

# Conscienciograma: Autopesquisa-aquisição-retribuição-interassistência

*Conscientiogram: Self-research-acquisition-retribution-interassistance*

*Concienciograma: Autoinvestigación-adquisición-retribución-interasistencial*

**Helena Schneid**

*helenadb@yahoo.com.br*

## Resumo

Este artigo compartilha a trajetória da autora enquanto aluna no curso Conscienciograma sem Drama, modalidade à distância, ministrado pelos professores da *Associação Internacional de Conscienciometria Interassistencial* (CONSCIUS), no decurso ininterrupto de 12 meses em que participou de 2 turmas consecutivas. A primeira, no período de 02 de setembro de 2012 a 24 de fevereiro de 2013; a segunda, de 03 de março de 2013 até 01 de setembro do mesmo ano. Apresenta os resultados conscienciométricos que deram início aos autenfrentamentos e autossuperações, ampliando o autodiscernimento quanto à autoconscencialidade, a qual atua na levedação da interassistência, do fraternismo e da holomaturidade. Da experiência autopesquisística conscienciométrica, a autora concluiu que a autopesquisa é o caminho para a remissão dos conflitos íntimos perturbadores das autocorrupções, dos autassédios e dos heterassédios.

## Summary

This article shares the author's trajectory as a student in the Conscientiogram without Drama course, given in a distance education format by instructors from the *International Association of Interassistential Conscientiometric* (CONSCIUS). This was uninterruptedly undertaken over 12 months participating while in 2 consecutive groups. The first, from the 2nd of September 2012 until the 24th of February 2013; the second, from the 3<sup>rd</sup> of March 2013 until the 1<sup>st</sup> of September the same year. Presenting the conscientiometric results obtained through the self-facings and self-overcomings that amplified the self-discernment related to self-conscenciality, which in turn acts in the leavening of interassistance, fraternity and holomaturity. From the experience of conscientiometric self-research the author concludes that self-research is the path to the remission of disturbing intimate conflicts generated by self-corruptions, self-intrusions and heterointrusions.

## Resumen

Este artículo comparte la trayectoria de la autora desde que fue alumna del curso Concienciograma sin Drama, modalidad a distancia, siendo los profesores de la *Associação Internacional de Conscienciometria Interassistencial* (CONSCIUS) y el curso de una duración de 12 meses en la que participó de dos grupos consecutivos. El primer grupo en el periodo de 2 de septiembre del 2012 hasta el 24 de febrero del 2013; el segundo grupo desde el 3 de marzo del 2013 hasta el 1 de septiembre del mismo año. Se presentan los resultados conscienciométricos que dieron inicio a los autenfrentamientos y autosuperaciones, ampliando el autodiscernimiento en cuanto a la autoconscencialidad, la cual actúa en el desarrollo de la interassistencia, de la fraternidad y de la holomadurez. De esta experiencia auto-investigadora conscienciométrica, la autora concluyó que la auto-investigación es el camino para la remisión de los conflictos íntimos perturbadores de las autocorrupciones, de los auto-desasedios, y de los heteroasedios.

**Palavras-chave:** 1. Conscienciograma. 2. Autopesquisa. 3. Interassistência. 4. Autenticidade. 5. Gratidão. 6. Retribuição.

**Keywords:** 1. Conscientiogram. 2. Self-research. 3. Interassistance. 4. Authenticity. 5. Gratitude. 6. Retribution.

**Palabras-clave:** 1. Concienciograma. 2. Auto-investigación. 3. Interasistencia. 4. Autenticidad. 5. Gratitud. 6. Retribución.

**Especialidade:** Autoconscienciometrologia.

**Specialities:** Self-conscientiometry.

**Especialidade:** Autoconscienciometrologia.

**Materpensene:** Autoconscienciometria Interassistencial.

**Matherthosene:** Interassistential Self-conscientiometry.

**Materpensene:** Autoconscienciometría interasistencial.

## INTRODUÇÃO

**Motivação.** A motivação para redigir este artigo foi resultado da pesquisa autoconscienciométrica que proporcionou autenfrentamentos e autossuperações, ampliando o discernimento quanto à autoconsciencialidade.

**Objetivo.** O objetivo desse texto é compartilhar a experiência pessoal enquanto aluna em duas turmas consecutivas do curso *online* Conscienciograma sem Drama, promovido pela CONSCIUS.

**Metodologia.** As anotações, vivências no curso *Conscienciograma sem Drama*, leituras e pesquisa bibliográfica foram os métodos utilizados na construção deste artigo.

**Estrutura.** O presente artigo está dividido em 7 seções assim apresentadas:

- I. Histórico.
- II. Turma 1 – *Conscienciograma sem Drama*.
- III. Assunção de Responsabilidades.
- IV. Turma 2 – *Conscienciograma sem Drama*.
- V. Resultados.
- VI. Conscienciometria.
- VII. Considerações finais.

### I. HISTÓRICO

**Contextualização.** Sempre vivi com a sensação de ser levada pelo vento, sem conseguir me definir, entender, escolher, posicionar-me.

**Acesso.** Em 2009, conheci a Conscienciologia através do Curso *Integrado de Conscienciologia* (CIP). Na sequência, participei dos cursos *Extensão em Conscienciologia e Projeiologia 1* (ECP1), *Extensão em Conscienciologia e Projeiologia 2* (ECP2), *Consciencioterapia*, *Programa de Desenvolvimento Parapsíquico* (PDP), *Balanço Existencial*, *Imersão Projeioterápica* e, em 2012, cheguei ao *Conscienciograma sem Drama*.

**Cursos.** A participação nos cursos me proporcionava a sensação de estar em um caminho de encontro. Não sabia identificar de quê, no quê ou para quê. Tinha somente a certeza de que devia continuar. Busquei e encontrei livros, artigos, tertúlias e verbetes. Foi o início da entrada de luz em um ambiente consciencial de muita escuridão, desorientação, ignorância.

**Inscrição.** Assistindo às Tertúlias em 2012, soube do curso *Conscienciograma sem Drama*, na modalidade *ensino à distância* (EAD). Foi imediata a resolução de realizar a inscrição. Apesar do sentimento de medo que me acompanhava constantemente, estava firme em seguir a intuição de aproveitar a oportunidade e não deixá-la passar.

**Voluntariado.** Na época já havia me tornado voluntária do IIPC no Núcleo de Maracaju, ligado a Campo Grande, MS. Manifestava atuação acanhada, sem posicionamento consciencial, indo de arrasto, mas movida pela mesma intuição de que no voluntariado encontraria a oportunidade de assistência, renovação íntima e novas descobertas.

### II. TURMA 1 – CONSCIENCIGRAMA SEM DRAMA

**Cronologia.** A primeira turma do Conscienciograma sem Drama iniciou em 2 de setembro de 2012, e terminou em 24 de fevereiro de 2013. As aulas ocorriam sempre aos domingos, das 19h às 21 horas.

**Entendimento.** Quando as aulas começaram, sentia enorme dificuldade para entender as perguntas do Conscienciograma e em aplicar a técnica dos exemplos pessoais que, de certo modo, facilitam as respostas para

se chegar à nota correspondente. Sentia medo e não sabia de quê, acompanhado de um branco mental em relação aos fatos, lembranças ou informações da minha vida que ajudassem nesta difícil tarefa de responder a estas questões.

**Dicionário.** A metodologia utilizada para compreensão das questões e acesso às respostas foi o uso do dicionário. Pela ideia que os afins se atraem, palavras puxam palavras, buscava todos os significados possíveis dos vocábulos que formavam as inquirições, tanto para favorecer a cognição como para responder ao Conscienciograma.

**Método.** Na fase final de revisão deste texto, vim a saber que um método similar fora proposto por Alexandre Mello, em seu artigo *Lexicoterapia: Autodesassédio Mentalsomático*, na Revista *Conscientia*, volume 7, o que confirmou minha experiência.

**Significado.** Pesquisava o maior número de significados de quase todas as palavras das questões do livro *Conscienciograma*, de autoria do professor Waldo Vieira. Foi maneira de ampliar a capacidade de buscar, por meio de lembranças, respostas autoconscienciométricas. O fato de manter a mente ocupada com a auto-pesquisa trouxe o benefício de mudar o foco da manifestação imatura do psicossoma para a manifestação madura do mentalsoma.

**Profilaxia.** Quanto mais me sentia pressionada, mais consultava o dicionário. Tinha claro que o medo estava sendo encantado. Isso me trazia bem-estar, levando-me a vivenciar o megapensamento trivocabular: *Estudo: eis tudo*. (VIEIRA, 2009, p. 182).

**Autoimagem.** No decorrer das aulas, comecei a me descobrir com autoimagem bem distorcida, pautada no autengano da boazinha, queridinha, certinha, merecedora do melhor, sem esforços, sem responsabilidades. Levei um grande choque. O impacto da descoberta e a vergonha me paralisaram.

**Lista.** Ao modo de autodesvelamento e profilaxia dos autenganos, iniciei uma lista dos traços intraconscenciais identificados, apresentados a seguir, com a finalidade de dar-lhes nome e pesquisar cada significado em todas as concepções possíveis: sinônimos, antônimos, palavras análogas.

Tabela 1 – Traços Conscenciais			
N <sup>os</sup>	Trafais	Trafares	Trafores
01.	Gratidão	Orgulho	Criatividade
02.	Megafraternidade vivida	Belicismo	Saúde somática
03.	Autenticidade	Preconceito	Estudiosa
04.	Assistencialidade	Hedonismo	Acolhimento
05.	Domínio energético	Prepotência	Cortesia
06.	Vivência traforista	Cabotinismo	Zelo
07.	Binômio admiração-discordância	Autocracia	Alegria
08.	Organização	Egocentrismo	Bom-humor
09.	Abertismo consciencial	Manipulação	Coragem
10.	Ortopensividade	Voluntariedade	Inteligência

**Planilha.** Concomitante à primeira turma do *Conscienciograma sem Drama* iniciei, em 06 de fevereiro de 2013, o autacompanhamento da prática diária do Estado Vibracional (EV), registrando em planilha própria, a fim de conseguir no mínimo 20 EVs na rotina habitual.

### III. ASSUNÇÃO DE RESPONSABILIDADES

**Sincronicidade.** Em sincronicidade com a etapa final da primeira turma do *Conscienciograma sem Drama*, a voluntária coordenadora do Núcleo de Maracaju comunicou a necessidade de passar o cargo. O espaço foi aberto para a escolha de novo coordenador devendo seguir alguns requisitos, dentre eles a docência conscienciológica, que eu ainda não havia conquistado.

**Reunião.** Durante os encaminhamentos da reunião, um sentimento de assistência urgente foi crescendo, ampliando-se dentro de mim, juntamente com a ideia de não perder a oportunidade de iniciar a saída do processo egóico e começar outro mais fraternista. Ao mesmo tempo em que o resultado do Gráfico Autoconscienciométrico (360°), concluído na tarde do sábado anterior, a “minha ultrassonografia consciencial” para aquele momento evolutivo, foi ecoando em mim.

**Verbetografia.** Dias antes da reunião já havia realizado a inscrição para o curso *Verbetografia*, na modalidade EAD, com o início das aulas previsto para fevereiro de 2013, sem ideia de título a propor. Em paralelo, também iniciei a participação na segunda turma do *Conscienciograma sem Drama*.

**Superação.** Junto a tudo isto, lembrava de todas as atividades convencionais que desempenho, mas também reconhecia serem elas menos relevantes para o meu momento evolutivo; foi uma espécie de distanciamento dos compromissos materiais, da visão exclusivamente intrafísica. Assim, devido à falta de quem assumisse o cargo de coordenadora no núcleo de Maracaju, de uma forma muito serena e sem medo algum, assumi o desafio da área.

**Vivência.** Refletindo depois, cheguei à conclusão que a atividade do voluntariado proporciona e significa uma vivência treino para se atingir uma condição mais interassistencial e evoluída. Decisão inteligente, tomada através da lucidez multidimensional.

**Autoconhecimento.** Percebi que o voluntariado deveria iniciar em mim através de: autoconhecimento; autenfrentamento; egocídio; enxergar, perceber, assistir ao outro; e que deveria vivenciar a *admiração-discordância* e o desenvolvimento das interrelações saudáveis para que elas refletissem nos trabalhos interassistenciais a que nos propomos na Conscienciologia. Consegui, após 52 anos de vida intrafísica, ver além de mim.

### IV. TURMA 2 – CONSCIENCIOGAMA SEM DRAMA

**Reinício.** A segunda turma do *Conscienciograma sem Drama* iniciou em 3 de março e finalizou em 1º de setembro de 2013.

**Compreensão.** Desta vez, meu entendimento e autorreflexões sobre as questões do livro aumentaram. Estabeleci uma relação de parceria e de afeto com a obra *Conscienciograma* devido ao fato de que, ao compreendermos, e assumirmos as próprias imaturidades evitamos brigas, ou mais especificamente dizendo, autobrigas. A autorreflexão leva à autocompreensão.

**Aprofundamento.** Fiz este *Conscienciograma sem Drama* em paralelo ao curso *Verbetografia* EAD, com o objetivo de aprofundar na autopesquisa, de modo que me auxiliasse no processo de escrita do verbete.

**Verbete.** O título proposto e aprovado para o verbete, estava voltado para a oportunidade que representa o voluntariado: *Voluntariado Propulsor*.

**Teática.** Refazer as questões do livro *Conscienciograma* promoveu o aprofundamento na autopesquisa e nas autorreflexões, a maioria das quais, até então, estavam mais ao nível teórico de identificação, de compreensão. À medida que a escrita do verbete se estabelecia, chegava a hora de vivenciar o que havia aprendido: teática = 1% de teoria + 99% de prática.

**Heterocrítica.** Era grande o incômodo em decorrência da crise pelos autenfrentamentos vividos, principalmente pela minha dificuldade com a heterocrítica.

**Conscin-cobaia.** O estudo do *Conscienciograma* e a participação no *Conscin-cobaia Voluntária do Conscienciograma* reforçaram minha lucidez, sustentando-me no enfrentamento com discernimento contra meus autassédios, autenganos, refinamento e sutileza de minhas autocorrupções, egoísmos, fugas, prepotência, arrogância, hedonismo, autocracia entre outros.

**Definição.** *Conscin-cobaia é a técnica conscienciométrica na qual o autopesquisador, de modo voluntário e sob a supervisão de conscienciômetras (especialistas em Conscienciometrologia), argumenta perante os colegas as notas obtidas e os critérios utilizados para responder às questões do Conscienciograma (VIEIRA, 1996), podendo ser questionado e receber heterocríticas, objetivando o aperfeiçoamento destes desempenhos (ONISHI, GUZZI & ZOLET, In: BERGONZINI, 2010, p. 165).*

**Tares.** Estava vivendo literalmente uma grande tares promovida através da escrita do verbete. Sofria com a escrita e com as correções. Não admitia estar errada, não ser a melhor, não ser aplaudida, favorecida, atendida a tempo e a hora de acordo com meus caprichos, e ficava enfurecida por não conseguir seduzir e manipular a equipe e as regras da verbetografia.

**Binômio.** Percebi o real valor do binômio *admiração-discordância*. Minhas máscaras começavam a cair. Entendi que o processo teático exigia despojar-me de superficialidade, do autengano e da prepotência, de permitir-me o abertismo sincero, com desconstrução cosmoética e, principalmente, deixando-me assistir. Grafopensar tem sido extrair e trazer à tona o que de fato seja legítimo para ser assistencial.

**Autodesapego.** A partir do instante em que entendi e reconheci todo o processo de abrir mão do meu egocentrismo, do meu orgulho, arrogância, autocracia e voluntariedade e prosseguir, senti grande alívio, amor pelo que estava fazendo, gratidão e muita vontade de retribuir. Compreendi profundamente a frase: *a autopesquisa é o ato de entender a si próprio sem autocorrupção* (VIEIRA, 2003, p. 1.095).

**Folhas.** Houve muita sincronicidade entre as folhas de avaliação do *Conscienciograma* preenchidas e os meus momentos vividos. Percebi também que os períodos de alternância entre autassédio-autoconfrontamentos, paralizações-recomposições e alívio-retomada foram sendo mais rápidos, mais curtos. Mas com compreensão maior quanto à autorrealidade consciencial.

**Revisão.** A conclusão do curso *Verbetografia-EAD*, a finalização e envio do verbete para a fila de revisão final e sua apresentação foram simultâneos ao fim de semana da última aula do *Conscienciograma sem Drama*, Folha de Avaliação 95 – Seção Universalidade. Permanecia o sentimento de paz e bem estar.

**AUTOPESQUISA: DECISÃO CONSCIENCIAL INTELIGENTE,  
CAPAZ DE PROMOVER DIRETRIZES TEÁTICAS E EVOLUTIVAS  
SEM AS QUAIS, A CONSCIN PERMANECERÁ MEDÍOCRE,  
PRESA À EXALTAÇÃO EGÓICA DE SEU AUTENGANO.**

## V. RESULTADOS

**CPC.** A escolha pela elaboração do *código pessoal de Cosmoética* (CPC) veio a partir da necessidade de fortalecer a desconstrução dos trafores e a concretização dos trafores *identificados* e assumidos durante os 12 meses de preenchimento do Conscienciograma.

**Definição.** *O código pessoal de Cosmoética é a compilação sistemática ou conjunto de normas de retidão, ortopenseidade e autocomportamento policármico do mais alto grau moral, criado e seguido pela consciência lúcida, em qualquer dimensão existencial (VIEIRA, 2013, p. 2.840).*

**Intenção.** O uso do *código pessoal de Cosmoética* a partir do *Conscienciograma*, atua na forma de concretizar o autocompromisso de reeducação consciencial, tendo na autoprescrição realizada um sistema organizacional, parceiro, para a manutenção da opção pelo posicionamento, ações, ajustes, atualizações cosmoéticas, na conquista da saúde consciencial homeostática, interassistencial.

**Teática.** *As autoplicações exitosas das cláusulas do CPC agilizam as realizações das reciclagens existenciais (recéxis), através do estabelecimento de novas rotinas de vida homeostáticas, e, concomitantemente, do processo das reciclagens intraconscenciais (recins), a partir do estabelecimento voluntário de normas de retidão pessoal baseadas no autodiscernimento (BERGONZINI, 2010, p. 161), acompanhado da satisfação e motivação íntima para continuar. A teática gerou o aumento de confiança pessoal, comprovando a auteficácia dos próprios esforços terapêuticos.*

## **CONSOLIDAR A MUDANÇA AUTOPENSÊNICA ATRAVÉS DAS RECICLAGENS INTRACONSCIENCIAIS, COM CONTINUIDADE E APROFUNDAMENTO À AUTOPESQUISA E AUTORREFLEXÃO, LEVAM À CONQUISTA DA MATURIDADE INTERASSISTENCIAL.**

### VI. CONSCIENCIOMETRIA

**Definição.** *Conscienciometria é a disciplina que estuda as medidas conscienciológicas, ou da consciência, através dos recursos e métodos oferecidos pela Conscienciologia, capazes de assentar as bases possíveis da matematização da consciência. Instrumento principal: Conscienciograma. (VIEIRA, 1994, p. 46).*

**Técnica.** Para a construção do *código pessoal de Cosmoética* (CPC), utilizei 3 técnicas, detalhadas individualmente a seguir e em ordem funcional, conforme apresentadas no artigo *Técnicas de Elaboração do Código Pessoal de Cosmoética a partir da Conscienciometrologia e da Errologia Pessoal* (BERGONZINI, p. 161 a 172):

1. Técnica da eliminação do traço-fardo (trafar).
2. Técnica do desenvolvimento do traço-faltante (trafal).
3. Técnica da redução dos erros pessoais.

**Técnica 1.** *A Técnica da eliminação do traço-fardo consiste em substituí-lo por algum novo hábito correto e homeostático. O CPC permite redirecionar o ponteiro consciencial para a execução do neocomportamento reeducativo.*

**Afirmação.** *Para cada traçar reconhecido na personalidade foi determinada uma norma afirmativa para ser aplicada no comportamento rotineiro, a fim de sobrepor-se ao traço a ser vencido.*

Tabela 2 – Técnica da Eliminação do Traço-fardo		
	Trafar	Norma do CPC
1.	Prepotência	Exercitar a generosidade através da ação de olhar e ouvir o outro.
2.	Autocracia	Praticar liderança democrática.
3.	Orgulho, Vaidade	Verificar, permanentemente, a autoatenção dos atos e pensenes.

**Técnica 2.** *A Técnica do desenvolvimento do traço faltante é aplicada a partir dos traços eleitos a serem desenvolvidos, quando se estabelece norma específica de conduta indicando expressão de comportamento bem definido, com a finalidade de melhorar a manifestação saudável pessoal. A determinação férrea faz valer a regra instituída, realizando-a, não permitindo atenuantes ou aplicações incompletas. O trafor se estrutura pela repetição.*

Tabela 3 – Técnica do Desenvolvimento do Traço Faltante		
	Trafal	Norma do CPC
1.	Domínio Energético	Fazer 20 EVs diários registrados.
2.	Autenticidade consciencial	Firmar meu posicionamento em todas as situações.
3.	Traforismo	Ter uma visão traforista da vida.

**3. Técnica da Redução dos Erros Pessoais.** *A Técnica da redução dos erros pessoais é aplicável através da relação entre os acontecimentos do cotidiano das principais escolhas, decisões, atitudes e manifestações da pensenidade pessoal. É complementada pela identificação dos autacertos e autoerros cometidos e da busca de suas origens e conseqüências. A técnica se completa pela prescrição de norma de conduta direta e qualificadora da autoatenção, indicando posicionamentos, posturas ou comportamentos específicos para prevenção da repetição das falhas.*

Tabela 4 – Técnica da Redução dos Erros Pessoais		
	Trafal	Norma do CPC
1.	Omissão deficitária	Firmar meu posicionamento em todas as situações.
2.	Indisponibilidade	Estar sempre disponível intimamente.
3.	“Luzes da ribalta”- Egocentrismo	Acolher as heterocríticas com gratidão.
4.	Materialismo	Pensar ao modo de consciex para libertação do paradigma pessoal materialista-egocêntrico, trocando-o pelo neoparadigma consciencial.
5.	Patopensenidade	Manter higiene pensênica no dia a dia.
6.	Impulsividade	Dar-me tempo para pensar. Não decidir nada de imediato.

**Dinamismo.** *A evolução é reeducação permanente. O CPC deve ser dinâmico em suas atualizações, compatível com a cronêmica evolutiva da consciência (BERGONZINI, 2010, p. 173).*

**Sintonias.** Na continuação das sincronias nestes meus momentos atuais, em 10/10/2013, assisti *online* à apresentação do verbete *Olhar Seriexológico* e, no dia 11/10/2013, do verbete *Hábito Retrocognitivo*. Muitas anotações e reflexões.

**Grupocarmologia.** Na ocasião, participava na condição de aluna do curso *Assistenciologia*. No dia 12/10/2013, 9ª aula, o tema foi sobre Grupocarmologia. Já nos momentos iniciais da aula acessei instantaneamente, na forma de lembrança, o que me havia sido contado na infância e estava esquecido em mim.

**Rememoração.** A rememoração foi acompanhada de visualização de cenas-informações a respeito de um antepassado e sua forma de agir em outra existência, que trouxeram o entendimento da origem de muitos traços patológicos presentes em mim.

**Revelação.** A revelação dos acontecimentos, no primeiro momento, me causou uma espécie de choque paralisante. Compreendi a semelhança e repetição existentes entre os traços deste parente próximo com os meus vividos nesta existência. O entendimento foi desvelando minha intraconscionalidade e a necessidade de redobrar a atenção para o autenfrentamento imediato dos traços identificados.

**Dinâmica.** Em 19/11/2013, véspera da apresentação do verbete, participei da Dinâmica da Parapedagogia no CEAEC; nesta dinâmica, os participantes experimentam a condição de epicentrismo consciencial. Sentam-se na cadeira ao centro e exteriorizam as energias da forma que escolherem. Finalizada a manobra energética, os demais relatam suas percepções. Na minha vez, uma participante relatou uma cena semelhante à minha rememoração durante a aula sobre Grupocarmologia anteriormente citada, assim como, na sequência, o colega ao lado percebeu o “movimento de jogar fora e renovar”.

**Defesa.** Apresentei o verbete *Voluntariado Propulsor*, na Tertúlia de número 2.847, em 20/11/2013. O sentimento vivenciado foi de profundo bem estar íntimo, pacificação, reencontro de conscins e consciex e deixando-me com a sensação de limpeza e leveza.

**Retroinformações.** Quase um mês após a defesa do verbete, no dia 15/12/2013, na madrugada após o recebimento deste artigo para revisão, vivenciei mais uma visualização com retroinformações da paragenética, o que considero um reforço das minhas responsabilidades frente aos autenfrentamentos e compromisso assistencial.

**Atualidade.** Percebo estar vivendo um reprocessamento interno constante no exercício diário de transformar os resultados da autopesquisa em efetivas práticas cotidianas. Minhas formas de agir, pensar e sentir não apresentam mais os padrões tão patológicos, instintivos e reativos anteriores.

**Reorganização.** A nova reorganização interna, em muitos momentos, me deixa atrapalhada positivamente. Os velhos mecanismos foram desmascarados e enfraquecidos, mas ainda não houve a real implantação dos novos afazeres; este fato tem pautado minhas atuais ações nas 4 etapas apresentadas a seguir, em ordem funcional:

1. Parada.
2. Atenção-reflexão.
3. Diagnóstico (auto e hetero).
4. Escolha-decisão.

**Mecanismo.** Este mecanismo me conduziu a uma rotina interna e externa mais lenta, totalmente de aprendiz em processo de (re)alfabetização consciencial, na qual me apropriei da cautela com o objetivo e intenção de aplicar a teática cosmoética assistencial como prática habitual consolidada de manifestação desta consciência, hoje, intrafísica, na busca da interassistencialidade, autenticidade, gratidão e fraternismo, sedimentada multidimensionalmente.

**Interassistência.** Os traços-fardos e faltantes selecionados para a elaboração do CPC, assim como a relação de erros, tiveram sua escolha com base no entendimento de serem, no momento atual, os maiores travões para o desenvolvimento de manifestações mais saudáveis e homeostáticas desta autora, visando a interassistência.

## CONSIDERAÇÕES CONCLUSIVAS

**Sustentação.** A manutenção das autopesquisas através dos registros em salas de aula, no voluntariado e no dia a dia com a realimentação e atualização do CPC teático é condição ímpar para ampliação e sustentação da saúde consciencial e do equilíbrio holossomático.

**Autocognição.** *Sob a ótica da Conscienciometrologia, a reeducação se efetiva de fato através da autopesquisa e da autoqualificação. Somente a própria consciência é capaz de promover o desenvolvimento da autoconsciencialidade, com experimentos pessoais propulsionando o exemplarismo cosmoético interassistencial* (SCHNEID, *Voluntariado Propulsor*).

**Trinômio.** No momento atual, o sentimento é de não ser mais a mesma, o posicionamento assumido é o traforismo, como resultado de uma crise mentalsomática provocada pelo crescendo sinérgico vivido a partir da escolha e aplicação das técnicas do Conscienciograma, Verbete e CPC, como forma de romper e ultrapassar os limites da mediocridade.

**Interfusão.** Considero a relação Conscienciograma-Verbete-CPC uma interfusão cognitiva capaz de provocar, pela exaustividade cosmoética, a aceleração da História e da Para-História Pessoal de toda conscin, homem ou mulher, através de seu autesforço e autocompromisso, favorecendo uma recomposição e reconciliação seriexológica interassistencial, teática e evolutiva.

### Minicurrículo:

**Helena Schneid** é Graduada em Licenciatura Plena, Português/Inglês e respectivas literaturas. É empresária de planejamento e assistência técnica em agropecuária. Voluntária do IIPC no núcleo de extensão de Maracaju, ligado ao IIPC–Campo Grande, MS. Tenepessista. Verbetógrafa.

### Bibliografia Específica:

01. Anotações pessoais da autora no curso EaD *Conscienciograma sem Drama*; Associação Internacional de Conscienciometria Interassistencial (CONSCIUS); Foz do Iguaçu, PR; 2012 a 2013.

02. **Bergonzini**, Everaldo; *Cosmoeticoterapia: Autoconsciencioterapia Através do Código Pessoal de Cosmoética*; Artigo; **Saúde Consciencial**; *Revista Científica da Organização Internacional de Consciencioterapia*; Ano 1, N. 1, Setembro / 2012; Periodicidade anual; Foz do Iguaçu, PR; páginas 72 a 83.

03. **Idem**; *Técnicas de Elaboração do Código Pessoal de Cosmoética a partir da Conscienciometrologia e da Errologia*; Artigo; **Anais da VI Jornada de Saúde da Consciência e do IV Simpósio de Autoconsciencioterapia**; Evoramonte; Portugal; 22-24.10.10; *Journal of Conscientology*; Revista; Trimestral; Vol. 13; N. 50-S; cronologia; 15 enus.; 1 microbiografia; 1 tab.; 11 refs.; *International Academy of Consciousness* (IAC); London; UK; Outubro, 2010; páginas 157 a175.

04. **Teles**, Mabel; *Profilaxia das Manipulações Conscienciais*; colaboradores Eduardo Ferreira & Ivo Valente; pref. Flavia Guzzi; revisores Ana Flavia Magalhães; et al.; 346 p.; 6 seções; 44 caps.; 1 cronologia; 22 E-mails; 223 enus; 10 filmes; 1 foto; 1 microbiografia; 32 perguntas; 2 tabs.; 10 websites; glos.; 182 termos; 1 apênd.; 344 refs.; 21 x 14 cm; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Cosncienciologia* (CEAEC); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2007; páginas 260 a 261.

05. **Mello**, Alexandre; *Lexicoterapia, Autodesassédio Mentalsomático*; artigo; *Conscientia*; Revista; Vol. 7; N. 1; Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); jan. / mar.; 2003; página 20.

06. **Vieira**, Waldo; *700 Experimentos da Conscienciologia*; 1058 p.; 40 seções; 100 subseções; 700 caps.; 147 abrevs.; 1 cronologia; 100 datas; 1 E-mail; 600 enus.; 272 estrangeirismos; 2 tabs.; 300 testes; glos. 280 termos; 5.116 reffs.; alf.; geo.; ono.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; *Instituto Internacional de Projeciologia*; Rio de Janeiro, RJ; 1994; página 46.

07. **Idem**; *Código pessoal de Cosmoética*; verbete; **Vieira**, Waldo (Org.); *Enciclopédia da Conscienciologia*; 11.034 p.; glos. 2.498 termos (verbetes); 192 microbiografias; 147 tabs.; 191 verbetógrafos; 8ª Ed. Digital; Versão 8.00; *Associação Internacional Editares*; & *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2013; páginas 2840 a 2845.

08. **Idem**; *Conscienciograma: Técnica de Avaliação da çonsciência Integral*; revisor Alexandre Steiner, 344 p.; 150 abrev.; 106 assuntos das folhas de avaliação; 3 E-mails; 11 enus.; 100 folhas de avaliação; 1 website; glos. 282 termos; 7 refs.; alf.; 21x14 cm; br.; Instituto Internacional de Projeciologia; Rio de Janeiro, RJ; 1996; páginas 8 a 251.

09. **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; enc.; 3a Ed. Gratuita; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2004; páginas 1.095 e 1.096.

10. **Idem; *Manual dos Megapensenes Trivocabulares***; revisores Adriana Lopes; Antonio Pitaguarí; & Lourdes Pinheiro; 378 p.; 3 seções; 49 citações; 85 elementos linguísticos; 18 *E-mails*; 110 enus.; 200 fórmulas; 2 fotos; 14 ilus.; 1 microbiografia; 2 pontoações; 1 técnica; 4.672 temas; 53 variáveis; 1 verbete enciclopédico; 16 *websites*; glos. 12.576 termos (megapensenes trivocabulares); 9 refs.; 1 anexo; 27,5 x 21 cm; enc.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2009; página 182.

### Infografia Específica:

1. **Fernandes, Pedro; *Hábito retrocognitivo***, verbete; 11 out. 2013. Disponível em: <[http://www.tertuliaconscienciologia.org/index.php?option=com\\_docman&task=cat\\_view&gid=25&&Itemid=13](http://www.tertuliaconscienciologia.org/index.php?option=com_docman&task=cat_view&gid=25&&Itemid=13)> Acesso em: 11 jan. 2014.

2. **Fernandes, Pedro; *Hábito retrocognitivo***, tertúlia 2807; 11 out. 2013. Disponível em: <<http://www.youtube.com/watch?v=jtfcIXGPcSA>> Acesso em: 11 jan. 2014.

3. **Fernandes, Pedro; *Olhar seriexológico***; verbete; 10 out. 2013. Disponível em: <[http://www.tertuliaconscienciologia.org/index.php?option=com\\_docman&task=cat\\_view&gid=18&&Itemid=13](http://www.tertuliaconscienciologia.org/index.php?option=com_docman&task=cat_view&gid=18&&Itemid=13)> Acesso em: 11 jan. 2014.

4. **Fernandes, Pedro; *Olhar seriexológico***; tertúlia 2806; 10 out. 2013. Disponível em: <<http://www.youtube.com/watch?v=JBz4JflrZWk>> Acesso em: 11 jan. 2014.

5. **Schneid, Helena; *Voluntariado propulsor***; verbete; 20 nov. 2013. Disponível em: <[http://www.tertuliaconscienciologia.org/index.php?option=com\\_docman&task=cat\\_view&gid=11&dir=ASC&order=name&Itemid=13&limit=20&limitstart=40](http://www.tertuliaconscienciologia.org/index.php?option=com_docman&task=cat_view&gid=11&dir=ASC&order=name&Itemid=13&limit=20&limitstart=40)> Acesso em: 11 jan. 2014.

6. **Schneid, Helena; *Voluntariado propulsor***; tertúlia 2.847; 20 nov. 2013. Disponível em: <<http://www.youtube.com/watch?v=8s1hLoN-k7E>> Acesso em: 11 jan. 2014

