA INTERASSISTENCIALIDADE UNIVERSALISTA E POLICÁRMICA.

Questionamento. Você, leitor ou leitora, reflete com autocríti- ca emancipadora sobre bases neoparadigmáticas a respeito das causas de suas manifestações conscienciais relativas à grafopensinidade? Que avan- ços tem obtido?

BIBLIOGRAFIA ESPECÍFICA

1. Almeida, Walter; *Paraengrama Autassistencial*; verbete; In: Vieira, Waldo; Org.; *Enciclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 2; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2018; ISBN 978-85-8477-118-9; páginas 16.553 a 16.560.

2. Csikszentmihalyi, Mihaly; *A Descoberta do Fluxo: A Psicologia do Envolvimento com a Vida Cotidiana* (*Finding Flow the Psychology of Engagement with every Day Life*); trad. Pedro Ribeiro; 166 p.; 9 caps.; 7 ilus.; 4 tabs.; 23 x 15 cm; br.; Rocco; Rio de Janeiro, RJ; 1999; páginas 35 a 37.

3. 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; página 70.

4. Idem; *Homo sapiens reurbanisatus*; 1.584 p.; 479 caps.; 139 abrevs.; 40 ilus.; 7 índices; 102 sinopses; glos. 241 termos; 7.655 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21 x 7 cm; 3ª Ed. Gratuita; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2003; página 133.

5. Idem; *Colheita intermissiva; Ponto cego; Sementeira intrafísica*; verbete; In: Vieira, Waldo (org.); *Enciclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols; 23.178 p.; Vol. 2; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 13.896 refs.; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 9ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2018; ISBN 978-85-8477-118-9; páginas 6.056 a 6.059; páginas 17.584 a 17.587; páginas 20.098 a 20.101.

