



Patrícia Carvalho*

* Bióloga, Mestre em Geografia e Análise Ambiental. Voluntária da OIC.
patricia@mged.net

Palavras-chave

Assistência
Autoconscienciometria
Autopensividade
Auto-superação
Perdão
Reciclagem íntima

Keywords

Assistance
Forgiveness
Intimate recycling
Self-conscientiometry
Self-surpassing
Self-thosenity

Palabras-clave

Asistencia
Autoconcienciometría
Autopensividad
Autosuperación
Perdón
Reciclajes íntimos

O Significado do Perdão para a Assistência

The Meaning of Forgiveness to Assistance
El Significado del Perdón para la Asistencia

Resumo:

Neste artigo expõem-se resultados de uma autopesquisa sobre o perdão, considerando-se vivências pessoais. O livro *Conscienciograma* foi o principal instrumento de análise utilizado na pesquisa. Empregou-se o Método SAP (Síntese – Análise – Pergunta), procedimento de auto-investigação sistemática desenvolvido pelo *Colégio Invisível da Conscienciometria* (organização não-institucionalizada, formada por pesquisadores de Conscienciometria). Os objetivos são relacionar reciclagens íntimas, perdão, antiofensividade, grupalidade e assistência, e reforçar a importância da auto-investigação (desnudamento consciencial) como força alavancadora da auto-superação.

Abstract:

This article exposes the results of a self-research on forgiveness based on personal experiences. The book *Conscientiogram* was the main instrument of analysis used in the research. The SAQ Method (Synthesis – Analysis – Question), a systematized self-research procedure developed by the *Invisible College of Conscientiometry* (a non-institutionalized organization formed by the researchers of conscientiometry) was employed. The objectives are to relate intimate recyclings, forgiveness, anti-offensiveness, groupality and assistance with each other, and to reinforce the importance of self-investigation (consciential denudation) as the propelling force of self-surpassing.

Resumen:

Se exponen los resultados de una autopesquisa sobre el perdón, considerándose vivencias personales. El libro *Concienciograma* fue el principal instrumento de análisis utilizado en la pesquisa. Se empleó el Método SAP (Síntesis – Análisis – Pregunta), procedimiento de auto-investigación sistemática desarrollado por el *Colégio Invisible de la Concienciometria* (organización no-institucionalizada, formada por pesquisadores de la Concienciometria). Los objetivos son relacionar reciclajes íntimos, perdón, anti-ofensividad, grupalidad y asistencia, y reforzar la importancia de la auto-investigación (desnudamiento consciencial) como fuerza impulsante de la auto-superación.

INTRODUÇÃO

A Projeiologia e a Conscienciologia apresentam instrumentos que viabilizam o auto-enfrentamento e, conseqüentemente, a autocura. Na construção do caminho evolutivo, a consciência lança mão de algo inevitável: *o autoconhecimento sem autocorrupções e sem mecanismos de defesa do ego visando a identificação de potenciais e dificuldades.*

Durante um período de imersão consciencial, otimizado pelo fato de estar recebendo atendimentos consciencioterápicos, esta autora conscientizou-se da importância do perdão (auto e hetero) para desvincular-se, desconectar-se de um padrão pensênico baseado na autodepreciação e em emoções de autculpa que estavam sendo manifestadas na execução da proéxis pessoal.

Em determinado momento, percebeu a importância de estabelecer o autoperdão e de desenvolver, simultaneamente, atitude mais generosa para com as consciências que a cercavam.

Alguns questionamentos: “Mas, o que é perdão? Será perdão aceitar, apenas? Aceitar o que o outro nos fez, ou o que nós mesmos nos fizemos? Será que realmente já me perdoei ou perdoei alguém? Como se dá o processo do perdão?”

Com o objetivo de responder às questões acima, o texto foi dividido em duas etapas: *Perdão*, na qual são apresentados conceitos relacionados ao tema, incluindo reflexões sobre estes, e a *Autoconscienciometria: Desenvolvendo a Prática do Perdão*, em que são apresentados os resultados da autopesquisa centrada no livro *Conscienciograma*, Folha de Avaliação N. 44, *Retratabilidade* (Autojulgamentos Públicos), Seção *Liderança* (VIEIRA, 1996, p. 138). As questões selecionadas do *Conscienciograma* têm relação direta com a pesquisa e foram apresentadas em seqüência, de acordo com o auto-enfrentamento realizado por esta autora.

PERDÃO

Segundo Casarjian (1994, p. 35), perdão é “uma decisão de ver além dos limites da nossa personalidade. É a decisão de ver além dos medos, idiosincrasias, neuroses e erros – de ver uma essência pura, não-condicionada pela história pessoal, que possui um potencial ilimitado e que sempre merece respeito e amor”.

Contudo, de acordo com a autora citada, perdão não é:

1. **Negação.** “Fingir que está tudo bem, quando você sente que não está. Às vezes, a diferença entre o verdadeiro perdão e negar ou reprimir a raiva e a mágoa pode ser enganosa e confusa” (CASARJIAN, 1994, p. 25).

2. **Covardia e autofuga.** “Manter uma atitude de superioridade ou de se achar melhor do que os outros. Se você perdoa alguém porque tem pena ou porque o acha tolo ou estúpido, você confunde perdão com arrogância e está agindo como um juiz” (CASARJIAN, 1994, p. 26).

De acordo com Balona (2003, p. 117), a covardia, a negação e a autofuga estão entre as posturas assediadoras (anticosmoéticas) a serem evitadas pelos que buscam a reconciliação.

Casarjian (1994, p. 36) afirma ainda que “perdoar é um processo que requer a mudança das suas percepções repetidas vezes. Perdoar é uma atitude que implica você estar disposto a aceitar ser responsável pelas suas percepções, compreendendo que suas percepções são uma escolha e não um fato objetivo”. Assim, em sua obra intitulada *O Livro do Perdão: o Caminho para um Coração Tranquilo*, Casarjian apresenta uma série de exercícios que levam o leitor a vivenciar a prática do perdão.

Em determinado momento, esta autora pôde perceber que a imersão na auto-investigação e no estudo do perdão havia implantado em seu dia-a-dia nova postura, novo padrão pensênico baseado na conexão consigo mesma e com a verdade multidimensional e multiexistencial, nos potenciais, no respeito por si mesma, no enxergar o outro enquanto consciência – além do momento intrafísico atual – no relacionar-se com o outro pelos trafores, no reconhecimento de que cada qual é uma consciência em evolução.

Essa mudança de padrão pensênico teve como conseqüências imediatas: o aumento de lucidez, a melhoria das condições de saúde do soma e a conexão com os amparadores. Naquele momento, foi

possível perceber o alcance da autocura e a auto-superação da crise. O primeiro degrau havia sido alcançado. No próximo, estava a manutenção do padrão pensênico conquistado.

Na ocasião, algumas perguntas íntimas eram freqüentes: quantos aspectos conscienciais não estarão “esperando” para participar do processo do perdão? Quantas relações interconscienciais irão compor o rol de relações reestruturadas frente ao perdão?

A reflexão envolvida nessas questões permitiu a seguinte compreensão e proposição de diferentes conceitos:

1. Perdoar é reestruturar relações dentro do grupo familiar, de amigos e de colegas de trabalho, visando a compreensão de si e do outro, relações essas que, muitas vezes, carregam dificuldades interpessoais multimilenares. Através do perdão, pode-se estabelecer a harmonia entre os veículos conscienciais – soma, psicossoma e mentalsoma – e, conseqüentemente, estar apto a perceber e a contatar as diversas esferas da própria existência intraconsciencial multiexistencial.

2. Perdoar é alcançar a visão mais íntegra de si mesmo e, com certeza, do outro. É estar ciente de que sempre se pode ver as circunstâncias da vida pessoal com um olhar reflexivo, multifacetado e compreensivo.

3. Perdoar é libertar-se de interprisões grupocármicas, é reconstituir a harmonia holossomática, é possibilitar a conexão multidimensional com o amparador, é despojar-se frente a si e aos outros, e é, sobretudo, identificar-se na condição de consciência em evolução.

Cada consciência pode parar e pensar na lógica dessas afirmações e sentir o quanto elas reverberam na intimidade: *a consciência é responsável pelo que vê nos outros e em si mesma.*

O perdão sincero é fruto de autoconscientização, de esforço íntimo de auto-superação e de contínuo movimento de auto-investigação e de reposicionamentos.

“O que *cura* é a mudança de *postura*” (BALONA, 2003, p. 227).

Quem se sente incapaz de perdoar acaba focando sua atenção em quem ou no que o feriu, e isso intoxica a atmosfera pensênica pessoal. Quando a consciência se agarra à raiva e à mágoa, mantém-se no papel de vítima, o que não lhe permite observar e analisar a situação por outras perspectivas. Além disso, essa postura mantém-na numa atitude infantil – a vitimização.

Ao se vincular ao momento passado e de forma estagnada, o indivíduo perde a oportunidade de se ver e de ver o outro com maior fraternismo e compreensão. Geralmente, as consciências com dificuldade de pedir perdão ou de perdoar tendem a ser excessivamente rígidas, inflexíveis, críticas com o outro e consigo mesmas.

“O perdão permite libertar-nos do passado, quando deixamos de ser *reféns de nós mesmos*” (BALONA, 2003, p. 72).

Ao analisar a etimologia da palavra perdão, pode-se verificar que perdoar vem do idioma Grego e significa cancelar. No Latim, a origem está associada ao termo *perdonet* e, posteriormente, *perdonare*, que significa remissão de pena, de ofensa ou de dívida.

Perdoar, em sua essência, significa cancelar a ofensa, o ressentimento, a mágoa. Perdoar não é esquecer, aceitar, mas sim superar através da compreensão das motivações do outro, colocar-se no lugar da outra pessoa, ver por distintos pontos de vista e praticar a empatia.

Nesse contexto, toda situação mal resolvida pode gerar sentimentos negativos, círculos viciosos de pensamentos e, conseqüentemente, monoideísmos de dor e raiva, emoções que interferem no holossoma e acabam por fazer aflorar mecanismos de intoxicação psicológica e física. Essas emoções podem gerar

situações-limite que levem a consciência a rever-se a partir da instalação de quadros graves de doença. A seguinte frase de Balona (2003, p. 43) traduz essa situação: “*Mude você enquanto pode, para que a doença não precise fazê-lo no futuro*”.

Por outro lado, quando a pessoa age com sinceridade, esclarecendo suas motivações, o perdão é facilitado. A sinceridade e a autenticidade facilitam a compreensão do processo do perdão. Cabe a cada um posicionar-se a favor da autocura através da auto-investigação, do autodiagnóstico e da reeducação pensênica.

Assim, o perdão envolve julgamento, pois não perdoar é julgar. Quem tem o direito de julgar a atitude de alguém? O maior prejuízo é pessoal – estar mal consigo mesmo e com as emoções nocivas e venenosas, contaminando a atmosfera íntima. Associado a isso, a consciência instala o heteroassédio e contribui para a desorganização energética das pessoas ao redor.

De acordo com Balona (2003, p. 200), existem duas categorias de perdão:

1. **Emocional.** O perdão emocional associado ao sofrimento pelo psicossoma – tem o efeito apenas paliativo de aliviar a consciência pesada.

2. **Racional.** O perdão racional associado ao entendimento pelo mentalsoma – fruto de muito esforço e reflexão do mentalsoma.

O perdão racional requer, sobretudo, autoconhecimento, inteligência evolutiva, inteligência emocional, responsabilidade e compreensão dos mecanismos evolutivos norteadores da relação grupocármica, e também auto-sustentabilidade para a consciência poder gerenciar a oportunidade evolutiva que significa estar no intrafísico.

“*Sem autopesquisa não há progresso efetivo*” (BALONA, 2003, p. 201).

Em contrapartida, a abordagem religiosa trata o perdão sob a ótica da passividade e da ausência de crítica e de reflexão aprofundada. “Perdoar não é oferecer a outra face, agir pela complacência, de maneira permissiva ou estimulando a fuga ao posicionamento pessoal” (BALONA, 2003, p. 201).

Muitas vezes, a dificuldade em perdoar tem relação direta com a vivência multimilenar. Supondo já haver-se deparado diversas vezes com determinada consciência, é possível questionar-se: qual o saldo desses encontros? Haverá automimese ou retaliação pelo passado?

AUTOCONSCIENCIOMETRIA: DESENVOLVENDO A PRÁTICA DO PERDÃO

Antes de iniciar o relato da experiência, importa esclarecer quanto a alguns aspectos do procedimento utilizado, o Método SAP (Síntese – Análise – Pergunta).

O Método SAP é um procedimento científico centrado na síntese, análise e formulação de perguntas que visa dissecar exaustivamente cada questão do livro *Conscienciograma*, de Vieira (1996), através do uso de correlações, ampliando a quantidade máxima de variáveis possíveis a serem analisadas (VIRTUALCONS, 2003, p. 18).

A consciência, ao aplicar o método, perceberá que o resultado da sua pesquisa possui efeitos qualitativos e quantitativos. Qualitativos por existir uma reformulação de sua condição evolutiva, realizada no cotidiano, e quantitativos em razão de a quantidade de questões enfrentadas pelo(a) pesquisador(a) refletir o número de experimentos conscienciais teatizados (VIRTUALCONS, 2003, p. 18).

A tríade – *síntese*: busca da essência da questão; *análise*: exercício das correlações para se alcançar o materpensene da questão; *pergunta*: elaboração de questões argumentativo-explicativas – determina o movimento progressivo do aprofundamento e da autocompreensão das questões.

Assim, ao conhecer o Método SAP, parte da proposta de trabalho desenvolvida pelo *Colégio Invisível da Conscienciometria*, esta autora decidiu agregar-se àquela equipe.

Simultaneamente, esta autora vivenciava uma situação na qual se sentira ofendida e em que o pensene padrão envolvia desrespeito consciencial e falta de cosmoética. A reatividade e a incompreensão dos fatos gerava um padrão de autopensenedade belicista, assediador e de vitimização. Era necessário apurar a prática do perdão.

Naquele momento, os pensenes mais freqüentes eram de piedade, ressentimentos, raiva e mágoa, e ao mesmo tempo, sentia a necessidade de superar esse quadro, pois tais pensamentos e emoções desqualificavam a proposta de evolução em grupo sob a égide do fraternismo e da Cosmoética.

Entre os *10 Fatos Comuns da Consciencioterapia* listados por Vieira (1994, p. 428) aparecem “as mágoas e os ressentimentos mascarados por mecanismos de defesa do ego que paralisam as potencialidades de discernimento maior da conscin pela falta de sinceridade, autenticidade, comunicação e senso universalista”.

Cabe referir que o desrespeito é listado entre as 11 posturas características do *Homo hostilis* no *Teste das suas Reprovações Interconscienciais* (VIEIRA, 1994, p. 127).

Assim, esta autora pôde perceber que não estava sendo cosmoética consigo e nem com a outra consciência envolvida na situação de conflito. Era necessário mudar, reverter a energia de entropia promotora do assédio em uma ação que propiciasse a convivência sadia. Fácil pensar, difícil realizar, mas se a consciência consegue conceber uma solução é porque está preparada para agir.

A partir do momento em que a decisão de superar aquela dificuldade íntima foi tomada, esta autora começou a estudar de modo dirigido: a grupalidade, a convivialidade, a amorosidade, a generosidade, o fraternismo e, sobretudo, o perdão. O retorno aos livros, aos artigos e às anotações pessoais sobre esses temas fizeram parte do processo de autopesquisa. Foi feita uma releitura de capítulos do livro *700 Experimentos da Conscienciologia* (VIEIRA, 1994, p. 127, 178, 392, 428, 439, 461, 625, 626, 627) sobre as temáticas: auto-suficiência, pensenedade, maturidade integral, egocarmalidade, grupocarmalidade, policarmalidade e higidez holossomática. A seguir, esta autora decidiu submeter-se a sessões de consciencioterapia, na condição de evoluciente.

A necessidade básica era a de reeducar os autopensenes. O *Teste da sua Consciência Sadia* (VIEIRA, 1994, p. 439) apresenta 6 bases de pensamentos transformadores de emoções vulgares em sentimentos evoluídos; entre eles, aparecem a autocrítica (“Não adianta chorar o leite derramado.”), as lastimações (“Ninguém sadio resmungo, lastima-se...”) e a prestimosidade (“A prestimosidade é fruto da inteligência avançada. Ninguém evolui sem servir aos outros.”).

De acordo com o exposto no *Teste dos seus Pensenes-padrão*, a maturidade consciencial integrada somente é alcançada através do emprego intencional do mentalsoma. “O pensene reúne todos os **egos e inteligências pessoais num ato único.**” (VIEIRA, 1994, p. 392). No caso desta autora, a mediocridade pessoal estava expressa na qualidade dos autopensenes.

A consciencioterapia era necessária para desenvolver a cosmovisão, checar as autopercepções e, principalmente, verificar a eficácia da tomada de decisão e das estratégias de superação do problema. Esta autora pôde perceber que, acima de tudo, existiam responsabilidades ego e grupocármicas e que caberia a ela equacionar o incômodo e superá-lo, exercendo o auto-enfrentamento, o auto-esclarecimento e desassediando a situação (naquele momento, a autora promovia pensenes patológicos e percebia pensenes desqualificados que a alcançavam).

Observou-se, então, uma sincronicidade: esta autora sentia a necessidade de perdoar e, naquele momento, a equipe do Colégio Invisível da Conscienciometria começava a estudar a Folha de Avaliação N. 44, *Retratabilidade* (Autojulgamentos Públicos), Seção *Liderança*, do livro *Conscienciograma* (VIEIRA, 1996, p. 138), em que um dos temas-chave era o perdão – a melhor oportunidade para reperspectivar os pensenes, fazer nova leitura dos fatos, limpar os pensenes patológicos e superar o problema.

Nessa folha de avaliação, esta autora pôde sentir imensa dificuldade em concentrar-se e em aplicar o Método SAP. Conseguir realizar o exercício da autoconscienciometria exigiu autodomínio do holossoma, pois em muitos momentos, revivia a situação e o psicossoma *aflorava*, dificultando a análise e distorcendo a interpretação. Foi necessário muita determinação, vontade, coragem e, sobretudo, despojamento para *mergulhar fundo* no perdão e no desenvolvimento de uma postura de maior compreensão e respeito consciencial por si mesma e pelo outro.

Apresenta-se a seguir a maneira pela qual o livro *Conscienciograma* e o Método SAP auxiliaram no processo do perdão através das questões e análises desenvolvidas no sentido de esclarecer o movimento de limpeza pensênica e reciclagem das relações interconscienciais. O processo do perdão e do desenvolvimento da generosidade pode ser considerado um *moto continuum*, sendo necessária atenção focada para que a consciência não caia, nem reincida, nos pensenes desorganizadores e antievolutivos.

O Método SAP desenvolvido na Folha de Avaliação N. 44 da citada obra passa a ser apresentado, nos termos respondidos por esta autora.

Q. 861. “Uma *conscin imperdoadora* quanto aos atos e atitudes de seus semelhantes nas vidas intrafísica e paratroposférica”.

S – Conscin imperdoadora.

A – Primitivismo egocármico.

P – Em que situações tenho resistência ao perdão?

Nessa questão, foi possível avaliar o quanto a dificuldade em perdoar tem relação com o egocentrismo, com o fato de sentir-se injustiçada, de vitimizar-se e, conseqüentemente, adiar temporariamente ou mesmo afastar a condição do auto-enfrentamento e da análise intradérmica.

Esta autora associou também a condição de ser imperdoadora a um primitivismo do ego, a um ego frágil e com dificuldades de interagir e compreender o outro. A dificuldade em perdoar está expressa também em inflexibilidade, perfeccionismo e altos níveis de exigência pessoal e em relação ao outro.

“O egoísmo é a introversão máxima dos megatrafares. Maxifraternidade é a extroversão máxima dos megatrafores” (VIEIRA, 1994, p. 627).

Questionava, então, se já havia se perdoado e a outras pessoas em tantas situações, porque não haveria de conseguir agora? O pensar e o refletir sobre as experiências do perdão davam confiança a esta autora para continuar a entender o ato do perdão.

Q. 862. “Qual a extensão do universo da sua criação autoconsciente de desafetos humanos e extrafísicos como *hábito subcerebral*?”

S – Criação autoconsciente de desafetos, hábito subcerebral.

A – Assediador lúcido.

P – Por orgulho, vaidade, egão, ainda promovo desafeição ao meu redor?

Entre as 13 facetas da conscin ainda imatura, segundo a *Conscienciologia*, o *Teste da Imaturidade Consciencial* (VIEIRA, 1994, p. 461) inclui a manutenção de ressentimentos. “Cultivo, como hábito, a mágoa, a suscetibilidade, o melindre, o ressentimento, o amuo, a *birra* e a *fossa*, com auto-obcecação?”

Q. 863. “Quais as suas reações pessoais características: a reconciliação conjugal refletida ou o divórcio litigioso evitável?”

S – Reconciliação e divórcio litigioso.

A – Nível de inteligência evolutiva / discernimento interacional.

P – Frente ao conflito, atuo como agente de resolução, ou como assediador lúcido? Em quantas situações conflituosas busquei a reconciliação e em quantas deflagrei a desunião? Qual é o meu padrão?

A pessoa mais lúcida tem a responsabilidade de buscar a reconciliação. Esta autora sentia-se com maior visão de conjunto naquele momento e sabia que deveria partir de si a atitude de reinstalar uma relação amena e minimamente prazerosa na convivência com as outras consciências.

Passou a aproveitar as situações de convívio para demonstrar, deixar claro que, por ela, não permaneceriam as sombras, as inquietudes e a dificuldade de interagir. Procurava ser cordial e sincera nas dissimilitudes de opinião. Nessa fase, usou também uma prática energética, chamada coloquialmente, por Vieira, de *doce de leite*.

“Dar *banho de doce de leite* significa mobilizar as energias conscienciais no seu ótimo pensênico e enviar para aquelas pessoas que, durante o dia, tivessem sido alvo de sua incompreensão, raiva, desrespeito, entre outros, envolvendo essas pessoas em fraternismo, carinho, ternura e compreensão...”¹

Como houve o conflito, fez-se necessário reorganizar a pensenidade para realizar a prática acima citada, com o objetivo de não continuar a enviar o *lixo consciencial* para as consciências ao redor, em detrimento da pensenidade sadia compartilhada. Essa prática é indicada para limpar rastros negativos do dia-a-dia.

Esta autora buscou aumentar a atenção energética com rastreios energéticos do ambiente e do próprio energossoma para perceber as reações à sua presença e também avaliar o autopensene padrão de cada interação.

Um dos trafores pessoais já identificados é a ponderação e capacidade de articulação. Era agora necessário desenvolver outros mecanismos de heteropercepção e refletir sobre as possibilidades de interação, pois, durante algum tempo, não estava preparada para interagir com a consciência alvo do conflito vivido. Buscava a reconciliação, mas sem disposição para o contato mais íntimo. Sabia que essa sensação era temporária, até que intimamente tivesse perdoado, pois o perdão significava a limpeza íntima e multidimensional do conflito.

Q. 866. “Qual a influência do seu orgulho e da sua vaidade em seus relacionamentos? Que recursos você emprega habitualmente: as auto-evasões, as escusas ou as *retratações sociais*?”

S – Orgulho, vaidade, auto-evasão, retratações.

A – Grau de sanidade das relações.

P – A vaidade impede-me de encarar atitudes espúrias para com o outro? Associo a retratação a colocar-me em posição de inferioridade?

Ao pensar sobre vaidade, orgulho, sentimentos de superioridade e inferioridade, esta autora pôde descobrir que um dos fatores que tinha possibilitado a mágoa surgir era o fato de ter uma noção de valor

exacerbada e ilusória com relação a outras consciências. Geralmente, esta pergunta aflorava nos momentos de reflexão: como alguém que valorizava tanto poderia ter tido aquela atitude?

Assim, ao ler a frase a seguir no livro *Autocura através da Reconciliação*, esta autora pôde reposicionar-se. “*Quem espera demais dos outros, tem pouco para dar de si mesmo*” (BALONA, 2003, p. 164).

Era necessário redimensionar o olhar para além de si. Associado a isso, esta autora teve que lidar com a decepção/desilusão, pois aquele outro não era tão fenomenal assim. Mais uma vez, foi possível notar a percepção distorcida. Não deveria haver sentimentos de vaidade, de orgulho e nem de inferioridade ou de superioridade. Compreendia que todo e qualquer pré-serenão tem fissuras conscienciais. Além disso, a responsabilidade por perceber a outra consciência é pessoal. Naquele momento, esta autora compreendeu: não havia captado o outro na sua inteireza (trafores e trafares).

Q. 868. “Como atua, na condição de conscin, ante as *apostasias*, os volta-faces públicos nobilitantes e as retratações interesseiras?”

S – Apostasias, retratações interesseiras.

A – Compreensão do outro.

P – Sei compreender quando o outro age de forma incoerente, medrosa, egocêntrica? Em que situações fico mobilizado emocionalmente por insultos e falsidade?

A questão era deparar-se com os interesses e incoerências de toda aquela situação. Era perceptível que um dos fatores promotores da reação do outro durante o confronto havia sido a defesa do *status quo* e do ego (vaidade, interesses pessoais). Esta autora percebeu a complexidade da consciência e que, em alguns momentos, podem preponderar na manifestação a fragilidade emocional, a imaturidade, a inexperiência, a covardia e a falta de preparo para assumir responsabilidades.

Esta autora olhou para si mesma, para as outras consciências e pensou: “Somos tão diferentes assim? Somos consciências em evolução”. Alcançou, desse modo, o estágio de olhar, sentir e pensar nas próprias companhias com isenção, compreensão e respeito, reconhecendo toda a beleza íntima e também as sombras. Reconhecia no outro traços fortes, capacidades, habilidades e potenciais.

Q. 871. “Quais as suas correções ou incorreções de *perdas evolutivas pessoais* na existência intrafísica? Você é uma pessoa de mau gênio, de *pavio curto* ou sinônimo de assediada?”

S – Correções / incorreções de perdas evolutivas.

A – Nível de respeitabilidade grupal.

P – Qual o percentual de amizades e inimizades que fiz ao longo das múltiplas vidas? Consigo acatar as diferenças interpessoais com respeito e consideração? Qual o índice de autoridade que coloco nos relacionamentos interpessoais? Qual a taxa de acerto nas próprias inter-relações, observando-se posicionamento e omissão? Sei ser flexível no sentido de buscar o melhor para todos?

Nessa questão, esta autora deparou-se com o perdão espontâneo e pensava nas *situações em que já havia perdoado de forma espontânea*. Fez uma análise retrospectiva de conflitos interpessoais e percebeu que a espontaneidade estava associada ao fato de ter compreendido e aceito o outro, pois não existiam traumas.

Ao aprofundar a análise dessa vivência, a partir da Folha de Avaliação N. 45, *Antiofensividade* (Emprego do Perdão), Seção *Liderança*, esta autora pôde perceber que a necessidade do perdão ocorre quando existe a ofensa que, por sua vez, em muitos casos, gera uma reação, uma postura de reatividade. Assim, o

perdão espontâneo pode ser encarado como metabolização imediata da situação de confronto. Mas, quando analisou que em algumas situações de confronto não havia reagido e não havia se sentido ofendida, esta autora pôde verificar a existência da postura íntima da antiofensividade.

Lembrou-se de outra situação em que exercitou a antiofensividade e pôde perceber que o fato de conhecer bem aquela pessoa ajudara a superar a situação e a olhar o caso com isenção. Esta autora compreendeu que conhecer o outro intimamente contribuía para construir a atitude generosa, promotora do perdão. Perdoar passava, então, pelo fato de conhecer o outro na sua inteireza. Assim, era necessário estar atenta às oportunidades de conhecer, perceber o outro.

Q. 877. “Qual a excelência da sua autocensura e do seu acolhimento digno e lúcido às *heterocríticas*? Qual a sua capacidade para relevar a ignorância e sobrepairar as imaturidades das outras consciências?”

S – Autocensura, heterocríticas, imaturidades.

A – Auto-aceitação intercooperativa.

P – Sei olhar para a crítica do outro como possibilidade de ajuste íntimo? Ao receber as críticas, fecho-me ou assimilo e busco rever-me com o *feedback* recebido? Olho para a imaturidade do outro com compreensão ou distanciamento? Ao detectar a imaturidade alheia, já penso em como auxiliar o outro a superá-la?

O próximo passo desta autora foi colocar-se decisivamente no lugar do outro, compreender os motivos que levaram àquele posicionamento, àquela forma de pensar e agir, e avaliar as bases de todo o processo. Compreender os motivos que desencadearam aquela ação e identificar as fissuras do outro que propiciaram aquele comportamento.

Era sair da posição de juiz e colocar-se frente ao outro de igual para igual, com fissuras e trafores, e ter a oportunidade de descobrir que o outro atuou e doou o seu máximo, do ponto de vista consciencial.

Além disso, esta autora pensava em quantas vezes tantos outros já a haviam perdoado, usando de tolerância e compreensão, e pensava no que milenarmente já havia recebido. Essa sensação tornava mais próximo e concreto o ato do perdão; sentia que estava conseguindo perdoar.

Q. 878. “Quanto de discernimento tem as suas decisões em relação às defesas, épocas, locais, energias, esforços, modos e efeitos evolutivos?”

S – Discernimento e efeitos evolutivos.

A – Inteligência evolutiva.

P – Qual o índice de ectopia consciencial na seriéxis pessoal? Hoje eu posso assumir que *o trem está nos trilhos*? Quais foram as emoções e idéias que me desviaram da proéxis pessoal ao longo das múltiplas vidas intrafísicas? Qual o traço comum?

Nesse ponto, esta autora passou a refletir sobre a incapacidade de perdoar e o ato de assediar, pois, se não havia perdoado, continuava a emitir pensenes desqualificados e entrópicos em direção ao outro.

Segundo Vieira (1994, p. 625), a “tarefa libertária das consciências, quando em equipe, exige características insubstituíveis, a fim de eliminar desentendimentos, mágoas, suscetibilidades e ressentimentos para se chegar ao *compléxis*”. Entre as “15 atitudes indispensáveis em seu teste de entrosamento útil com os companheiros na tarefa assistencial do esclarecimento (tares) das consciências” está a despoluição: “amolhar-se aos ares que todos respiram, sem poluição afetiva”.

Não era admissível manter-se em posição de assediadora lúcida tendo esse nível de informação conscienciológica e tendo os propósitos de proéxis voltados para a assistencialidade.

Esta autora passou, então, a monitorar os seus pensenes e a mudar a frequência pensênica quando algum pensamento/sentimento desqualificado em direção às outras consciências afluía. Passou, também, a intensificar o trabalho com as bioenergias, sobretudo a aplicação da técnica do estado vibracional.

Q. 879. “Qual a profundidade e frequência dos seus erros e omissões em contraposição à sua autocrítica e aos retoques das obras humanas?”

S – Erros, omissões e autocrítica.

A – Auto-enfrentamento.

P – Tenho construído uma caminhada evolutiva com base na auto-avaliação e despojamento ou nas fugas, omissões e paliativos? Qual o meu nível de abertismo, auto-aceitação e renovação para estar sempre em avaliação e correção de rumos? Coloco energia e lucidez na própria reperspectivação de vida ou estou à mercê do conformismo?

Realizar ajustamentos cosmoéticos é uma necessidade da consciência pré-serenona, derivada do fato de se ter baixa visão de conjunto na convivalidade diária e, ainda, de se criar interprisões grupocármicas. Assim, esta autora sabia que era inteligente reverter o seu mal estar com quem quer que fosse, independentemente de quem foi vítima ou algoz.

Muitas vezes, percebeu em si emoções de retaliação. Averiguou que estava sendo desrespeitosa com determinada consciência e que esse pensene padrão era verdadeiro entrave evolutivo. O ajustamento cosmoético passava por perdoar e dissolver o vínculo negativo, pois já bastavam as interprisões multisseculares.

“*Se o afeto une o desafeto ata*” (BALONA, 2003, p. 74).

A capacidade de reciclar, renovar, revirar a essência de cima para baixo, em todos os sentidos e direções, é essencial. A consciência tem um potencial de mudança infundável. O *Homo sapiens* é uma espécie plástica e com grande capacidade de adaptação e renovação, mas tende a manter apegos a pensamentos, emoções/sentimentos, pessoas, locais, objetos e energias, por insegurança, medo e covardia.

Esta autora sentiu que estava renovando a própria capacidade de compreender e revitalizando a capacidade de ser fraterna. Os ajustamentos cosmoéticos e as reconciliações fazem parte do programa curricular de desenvolvimento da generosidade.

Recuperou, reconectou, uma idéia inata: a serialidade é a oportunidade de conceber o amor, de intercambiar respeito, compreensão e generosidade.

Q. 880. “Uma conscin que patrocina cosmoeticamente as *recomposições existenciais* dignas ao longo da existência”.

S – Recomposições existenciais.

A – Reciclagem contínua.

P – Quantas recomposições já construí nesta vida? Quantos resgates cármicos propicie e consolidei? O olhar sobre mim mesma e sobre o outro está pautado na possibilidade de rever, repensar, reavaliar, reconstruir, revitalizar?

Não havia desculpas para não perdoar e, na verdade, esta autora não queria mais sentir aquele padrão de energias “pegajoso”. Queria, sim, reciclar as energias, voltar a higienizar, fazer fluir a pensenidade e, para tal, foi fundamental o despojamento – buscar a conciliação com o outro, estar atenta aos amparadores e às demandas de assistencialidade.

Percebia que o pensene patológico era perda de energia, uma disfunção consciencial, e que, cada vez mais, no dia-a-dia, precisava de energia e pensenidade qualificada para manter os propósitos de crescimento e desenvolvimento grupal, independentemente da dimensão em que se manifestava. Em muitos momentos, ao perceber o amparador, esta autora sentiu vergonha por estar desperdiçando energia com emoções tais como a raiva e a mágoa. A postura de amorosidade e de uma certa quietude respeitosa (que esta autora sente como compreensão) do amparador reforçava nitidamente a atitude que deveria atingir com relação às outras consciências.

Um dos pontos fulcrais da experiência era a percepção de que havia falta de cosmoética na atitude de certas pessoas mas, ao mesmo tempo, esta autora também não estava sendo cosmoética ao pensenizar patologicamente contra essas consciências.

A questão 873 levou esta autora a pensar sobre os contornos de sua experiência com a Ética e com a Cosmoética, desde a realidade intrafísica até as suas múltiplas existências. *Estava esta autora sendo cosmoética ao se apegar à mágoa e não promover o perdão?*

Q. 873. “Qual o índice da sua sensibilidade cosmoética ou anticosmoética na apologia diária das *pequenezes* da sua *autobiografia*?”

S – Sensibilidade cosmoética, dia-a-dia, autobiografia.

A – *Desconfiômetro* cosmoético.

P – A partir de que momento evolutivo identifico as raízes do meu sentido de Ética e Cosmoética? Já consigo pensenizar cosmoeticamente de maneira espontânea? Quais são os parâmetros que utilizo para classificar as ações pessoais em pró ou anticosmoética? O meu ponteiro consciencial já caminha para o maior percentual de pensenes hígidos e cosmoéticos, em termos multidimensionais? Se não, que percentual já atingi?

As questões 872, 874 e 876 (Q. 872. “Qual o percentual de suas *fugas psicológicas pessoais*, sejam transferências, sublimações ou regressões defensivas?”; Q. 874. “Na condição de *Homo loquax*, qual o seu desassombro e franqueza na conduta social ao longo da vida e das recéxis?”; Q. 876. “Qual o seu padrão pessoal quanto aos *subterfúgios subcerebrais*, sejam preconceitos, intencionalidades, conclusões e decisões?”) vieram reforçar a necessidade de estar em permanente auto-avaliação para evitar que os mecanismos de defesa do ego direcionem a manifestação e que as dificuldades em superar traços-fardo conscienciais dificultem a convivência grupal. Também promoveram a oportunidade de fortalecer a convicção de que a autenticidade é um traço-força que aproxima a consciência da hígidez consciencial quando associada à Cosmoética nas relações interpessoais.

A ação consciencial, o pensene, é o que afiniza a consciência com a assistência ou com a entropia. O padrão das decisões pessoais demonstrava a qualidade da intenção desta autora e determinava o grau de afinização com a equipe extrafísica de amparadores.

CONCLUSÃO

Toda essa trajetória de construção da prática do perdão levou meses, sendo que, durante um mês, o trabalho com o livro *Conscienciograma* dinamizou, aprofundou, fortaleceu e consolidou a auto-análise e a superação de uma dificuldade íntima.

“Aprofundar os índices de auto-análises a fim de chegar ao autoconhecimento é a única saída para a resolução dos conflitos humanos” (MONTEIRO, 1997, p. 84).

Esta autora pôde reconhecer como o Método SAP (Síntese-Análise-Pergunta) facilita a compreensão do livro *Conscienciograma* e estimula a autopesquisa, principalmente no momento em que as perguntas são elaboradas, pois cada pergunta tem relação íntima com a própria história consciencial e acaba sendo um momento propício para a autochecagem. Ao formular a pergunta, a consciência está também respondendo-a, e este movimento é gratificante.

Durante a redação deste artigo e em todos os momentos em que esta autora estudava a questão do perdão, foi possível acompanhar a movimentação extrafísica provocada por esse assunto – foi observado, nas consciências extrafísicas, sentimentos de medo, raiva, desprezo, ironia e, principalmente, revolta, traduzida em dificuldade de compreender o outro por egocentrismo, vaidade e, muitas vezes, simplesmente por fuga da auto-avaliação e da necessidade de mudança.

O trabalho bioenergético foi uma constante, sendo necessário, algumas vezes, intensificar a tenepes (nessas situações, geralmente, esta autora foi a mais assistida). Por outro lado, sentia que, à medida que as idéias tomavam forma e as análises fluíam, surgia a possibilidade do diálogo transmental (com essas consciências patológicas). Caso esta autora não estivesse vivenciando o sentimento do perdão, não teria a oportunidade de interagir assistencialmente com as consciências extrafísicas e dialogar sobre a postura da generosidade, da vivência da antiofensividade. Em síntese, esta autora teve a oportunidade de promover a própria assistência e participar da assistência a outras consciências.

Perdoar é, sobretudo, reciclar posturas e criar *halos* de higidez pensênica, que por sua vez possibilitam a atuação dos amparadores. Contudo, cabe uma ressalva: como em todo processo de transformação íntima, existem recaídas, repetições do antigo padrão. Assim, é necessária vigilância e *desconfiômetro ligado*. A vivência contínua e repetitiva do novo pensene-padrão irá consolidar a mudança, até que não existam mais as recaídas. É necessária persistência, atenção, lucidez e despojamento para recomeçar, retrabalhar, reconstruir a harmonia de pensamentos e sentimentos. A responsabilidade pelo que se conhece e se sabe não permite a postergação da mudança – a assistência exige maior integridade, coerência e maturidade na manifestação consciencial. Perdoar faz parte do movimento de aprimoramento íntimo e de disponibilização assistencial.

É relevante ressaltar que esse esforço de auto-análise e de auto-superação possibilitou o desenvolvimento de novas etapas acrescidas ao Método SAP: o Aprofundamento Reflexivo (AR) e a Autoprescrição (AP)², a partir do momento em que essa autopesquisa foi compartilhada com a equipe do Colégio Invisível da Conscienciometria no *VII Encontro do Colégio*, ocorrido em janeiro de 2004. Assim, em fevereiro de 2004, foi proposta a atualização do Método SAP através da incorporação do AR/AP. O método passou, então, a ser composto por cinco etapas: Síntese, Análise, Pergunta, Aprofundamento Reflexivo e Autoprescrição.

A revisão do método visava o aprofundamento dos autodiagnósticos e a intensificação das reciclagens íntimas através da imersão na autoconscienciometria. Em 1 ano e meio de aplicação do Método SAP, esta autora pôde perceber o aprofundamento na autoconscienciometria e o aumento da tecnicidade nos debates do Colégio Invisível da Conscienciometria. Desse modo, em junho de 2005, o Método SAP foi apresentado em evento da Conscienciometria, no Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC), durante o curso *Aprofundamento Conscienciométrico*, como uma das técnicas promotoras da autoconscienciometria avançada.

Esta autora pôde, então, perceber o quanto a reeducação pensênica e a auto-assistência egocármica repercutiram de forma positiva no grupo evolutivo mais próximo, o Colégio Invisível da Conscienciometria,

gerando mudança de patamar e, conseqüentemente, possibilitando a ampliação das ações do Colégio no sentido de consolidar a especialidade Conscienciometria no âmbito da Comunidade Conscienciológica Cosmoética Internacional. No ano de 2005, foi implantado o *Círculo de Conscienciometria*³ e o *Ciclo de Debates em Conscienciometria*⁴, reeditado em setembro de 2005.

Essa repercussão assistencial vem corroborar a máxima citada por Vieira (2003, p. 75) no tratado *Homo sapiens reurbanisatus*: “A cultura do perdão é cosmoética”. A partir dessa ótica, a ação conscienciométrica cosmoética é geradora de *halos* de higidez e assistência multidimensional. A vivência do perdão é *mola* propulsora da mudança de patamar na manifestação consciencial. Além disso, citando Balona (2003, p. 119): “*Não basta perdoar, compreender. É preciso assistir*”.

A afirmação de Monteiro (1997, p. 256), apresentada a seguir, auxilia na compreensão da importância da autoconscienciometria como ferramenta de aprimoramento consciencial: “Quem busca autoconhecimento encontra a autocura. De todos os investimentos humanos, o autoconhecimento é a tarefa mais veemente e intransferível da consciência. Ocorrências críticas e desestabilizadoras podem representar momentos de revisão holopensênica e conquista de saúde consciencial”.

Para finalizar, considera-se o trinômio *autoconscienciometria-autocura-assistência*, derivado de uma proposição de Balona (2003, p. 28): aquela consciência que investe na autoconscienciometria, como ferramenta promotora da autoconsciencioterapia, poderá atingir a condição de atuar ao modo de minipeça qualificada no maximecanismo assistencial ao superar o estágio da autocura.

NOTAS

1. Informação verbal fornecida pelo Prof. Waldo Vieira.
2. O termo *autoprescrição* foi sugerido pelo pesquisador Marco Antônio Almeida do Colégio Invisível da Conscienciometria.
3. Laboratório experimental para desenvolvimento de novas técnicas e metodologias em pesquisa conscienciométrica, realizado quinzenalmente em Foz do Iguaçu, no CEAEC.
4. Evento semestral que constitui um espaço integrador, suprainstitucional, para a produção de verdades relativas de ponta em Conscienciometria. Ágora de intercâmbio de pesquisadores da Conscienciometria das diversas Instituições Conscienciocêntricas.

REFERÊNCIAS

1. Balona, Málu; *Autocura através da Reconciliação: um Estudo Prático sobre a Afetividade*; 342 p.; 11 caps.; 265 refs.; 21 x 14 cm; br.; Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia; Rio de Janeiro, RJ; 2003; páginas 28, 43, 72, 74, 119, 164, 200, 201 e 227.
2. Casarjian, Robin; *O Livro do Perdão: o Caminho para o Coração Tranquilo*; 255 p.; 13 caps.; 29 refs.; 21 x 14 cm; br.; Rocco; Rio de Janeiro, RJ; 1994; páginas 25, 35 e 36.
3. Monteiro, Rosália; *A Significação do Amor*; 378 p.; 19 caps.; 1 ilus.; 68 refs.; 23 x 16 cm; br.; EPICON; Rio de Janeiro, RJ; 1997; páginas 84 e 256.
4. Vieira, Waldo; *700 Experimentos da Conscienciologia*; 1.058 p.; 700 caps.; 300 testes; 8 índices; 2 tabs.; 600 enus.; 5.116 refs.; 28,5 x 21 x 7 cm; br.; Instituto Internacional de Projeciologia; Rio de Janeiro, RJ; 1994; páginas 75, 124, 392, 428, 439, 461, 625 e 627.
5. Vieira, Waldo; *Conscienciograma*; 344 p.; 8 caps.; 8 refs.; 21 x 14 cm; br.; Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia; Rio de Janeiro, RJ; 1996; páginas 138 a 141.
6. Vieira, Waldo; *Homo sapiens reurbanisatus*; 1.054 p.; 479 caps.; 40 ilus.; 7.653 refs.; glos. 241 termos; 139 abrevs.; 27 x 21 x 7 cm; br.; Centro de Altos Estudos da Conscienciologia; Foz do Iguaçu, PR; 2003.
7. Virtualcons; *VirtualCons Handbook*; 92 p.; 9 caps.; 28 x 21 cm; br.; Colégio Invisível da Conscienciometria; Rio de Janeiro, RJ; 2003; página 18.