

■ AUTOCONSCIENCIOTERAPIA

Heteroconsciencioterapia aplicada à Autorreciclagem da Pensividade Autovitimizadora

Heteroconsciencioterapia aplicada al Autorreciclaje de la Pensividad Autovictimizadora

Hetero-conscientiotherapy applied to Recycling of Self-victimization Thosenity

Gabriela Arantes Gonçalves

Psicóloga, bancária, mestre em Administração de Empresas, voluntária e docente do IIPC Uberaba – Núcleo de Extensão Ribeirão Preto (SP), gabi_arantes@hotmail.com

RESUMO. Este artigo trata da reciclagem da pensividade autovitimizadora após a participação desta autora como evoluciente da consciencioterapia clínica intensiva realizada na Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC), em Foz do Iguaçu nos anos de 2016, 2017 e 2018. O desenvolvimento do texto foi realizado a partir de registros efetuados durante as sessões de consciencioterapia, das autorreflexões, de revisão bibliográfica sobre o tema e anotações de insights obtidos em cursos e laboratórios conscienciológicos realizados por esta autora ao longo dos últimos três anos. Os resultados desta autopesquisa demonstraram que a consciencioterapia clínica auxilia o evoluciente na identificação da autopenividade patológica, bem como na sua ressignificação, propulsionando a reciclagem intraconsciente e o autodesassédio. No caso desta autora, a consciencioterapia clínica auxiliou na identificação da pensividade autovitimizadora e a consequente reciclagem antivitimizadora.

Palavras-chave: consciencioterapia; autopenividade; autovitimização; reciclagens intraconscientes.

RESUMEN. Este artículo se centra en la temática del reciclaje de la pensividad autovictimizadora. Es producto de la participación de esta autora como evoluciente de la consciencioterapia clínica intensiva realizada en la Organización Internacional de Consciencioterapia (OIC), en Foz de Iguazú en los años 2016, 2017 y 2018. El desarrollo de este texto fue elaborado a partir de registros efectuados durante las sesiones de consciencioterapia, autorreflexiones, revisión bibliográfica sobre el tema y notas de insights obtenidas en los cursos y laboratorios conscienciológicos realizados por esta autora a lo largo de los últimos tres años. Los resultados de esta investigación demuestran que la consciencioterapia clínica auxilia al evoluciente en la identificación de la autopenividad patológica así como en su ressignificación, promoviendo el reciclaje intraconsciente y el autodesasedio. En el caso de esta investigadora, la consciencioterapia clínica colaboró en la identificación de la pensividad autovictimizadora y el consecuente reciclaje antivictimizador.

Palabras clave: consciencioterapia; autopenividade; autovictimización; reciclajes intraconscientes.

ABSTRACT. This article is about the recycling of self-victimization thosenity after this author's participation as an evoluent of an intensive clinical conscienciotherapy carried out at International Organization of Conscienciotherapy (IOC), in Foz do Iguaçu in 2016, 2017 and 2018. The development of the text was carried out from the records made during the conscienciotherapy sessions, the self-reflections, bibliographic review on the theme and from insights obtained in courses and conscienciological laboratories attended by this author over the last three years. The results of this self-research have shown that clinical conscienciotherapy assists the evoluent in identifying pathological self-thosene as well as its reframing, by propelling intraconsciencial recycling and self-deintrusion. In this author's case, the clinical conscienciotherapy has helped to identify self-victimization thosenity and the consequent anti-victimizing recycling.

Keywords: conscienciotherapy; self-thosenity; self-victimization; intraconsciencial recycling.

INTRODUÇÃO

Psicoterapia. Ao longo de muitos anos, esta autora buscou na Psiquiatria e na Psicologia um diagnóstico para seus incômodos e inquietações pessoais que prejudicavam seu equilíbrio emocional e mental, e também suas relações interpessoais com familiares, amigos e parceiro afetivo.

Consciencioterapia. A contribuição tanto dos medicamentos quanto da psicoterapia auxiliaram significativamente no alívio dos sintomas e no aprendizado de novos comportamentos mais funcionais e equilibrados. No entanto, a compreensão das causas destes incômodos, bem como das implicações multidimensionais na manutenção de determinados padrões de pensamentos e comportamentos, só foi possível acessar nas sessões de Consciencioterapia.

Saúde. O objetivo da consciencioterapia é auxiliar o evoluciente a buscar não tão somente a saúde física, mental e emocional, mas também a saúde consciencial, envolvendo o holossoma, os atributos da consciência, as influências da multidimensionalidade, multiexistencialidade, bioenergias, cosmoética e projeção consciente.

Modalidades. A consciencioterapia pode ser vivenciada de 3 formas básicas: autoconsciencioterapia: quando o próprio evoluciente aplica o ciclo ou técnicas autoconsciencioterápicas; heteroconsciencioterapia grupal: quando é facilitada por consciencioterapeutas junto a um grupo de evolucientes; heteroconsciencioterapia individual: quando dois consciencioterapeutas atendem o evoluciente individualmente (V. Ribeiro, 2018, p. 7 a 18).

Foco. O foco deste artigo refere-se ao terceiro modo, pelo qual a autora vivenciou o processo consciencioterápico na condição de evoluciente no ano de 2016. O objetivo neste ano foi o de autoconhecimento, pela oportunidade de maior contato de modo integral consigo mesma.

Recin. Aprofundar no autoconhecimento pode gerar desconforto ou descontentamento com o nível de saúde consciencial e patamar evolutivo encontrado, mas possibilita, conseqüentemente, as reciclagens intraconscienciais.

Autocura. Partindo do pressuposto que ninguém cura ninguém, a consciencioterapia tem como meta ajudar o evoluciente a entender suas dificuldades, os próprios mecanismos de funcionamento, identificar seus trafores, trafaes, trafais e valores evolutivos e reorientar a bússola intraconsciencial na direção da autoproéxis (Machado, 2014, p. 50).

Casuística. A consciencioterapia individual intensiva (5 atendimentos consecutivos em uma semana) realizada por esta autora na OIC, em Foz do Iguaçu, nos anos de 2016, 2017 e 2018, possibilitou a identificação da autopensividade vitimizadora perante os desafios e obstáculos dessa vida intrafísica, bem como propulsionou a ressignificação e a reciclagem para uma autopensividade antivitimizadora.

Autovitimização. “A autovitimização é o ato ou efeito de a pessoa vitimizar-se, queixar-se ou depreciar-se conscientemente com rebaixamento da autoestima e do amor-próprio” (Vieira, 2018, p. 4.359).

Recin. “É a reciclagem intraconsciencial ou a renovação cerebral da consciência humana (conscin) através da criação de neossinapses ou conexões interneurais (neuróglia) capazes de permitir o ajuste da programação existencial (proéxis), a consecução da reciclagem existencial (recéxis), a inversão existencial (invéxis), a aquisição de neoidéias, neopenses, hiperpenses e outras neofilias da pessoa lúcida motivada.” (Vieira, 2009, p. 1109).

Estrutura. O texto foi estruturado da seguinte forma:

- I. Síndrome da Autovitimização.**
- II. Autopensividade Antivitimizadora.**
- III. Reciclagens Intraconscienciais.**
- IV. Conclusões.**

I. SÍNDROME DA AUTOVITIMIZAÇÃO

Definição. “A síndrome da autovitimização é a condição patológica ou estado mórbido caracterizado pelo quadro clínico no qual predomina o ato de a conscin, homem ou mulher, vitimizar-se, queixar-se e/ou depreciar-se conscientemente frente aos desafios da vida humana, paralisando-se evolutivamente mediante autoinculcações, dramatizações, posturas trafaistas, autodefesa do próprio ego e transferência de responsabilidades por atitudes inerentes a si mesma” (Machado, 2017, p. 37).

Sinonímia: “1. Síndrome da autodepreciação. 2. Síndrome da autodesvalorização. 3. Síndrome da autopunição. 4. Síndrome da lamentação. 5. Síndrome da autocastração” (idem).

Autoassédio. Eis, segundo levantamento feito por esta autora no livro *Autovitimização* (Machado, 2017, p. 39 a 67), 8 características e posturas do autovitimizado:

1. **Retromemória negativa:** tende a perder-se em suas retromemórias negativas, erros, omissões, fracassos e frustrações. Desta forma, quando a conscin opta diuturnamente por uma postura autovitimizada faz a escolha por permanecer em estado de autoassédio cronicificado paralisando o seu processo evolutivo.

2. **Dramatização:** dramatiza ou “carrega nas tintas”, prejudicando-se ao ter que dispender tamanha atenção e energia na resolução de problemas muitas vezes simples do cotidiano.

3. **Autodepreciação:** tende a depreciar-se, “colocar-se para baixo”, predominando manifestações de menos-valia e autodesvalorização no holopense pessoal.

4. **Comocionalismo:** provoca comoção nos outros acarretando sempre em ganhos secundários, que se resume, no mínimo, ao ganho de atenção e energia.

5. **Queixume:** tende a queixar-se, lamentar-se, reclamar, prevalecendo o mau humor no cotidiano.

6. **Passividade:** tem o hábito de colocar-se na condição de vítima das demais consciências e situações da vida, preponderando a passividade, o comodismo, a falta de vontade e a fuga às responsabilidades pessoais.

7. **Heteroassédio:** predispõe-se aos assédios extrafísicos, os quais se somarão ao seu modo de funcionar fazendo um sinergismo patológico, reforçando o padrão negativo da consciência autovitimizada, além de ser fonte de distúrbios somáticos.

8. **Psicosfera:** tende a exteriorizar pensenização doente a partir das energias conscienciais, irradiando por toda a psicosfera de conscin frustrada, podendo, pela interação energética, atingir as consciências incautas do ponto de vista da sensibilidade parapsíquica e da autodefesa energossomática.

Escolhas. A postura autovitimizadora é muito mais resultado das escolhas das consciências do que meras consequências das influências de fatores genéticos, paragenéticos e mesológicos.

Exemplo. Isso é exemplificado quando duas consciências ressomadas no mesmo grupocarma familiar e sujeitas às mesmas condições mesológicas adotam posturas distintas diante das dificuldades e desafios.

II. AUTOPENSENIDADE ANTIVITIMIZADORA

Antivitimização. “A antivitimização é o ato ou efeito de a conscin, homem ou mulher, eliminar do comportamento pessoal a manifestação egocêntrica autovitimizada, lamuriosa ou autodepreciativa e assumir as autorresponsabilidades interassistenciais, adquirindo maior autossuficiência emocional nas relações interconscienciais multidimensionais” (Machado, 2017, p. 89).

Sinonímia: “1. Antiqueixismo; antiqueixume. 2. Antilamentação. 3. Autovalorização. 4. Autorresponsabilização. 5. Autoimperdoamento” (Idem).

Autopensenidade. A autopensenidade é a qualidade consciencial relacionada à produção dos autopensenes, ou seja, o pensene gerado pela própria consciência podendo ser patológico ou homeostático.

Antivitimizadora. Com base na revisão bibliográfica, esta autora propõe a autopensenidade antivitimizada como sendo a qualidade dos pensamentos, sentimentos e energias da consciência, intra ou extrafísica, cujas posturas ou atributos pessoais são de autovalorização, antiqueixismo, autodiscernimento, autorresponsabilidade interassistencial, desdramatização, ceticismo-otimismo-cosmoético, resiliência, proatividade evolutiva e autoincorruptibilidade.

Autovalorização. A autovalorização consiste no autorreconhecimento das próprias qualidades e conquistas, proporcionando o resgate da autoconfiança nos momentos de crises, funcionando ao modo de profilaxia à vitimização. Se a conscin já enfrentou tantos desafios, ela é capaz de enfrentar tantos outros.

Antiqueixismo. A postura antiqueixa descarta da manifestação consciencial os pensenes lamuriosos de quem ainda reclama ou pede muito para si.

Autodiscernimento. O autodiscernimento perante os percalços inevitáveis consiste na análise crítica, mentalsomática, de fatos e parafatos, com a certeza íntima da ação inteligente perante o fluxo dos cosmos.

Autorresponsabilidade. A autorresponsabilidade interassistencial consiste na “autoconscientização sobre as responsabilidades pessoais diante das condições multidimensionais experienciadas” (Lopes, 2018, p. 1.364). Em menor ou maior grau, toda consciência é sempre responsável pelas adversidades ou sucessos vivenciados.

Desdramatização. A desdramatização é ou o ato de a conscin, homem ou mulher, retirar o conteúdo dramático, emocional ou comocional da análise dos fatos.

COC. Cético-otimista-cosmoético é a postura de não acreditar em nada de imediato, porém esperando o melhor de tudo e de todos e, cosmoética, pautada sempre nas ações pelos direitos e deveres de todos.

Resiliência. A resiliência consiste no posicionamento autocalmante diante de reviravolta inesperada: “se houver culpa, arca-se merecidamente com as consequências e, em caso de inocência, arca-se pacientemente e proativamente com a situação, buscando melhorar o contexto para todos” (Lopes, 2018, 1.364).

Proatividade. A proatividade evolutiva implica na “certeza íntima sobre a abertura dos próprios caminhos evolutivos estarem nas próprias mãos” (Lopes, 2018, 1.364 e 1.365).

Autoincorruptibilidade. A autoincorruptibilidade contempla a assunção das consequências dos próprios atos anticosmoéticos, a evitação da incorrência nos mesmos erros, bem como na evitação dos acumpliciamientos anticosmoéticos.

Tabela. A tabela 1 descreve as características da autopenalidade antivitimizada em contraponto à autopenalidade vitimizadora:

TABELA 1: AUTOPENIDADE VITIMIZADORA X AUTOPENIDADE ANTIVITIMIZADORA.

Autopenidade Vitimizadora	Autopenidade Antivitimizadora
Autodepreciação	Autovalorização
Queixismo	Antiqueixismo
Emocionalismo/Comocionalismo	Autodiscernimento
Transferência das responsabilidades	Autorresponsabilidade interassistencial
Dramatização	Desdramatização
Pessimismo crônico (distímia)	Ceticismo-otimista-cosmoético
Monoideísmo patológico (autoassédio)	Resiliência (autodesassédio)
Vitimização	Proatividade Evolutiva
Autocorruptibilidade	Autoincorruptibilidade

III. RECICLAGEM INTRA CONSCIENCIAL

Ganhos. Um dos ganhos evolutivos proporcionados pela consciencioterapia foi a identificação da autopenalidade patológica, bem como sua ressignificação, promovendo a reciclagem intraconsciencial e o autodesassédio da evoluciente.

Autopatopenidade. No caso desta autora foi identificado a predominância de pensões pessimistas, autovitimizados, autocorruptos, dramatizados e autodepreciativos.

Psiquiatria. Também tinha como hipótese que a doença psiquiátrica era mera consequência direta dos atos anticosmoéticos regressos da consciência. Com essa visão, julgava os familiares portadores de transtorno psiquiátrico como culpados e merecedores dos consequentes tormentos e descompensações; e, conviver com eles, era punição ou “purgação de carma” para todos a sua volta. Tal crença fazia com que o convívio familiar se tornasse conflituoso, escancarando as portas do assédio extrafísico.

Limite. Com o passar do tempo, e o desenvolvimento do parapsiquismo, passou a perceber que a doença psiquiátrica era na verdade um aporte na vida intrafísica de algumas conscins, pois suas crises sofridas eram na verdade o limite para a adicção de substâncias psicoativas, bem como o freio de mão para posturas anticosmoéticas.

Convivialidade. A mudança de postura da autora e na forma de ver a doença psiquiátrica e o doente melhorou o convívio e desassediou as relações com os familiares.

Responsabilidade. Existem situações e contextos em que se responsabilizar por outra consciência não é mais aparentemente uma questão de escolha, mas sim uma necessidade evolutiva. Algumas vezes se impõe à consciin “menos doente” desempenhar o papel de arrimo financeiro e afetivo de sua família nuclear.

Dívida. No caso desta autora, por muitos anos tal heterorresponsabilidade lhe causou revolta, pois não entendia “o que havia feito para merecer tamanha carga”. Por outro lado, havia sempre um instinto de obrigação, não havendo a possibilidade de negar-lhes assistência. Compreendia existir ali uma dívida de retrovida a ser paga e, caso não fosse liquidada, perderia oportunidade evolutiva junto ao grupocarma.

Neoeideias. Com o acesso às neoeideias da Conscienciologia, a autora passou a se interessar em investigar o que estava por trás dos vínculos multiexistenciais com aquelas consciências para as quais tinha este senso de responsabilidade.

Escolha. Desta forma, com o aporte parapsíquico conquistado ao longo de três anos, ressignificou suas inter-relações. Muitos *insights* e ideias apontaram que tal heterorresponsabilidade foi uma escolha pessoal, com discernimento e uso do livre arbítrio durante período intermissivo. E tal escolha se deu em função da oportunidade em “desensinar” a estas consciências os atos anticosmoéticos praticados em conjunto em outras vidas.

Aporte. Parece controverso, mas ser arrimo financeiro fez com que adquirisse melhor gestão de seus recursos. Tal responsabilidade com o grupocarma proporcionou-lhe proteção aos apelos consumistas da sociedade atual.

Separação. Outro paradoxo é a ressignificação de que separação conjugal, por exemplo, não é abandono. A partir de tal experiência pessoal pôde enfrentar o medo da solidão, a autossuperação da dependência afetiva e exercitar o desapego de pessoas e a desassimilação das energias.

Perfeccionismo. Nem sempre é possível ter as condições ideais para realização de um empreendimento ou projeto pessoal. Com o entendimento acerca dos bastidores extrafísicos, também compreendeu a inviabilidade de mapear e controlar todas as variáveis de um plano ou contexto.

Idealização. Portanto, percebeu ser melhor realizar o que se consegue com as condições que se tem a ficar aguardando as condições ideais que podem nunca acontecer.

Mecanismo. Identificado o mecanismo de funcionamento, caracterizado pela catastrofização diante de situações de crise para minimizar o sofrimento caso o pior cenário se concretizasse, a autora pôde perceber que sua conduta a levava à evocação do pior cenário, o que contribuía para que este efetivamente se concretizasse.

Autoenfrentamento. O autoenfrentamento do mecanismo disfuncional da catastrofização foi favorecido pelo autodesenvolvimento do parapsiquismo e a constatação da influência das energias na atração dos acontecimentos; com mais lucidez energética

e da realidade multidimensional, observou ser mais producente discriminar sempre primeiro os fatores positivos de qualquer situação, bem como mapear quais ações são necessárias para se chegar ao melhor cenário.

Tabela. A tabela 2 discrimina os pensenes autovitimizadores dos pensenes antivitimizadores:

TABELA 2: PENSENES AUTOVITIMIZADOS X PENSENES ANTIVITIMIZADORES.

Pensenes Autovitimizados	Pensenes Antivitimizadores
Doença psiquiátrica é punição.	Doença psiquiátrica é limite cosmoético.
Responsabilidade pelo outro é carma.	Responsabilidade pelo outro é reparação.
Separação é abandono.	Separação é desapego.
Dependentes dilaceram recursos financeiros.	Dependentes nos ensinam a gerir os recursos financeiros.
Se não for para fazer o melhor, nem faça (perfeccionismo).	O ótimo é inimigo do bom (faça o melhor que puder com o que tem em mãos).
Visão trafarista.	Visão traforista.

IV. CONCLUSÕES

Consciencioterapia. A consciencioterapia tem como meta ajudar o evoluciente a entender suas dificuldades, os próprios mecanismos de funcionamento, a identificação de seus trafores e valores evolutivos, oportunizando o alinhamento desta existência intrafísica à sua proéxis.

Resultados. Os resultados desta autopesquisa demonstraram que a consciencioterapia clínica auxilia o evoluciente na identificação da autopenalidade patológica, bem como na sua ressignificação, propulsionando a reciclagem intraconscencial e o autodesassédio. No caso desta autora, a consciencioterapia clínica auxiliou na identificação da pensenidade autovitimizadora e a consequente reciclagem para autopenalidade antivitimizadora.

Continuísmo. A consciencioterapia clínica proporcionou a esta autora a heteroajuda e o aprendizado de como reciclar a autopenalidade vitimizadora. Este foi só o primeiro passo de um processo que continua no dia a dia diante das dificuldades e recaídas ao antigo padrão pensênico. Para auxiliar na profilaxia e no automonitoramento contínuo a fim de evitar recaídas e fixar o novo padrão pensênico, foi fundamental continuar o processo autoconsciencioterápico após a finalização das sessões do atendimento intensivo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

01. **Machado, César; *Proatividade Evolutiva: Sob a Ótica da Autoconsciencioterapia***; pref. Tony Musskopf; revisores Equipe de Revisores da Editares; 440 p.; 7 seções; 53 caps.; 69 abrevs.; 2 diagramas; 21 *E-mails*; 309 enus.; 1 foto; 1 microbiografia; 14 tabs.; 20 *websites*; glos. 196 termos; glos. 17 termos (neológico especializado); 6 infografias; 10 filmes; 406 refs.; alf.; geo.; 23 x 16 x 3 cm; br.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2014; página 50.

02. **Idem; *Antivitimização: Alicerce para a Autoevolução***; pref. Alexandre Zaslavsky; Revisora Kao Pei Ru; 324 p.; 3 seções; 19 caps.; 65 abrevs.; 5 cronologias; 120 enus.; 35 questionamentos 3 testes; 5 tabs.; glos. 256 termos; 215 refs.; 1 webgrafia; alf.; geo; ono; estrangeirismos; 23x16 cm; br.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2017; páginas 37,39,67 e 89.

03. **Ribeiro, Ermania; *Modalidade de Consciencioterapia na OIC***; Artigo; *X Jornada de Consciencioterapia*; Foz do Iguaçu, PR; 08-09.09.18; *Conscientiotherapia*; Revista; Anuário; Vol. 7; N. 7; Seção Consciencioterapia Clínica; 1 E-mail; Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC); Foz do Iguaçu, PR; Setembro, 2018; páginas 7 a 18.

WEBGRAFIA

1. **Lopes, Adriana; *Antivitimologia***; verbete; In: Vieira, Waldo; Org.; *Enciclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; CLXXIV+23.004 p.; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 *E-mails*; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 274 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 *websites*; 670 filmes; 13.896 refs.; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 9ª Ed. Digital; rev. e aum.; *Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSASAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2018; ISBN 978-85-8477-120-2; páginas 1.364 a 1.371; disponível em: <<http://encyclossapiens.space/nona/ECDigital9.pdf>>; acesso em: 15.07.19; 19h.