



# Perdão: Responsabilidade Evolutiva em prol da Paz

*Perdón: Responsabilidad Evolutiva por la Paz*

*Forgiveness: Evolutionary Responsibility for Peace*

Alessandra Nascimento

## Resumo

O objetivo deste artigo é apresentar reflexões da autora sobre o significado do perdão e descrever de que modo as autovivências perdoadoras ajudaram na conquista de maiores patamares de pacificação íntima. A metodologia aplicada constituiu de autopesquisa com registros diários, reflexões e autoexperimentações parafenomenológicas ocorridas no período de 2012 a 2015. Conclui-se que o perdão envolve a postura responsável para com os próprios sentimentos e proporciona a revisão de posicionamentos cosmoéticos coerentes com a dinâmica evolutiva, acarretando melhoria no estado de pacificação íntima pela simples sensação de estar de bem consigo.

**Palavras-chave:** antivitimização; autoimperdoador; recomposição grupocármica.

## Resumen

*El objetivo de este trabajo es presentar reflexiones de la autora acerca de la significación del perdón y describir la manera pela cual las autovivências en que ocurrió el perdón ayudaron en la consecución de elevaciones de paz interior. La metodología aplicada consistió en la auto-investigación con registros diarios, reflexiones y auto experimentaciones para fenomenológicas en el período de 2012 a 2015. Se concluyó que el perdón implica en actitud responsable para sus propios sentimientos y proporciona una revisión de posiciones cosmoéticas coherentes con la dinámica evolutiva, trayendo mejoría en la pacificación íntima por la sencilla sensación de estar bien consigo propio.*

**Palabras clave:** antivitimización; auto imperdoador; recuperación groupkarmic.

## Abstract

*The objective of this paper is to present author's reflections on the meaning of forgiveness and to describe how the forgiving self-experiences helped in achieving greater inner peace steps. The applied methodology consisted of self-research with daily records, reflections and paraphenomenological self-experiences in the period from 2012 to 2015. It was concluded that forgiveness involves the responsible attitude towards our own feelings and provides a review of cosmoethical positionings consistent with the evolutionary dynamics, resulting in improvement in inner pacification state by simply feeling good about yourself.*

**Keywords:** antivitimization; self-nonforgiver; groupkarmic recomposition.

## INTRODUÇÃO

**Contextualização.** Para compreender o perdão é necessário ampliar a vivência da postura perdoadora para o contexto do paradigma consciencial, entendendo que o perdão é atitude dinâmica, proativa das consciências responsáveis com o processo evolutivo de recomposição grupocármica.

**Finalidade.** O objetivo deste artigo é apresentar reflexões da autora sobre o significado do perdão e descrever de que modo as autovivências perdoadoras ajudaram na conquista de patamares maiores de pacificação íntima.

**Metodologia.** A metodologia aplicada constituiu-se de autopesquisa com registros diários, reflexões e autoexperimentações fenomenológicas, ocorridas no período de 2012 a 2015.

**Ressignificação.** Destaca-se a postura de valorização do abertismo consciencial para a resignificação de conceitos pré-estabelecidos. Para corroborar com as experiências pessoais relacionadas à temática, foi utilizada bibliografia específica sobre a temática do perdão.

**Estruturação.** O desenvolvimento do artigo divide-se em cinco seções:

- I. Significados de Perdão.
- II. Parapatologia das Mágoas.
- III. Binômio Nosográfico Autoculpa-Autovitimização.
- IV Técnicas Auxiliares no Entendimento do Perdão.
- V. Emprego do Perdão.

### I. SIGNIFICADOS DO PERDÃO

**Contextualização.** Para a autora o perdão era algo inalcançável. Reciclagens intraconscienciais realizadas pela saturação de incômodos e descobertas de posturas anticosmoéticas levaram à reflexões sobre a necessidade e o significado do perdão.

**Definição.** A acepção da palavra perdão, de acordo com o dicionário Houaiss (2009) é: “1. Remissão de pena ou de ofensa ou de dívida, desculpa, indulto; 2. Ato pelo qual uma pessoa é desobrigada de cumprir o que era de seu dever ou obrigação por quem competia exigí-lo”.

**Cultura do Perdão.** Desde a Antiguidade, o tema perdão está relacionado ao âmbito religioso. “Só Deus pode perdoar tudo e todos”, e alguns escolhidos teriam o objetivo da remissão dos pecados da humanidade (OVERSTREET, 1978; p. 27 a 29).

**Transferência.** Segundo BALONA (2003; p. 201), a percepção de que o perdão incondicional depende de Deus trata-se de transferência de responsabilidade: “serei perdoado, não importa o que venha fazer, desde que eu me arrependa e acredite em tal doutrina e siga seus mandamentos”. Essa falácia transforma-se em dogma indiscutível, o “perdão-sem-vergonha ou pseudo-perdão”.

**Classificação.** De acordo com as pesquisas pessoais, foram identificadas e propostas cinco categorias de classificação do perdão:

1. *De acordo com o veículo de manifestação (BALONA, 2003; p. 200 a 202):*

1.1. **Perdão Emocional (Psicossoma).** Atribuído pelo veículo extrafísico da emotividade, corpo da impulsividade. Tem o efeito apenas paliativo de aliviar a consciência pesada.

1.2. **Perdão Racional (Mentalsoma).** Fruto de muito esforço e reflexão do mentalsoma, corpo do discernimento e da racionalidade. É lógico e definitivo, nos permitindo seguir em frente. Somente através de muita ponderação alcançamos o entendimento e a compreensão de nós mesmos e dos outros.

2. *De acordo com as condições:*

2.1. **Perdão Condicional.** Que impõe sanções e espera retorno.

2.2. **Perdão Incondicional.** Que nada espera e é definitivo.

3. *De acordo com a cronologia:*

3.1. **Perdão Retroativo.** Condição de desculpar eventos ocorridos no passado.

3.2. **Perdão Imediato.** Condição das consciências perdoadoras que não admitem perda de tempo e perdoam imediatamente após o evento ocorrido.

3.3. **Pré-perdão Assistencial.** “Condição de perdoar, relevar, desculpar antecipadamente, para com a falta cometida pela consciência a ser assistida” (VIEIRA, 2013; verbete: Pré-perdão Assistencial).

4. *De acordo com as consciências envolvidas:*

4.1. **Autoperdão.** Quando o perdão está relacionado à própria consciência e ao microuniverso intraconsciencial. É importante destacar que o autoperdão no sentido da autodesobrigação é patológico.

4.2. **Heteroperdão.** Quando o perdão está relacionado a outras consciências.

5. *De acordo com a ação ou ato:*

5.1. **Perdoador.** Aquele que perdoa facilmente.

5.2. **Imperdoador.** Aquele que não compactua com ações anticosmoéticas.

**Responsabilidade.** É fundamental deixar claro que ao consideramos o Paradigma Consciencial as consciências estão interligadas energeticamente, por tanto, inexistente ausência de responsabilidade em nossas ações.

**Conscienciologia.** Com enfoque na ciência Conscienciologia, para entendimento do autoperdão racional ou lúcido, destacam-se duas posturas:

1. **Autoperdoador.** Postura patológica do autoperdoador anticosmoético (VIEIRA, 2013; verbete: Autoperdoador):

“O *autoperdoador* é a conscin ou consciex, perdoadora dos próprios erros, faltas e omissões deficitárias, sem qualquer esforço de reciclagem intraconsciencial, ou recin, cultivando a condição da autodesobrigação patológica de não acertar os equívocos conscientes, anticosmoéticos, reiterados e antigos”.

**2. Autoimperdoador.** Postura autorreeducativa do autoimperdoador (VIEIRA, 2013; verbete: Autoimperdoador):

“O *autoimperdoador* é a conscin, homem ou mulher, em nível de autoconsciencialidade e autodisciplina incapaz de se perdoar quanto aos próprios enganos, erros e omissões, a fim de eliminar, em definitivo, as autocorrupções conscientes”.

**Binômio.** A Conscienciologia propõe a vivência cosmoética do binômio autoimperdoador-heteroperdoador, fundamentada na evolução da consciência em exercer ações *autoimperdoadoras* com disciplina incapaz de se perdoar quanto aos próprios enganos, a fim de eliminar as autocorrupções; e ações *heteroperdoadoras*, ao entender e perdoar as faltas cometidas por outras consciências.

**Correção.** O mais inteligente, portanto, é fazer a opção pela correção (VIEIRA, 2013; verbete: Opção pela correção):

“A *opção pela correção* é o autoposicionamento da conscin lúcida, a partir da autopenalização cosmolínea, em toda manifestação pessoal, a qualquer momento evolutivo ou dimensão existencial, declarada e explicitamente pela atitude ou postura considerada homeostática, cosmoética ou ideal a favor do melhor para todas as consciências no Cosmos”.

**Libertação.** O perdão promover a liberdade ao proporcionar retomada da dinâmica evolutiva pessoal (VIEIRA, 2013; verbete: Crescendo Perdão-Libertação):

“O *crescendo perdão-libertação* é o processo gradativo de a consciência lúcida ampliar a interdependência sadia, a partir da decisão íntima de conviver em harmonia, eliminando os conflitos interpessoais pela autodecisão de retomar a dinâmica evolutiva pessoal e potencializar a autodisponibilidade interassistencial”.

**Sinceridade.** O primeiro passo para a vivência do perdão é o reconhecimento de que existe algo para ser perdoado, portanto, existem mágoas, ofensas, ressentimentos, ódio e outros sentimentos patológicos nutridos pela consciência.

**Autenticidade.** Devido aos mecanismos de defesa do ego é possível que a consciência demore muito tempo para identificar esses sentimentos patológicos promovendo o autoengano, por isso a importância de investigar incômodos e investir no exercício da autenticidade. Em alguns casos a consciência precisa admitir ressentimentos e mágoas por pessoas a quem ama muito.

**Complexidade.** A manifestação da consciência está pautada em crenças ou naquilo que elas entendem como suas “verdades”. O mais inteligente é enfrentar a complexidade intraconsciencial com o máximo de otimismo possível, sem reclamações e rumações tendo visão otimista.

## II. PARAPATOLOGIA DA MÁGOA

**Necessidade.** O envolvimento e aprofundamento da autopesquisa descortinaram para autora mágoas e ressentimentos anacrônicos, surgindo, portanto a necessidade sincera de resolver a situação.

Aprender a perdoar passou a ser meta prioritária. A autora sentiu-se saturada de processos egocêntricos patológicos e ficou envergonhada de si mesma por sua manifestação.

**Casuística.** As mágoas identificadas pela autora estavam relacionadas a relações familiares ocorridas na infância e principalmente ao sentimento de abandono e vitimização desencadeado com a separação dos pais, que perduraram até a adultidade.

**Somatização.** No caso específico da autora, os sentimentos patológicos anacrônicos causaram doenças físicas somatizadas na forma de obesidade. Mesmo com investimento em atividades físicas e alimentação saudável, a emoção autossabotada não permitia sucesso no tratamento.

**Mágoa.** A mágoa é sensação desagradável causada pelo ressentimento, geradora de energias intoxicantes. A mágoa promove o bloqueio e a absorção de energias que impedem as trocas energéticas, causando desequilíbrio no energossoma.

**Distorção.** Consciências imaturas, energívoras e carentes acreditam que as outras consciências existem com o objetivo de torná-las felizes, desenvolvendo mágoas, ressentimentos ou sentimento de rejeição porque acreditam que os outros se recusam ao propósito de satisfazer suas necessidades, denotando visão egocêntrica.

**Transferência.** A falta de responsabilidade com os próprios sentimentos leva a consciência a transferir suas realizações, criando ilusões de que terceiros são responsáveis pela sua estagnação e de que não possui pacificação íntima porque os outros não permitem.

**Anacronismo.** É relativamente comum as consciências conservarem mágoas deslocadas no tempo passado: o contexto já passou, a situação é outra, porém a consciência ainda alimenta o ressentimento do evento pretérito, mantendo-se presa. Tal situação é extrapolada para outras vidas em processos retrocognitivos. Apesar de o evento ser passado, a repercussão encontra-se ao modo de nódulo energético atual assediante.

**Conviviologia.** De acordo com a Conviviologia, as consciências coabitam com o propósito evolutivo maior que é o autoaprendizado e heteroaprendizado através da exposição das necessidades que cada um precisa aprender a satisfazer sozinho.

### III. BINÔMIO NOSOGRÁFICO AUTOCULPA-AUTOVITIMIZAÇÃO

**Autocorrupção.** A autculpa e a autovitimização são posturas autocorruptoras. Segundo BALLONA, (2008; p. 64):

“A autocorrupção constitui expediente psicológico primário na fuga da coerência necessária à auto-regeneração. A conscin só a alcança através da *autocrítica cosmoética sincera* acompanhada pela inevitável reciclagem intraconscinencial. *Não há atalhos para a recin*”.

**Dogmas.** Ao longo do desenvolvimento da humanidade, instituições religiosas ou dogmáticas implementaram crenças pautadas no julgamento-condenação-punição que predominam até hoje e geraram a cultura da vitimização e da culpabilização.

## A) autoculpa

**Autoculpa.** É o ato, processo ou efeito da conscin assumir sentimento autopunitivo em relação a alguém ou a algum fato. O termo autoculpa é composto pelo elemento de composição *auto* do idioma Grego *autós*, “eu mesmo”, e pela palavra *culpa*, do idioma Latim *culpa* “erro, falta, delito”. Surgiu no Português no Século XIII.

**Assédio.** *Todo heretoassédio parte de autoassédio.* A culpa sobre si mesmo permite a conexão com guias cegos e assediadores em todos os níveis deixando a consciência extremamente manipulável e contaminada com a pensividade patológica. A culpa gera sensação de dívida. Enquanto a consciência não se conscientiza que sente culpa continua alimentando o ciclo patológico da vitimização.

**Julgamento.** As consciências que se sentem culpadas possuem percepção distorcida de suas responsabilidades, acreditam que são julgadas o tempo todo e promovem constantemente análise de suas ações com a autocondenação.

**Fuga.** Neste contexto, torna-se evidente que a consciência, ao adotar a postura de delegar a autonomia de suas ações a terceiros e manter-se na condição de manipulada ou subjugada, está abrindo mão das próprias responsabilidades e utilizando do artifício de fuga.

**Autoestima.** A culpa promove distorção nas análises para o enfoque tráfarristas, com a sensação íntima de constante fracasso que minam qualquer possibilidade de autoestima sadia.

**Habilidade.** A origem da mágoa ocorre pela falta de habilidade para enfrentar a realidade com o devido valor que cada evento possui. Para evitar a mágoa e a culpa precisamos aprender com a experiência, dar a proporção adequada a cada situação e ampliar a visão do evento para patamares multidimensionais. *Não fazer tempestade em copo d'água.*

**Autoaceitação.** A maioria das consciências, de acordo com o nível evolutivo, tenta se livrar do ódio que nutre contra si mesma projetando nos outros a responsabilidade pelos seus problemas. Mesmo atacando ou defendendo-se o desconforto e incômodos gerados pelo autojulgamento não é amenizado. A autocura exige em cessar o julgamento e promover a autoaceitação sem autocorrupção.

## B) Autovitimização

**Autovitimização.** A autovitimização é o “ato ou efeito de a pessoa vitimizar-se, queixar-se ou depreciar-se conscientemente com o rebaixamento da autoestima e do amor próprio” (VIEIRA; 2007, p. 591).

**Inferioridade.** Ao assumirem o papel de vítima, que consiste na condição social patológica, autoimposta, na qual a conscin, homem ou mulher, sente-se inferior aos demais colegas evolutivos, considera-se indigna de valor, mantendo-se queixosa e em subnível evolutivo nas interrelações sociais.

**Repercussão.** Muitas vezes a autovitimização está associada a mecanismo de defesa proveniente de experiências consideradas desastrosas onde a consciência interpreta os eventos com visão tráfarrista e com medo de errar. Ao considerarmos o paradigma consciencial ampliamos a visão do papel que temos e das repercussões de nossas ações. Não estamos isolados. Não somos perfeitos e estamos em processo de aprendizado, os acertos e erros compõem essa etapa. Não é possível superar o medo se tivermos medo de senti-lo.

**Despertar.** As consciências que despertaram para evolução precisam romper com o ciclo vicioso da indignação-vingança, julgamento-punição e da autovimização-autoculpa. O despertar da evolução consiste em assumir responsabilidades e fazer sua parte enquanto minipeça no maximecanismo evolutivo, ampliando a visão para posturas mais policármicas e priorizando a assistência.

**Conscientização.** Quando a consciência possui conscientização ou reconhece julgamento equivocado, fica caracterizado o erro e faz-se necessário corrigi-lo. Essa capacidade ou entendimento é ampliado com a observação, atenção aos sentimentos, criticidade, reflexão e abertismo para novas sinapses.

**Autoenfrentamento.** A consciência, diante da vida, pode reagir ao medo de duas formas distintas: infantil, se iludindo, ou madura, assumindo a responsabilidade do aprendizado através do autoenfrentamento.

#### IV. TÉCNICAS AUXILIARES NO ENTENDIMENTO DO PERDÃO

**Realidade.** Cada um de nós já viveu situações em que precisou ser perdoado e perdoar. Reconhecemos que não é fácil recuperar a serenidade depois de maltrato real. A questão é que geramos expectativas sobre o comportamento dos outros, enquanto consciências mais maduras estão focadas em superar as dificuldades intraconsciençiais assumindo a responsabilidade pelos seus atos.

**Respeito.** O exercício do perdão envolve o entendimento do respeito por nós mesmos e pelos outros. A palavra respeito deriva do latim *specere*, que significa olhar. Respeito (ou *re-specere*), portanto significa “olhar para trás, ver novamente ou de modo diferente”. *Respeito: fronteiras saudáveis*. (FERRINI, 2013; p. 91)

**Consciencioterapia.** É importante destacar que existem técnicas consciencioterápicas auxiliares no processo de perdão.

1. **Autoinvestigação.** No processo de autoinvestigação da necessidade do perdão, é fundamental diagnosticar a autoculpa e reconhecer os erros, percebendo os momentos em que a consciência se sente aborrecida consigo mesma e quando ataca e justifica o ataque para si mesma (vitimização). A pensividade da vingança e da vítima contamina o holopensene pessoal e só é eliminada com o perdão. Não há paz em quem deseja vingança.

2. **Autodiagnóstico.** No processo de autodiagnóstico, é eficaz descobrir que quem necessita de perdão está saturado dos mesmos erros, necessita rever posturas e ainda que ninguém é capaz de dar esse perdão a não ser a própria pessoa.

3. **Autoenfrentamento.** No processo de autoenfrentamento, é inteligente entender que o perdão não é condicional. Não existe negociação ou barganha, do tipo “eu perdoar se você me desculpar primeiro”, pois o perdão parcial é forma de ataque. O perdão exige o realismo de admitir o nível evolutivo e assumir a responsabilidade da própria evolução.

4. **Autossuperação.** No processo de autossuperação da autoculpa e conquista do perdão, é necessário reconhecer o nível de maturidade das consciências, em especial o próprio através da autopes-

quisa. Ao atualizar os eventos do passado e interpretá-los com mais maturidade, a consciência direciona-se para o presente, o aqui-agora-multidimensional.

**Aprendizado.** A autossuperação envolve o entendimento de que todos os julgamentos que foram realizados ocorreram devido à inabilidade das consciências envolvidas. A mudança desse padrão de energias promove a dissipação do medo, o aprendizado da autoconfiança e o entendimento de que a paz é responsabilidade íntima.

**Admissão.** Para compreendermos o perdão precisamos encerrar nossas mágoas. Falar sobre a mágoa é saudável quando reconhecemos sua existência e vivenciamos a experiência da mágoa assumindo a responsabilidade pela cura.

## 1. Técnica de identificação da mágoa

**Ambiente.** Em dia calmo e tranquilo, a autora, desligou o celular, trabalhou com as energias por alguns minutos e se questionou francamente:

- a) Meus pensenes predominantes são das situações dolorosas de minha vida? Quais?
- b) Esses pensenes geram perturbação, indisposição e defasagem energética? Quando e como?
- c) Posso o hábito de contar para mim mesma a história vivenciada repetidas vezes?
- d) Sou adepta da prática da ruminação de algum evento indesejável?

**Diagnóstico.** Se a resposta for sim para uma dessas perguntas, existe algum tipo de mágoa que ocupa o espaço mental.

## 2. Técnicas para autossuperação da mágoa

**Superação.** A superação da mágoa exige o desenvolvimento do processo de autorretratação, não existe fórmula específica, pois cada consciência é universo de possibilidades. Entretanto algumas considerações foram efetivas para auxiliar a autora, nesse processo (LUSKIN, 2002; p. 23 a 45).

a) **Observar os eventos de forma impessoal.** Não concluir ou assumir que os eventos acontecem com você porque era você. Qualquer evento pode acontecer com qualquer consciência, não somos a primeira nem a última a vivenciar tal experiência. Abandonar a pergunta: “*Por que foi acontecer justo comigo?*” As pessoas que se magoam com facilidade são aquelas que assumem os acontecimentos em termos muito pessoais.

b) **Parar de procurar culpados.** Quando nos sentimos magoados queremos encontrar culpados. Esse pensamento é automático e faz parte do jogo da culpa, por isso é importante buscar o entendimento da participação de cada um de forma isenta e multidimensional considerando a dinâmica evolutiva.

c) **Interpretar com cosmovisão.** A interpretação dos eventos depende das crenças e de como contamos a história. A tendência ao criarmos a história é mostrar a nossa experiência com a carga que desejamos expressar. Esquecemos diferentes pontos de vistas e o momento de cada um.

## V. EMPREGO DO PERDÃO

**Premissa.** A decisão do perdão é intraconsciencial e íntima. É movimento de dentro para fora e requer motivação sincera na solução de incômodos existenciais e do entendimento que necessitamos iniciar o ciclo reparatório.

**Posturas.** Mediante as vivências pessoais, a autora observou sete posturas fundamentais para o emprego do perdão, em ordem alfabética:

1. **Abertismo.** Abertismo para rever posicionamentos anacrônicos.
2. **Cosmoética.** Ampliar o entendimento da Cosmoética.
3. **Lucidez.** Admitir faltas contra si ou contra outros com lucidez.
4. **Racionalidade.** Buscar a racionalidade sem excessos emocionais.
5. **Recomposição.** Sair da vitimização assumindo posturas para recomposição.
6. **Responsabilidade.** Assumir responsabilidades evolutivas.
7. **Vontade.** Vontade íntima e sincera no desejo de se renovar.

**Aplicabilidade.** A consciência que deseja promover recins necessita encarar com sinceridade cosmoética a intraconsciencialidade, despindo-se ao máximo dos mecanismos de defesa do ego.

**Momentos.** É importante saber diferenciar momentos distintos no emprego do perdão: o momento de vivência da violência e o momento pós-violência (traumas, mágoas, angústias). O ideal é se esforçar para manter a lucidez e não se deixar contaminar energeticamente com o padrão da violência, evitando o *rapport* com padrões patológicos. Dois aspectos destacam-se com relação ao emprego do perdão: a reação às ofensas e a compreensão e vivência do perdão

### a) Reação às ofensas (antiofensividade)

**Saturação.** A autora passou por saturação dos incômodos existenciais. E descobriu através de registros dos pensenes que gastava maior parte do tempo pensando em como foi vítima do mundo ou dos erros que julgou cometer buscando a punição.

**Decisão.** Decidiu dar fim nessa situação desenvolvendo o raciocínio e capacidade de reflexão, reconhecendo e valorizando os próprios trafores. Não se pode mudar o mundo e todas as pessoas que estão ao nosso redor, porém podemos mudar a forma de encarar as ações dos outros e de si mesma.

**Evolução.** Um dos objetivos da vida é evoluir. Evoluir é mudar de patamar. Para evoluir precisamos nos renovar, ganhar maturidade, aprender. Passar por situações existenciais onde são criados verdadeiros cenários de aprendizado. Esses cenários nós atraímos de acordo com nossos pensenes e necessidades evolutivas.

**Etapas.** Em nosso nível evolutivo, a maioria já passou ou passa por algum tipo de agressão. Essas situações são decorrentes de nossa inabilidade com nossos sentimentos e ignorância evolutiva. Foram identificadas quatro etapas básicas antes do perdão, descritas no Quadro I:

**Quadro I – Paralelos das ações patológicas com as ações lúcidas em momento de agressão**

| Evento  | Ações Patológicas e Instintivas  | Ações Lúcidas e Racionais  |
|---|--|--|
| <b>Agressão</b>   | Impacto energético com assimilação das energias patológicas permitindo o desequilíbrio da pensividade. | Impacto das energias com assimilação das energias patológicas mantendo-se lúcido para não ser contaminado com o padrão energético patológico. Assimilação e desassimilação energética. |
| <b>Reação ao impacto da agressão</b>                                      | O ato de revidar inconscientemente.  | O ato de gerar reflexão sobre a interpretação de evento, cautela, tranquilidade.   |
| <b>Avaliação da agressão</b>  | A interpretação do evento com enfoque em seus valores pessoais e crenças egocêntricas.                 | A interpretação do evento com a cosmovisão e valores cosmoético.   |
| <b>Decisão das posturas que serão tomadas mediante o evento ocorrido.</b> | Mágoa, com o desenvolvimento de violência, ressentimentos, medos, culpas e vitimizações.               | Perdão, com a capacidade de libertar-se do evento e o entendimento da necessidade de autoaprendizagem.   |

## b) Compreensão e vivência do perdão

**Admissão.** No caso da autora, no desenvolvimento da capacidade de perdoar foi necessário desenvolver a capacidade de enxergar o mundo e tudo a sua volta sem julgamentos, ficando lúcida e avaliando o evento com o enfoque o mais realista e multidimensional possível.

**Observação.** Passou a observar nos contextos em que estava inserida o que podia aprender no lugar de se lamentar por estar naquela situação (antivitimização). *De que maneira se pode sentir o desconforto da agressão, sem conservar mágoa latente?* O perdão será necessário até o momento em que entendemos profundamente o quanto é imaturo o processo de culpa-ataque.

**Parapsiquismo.** O desenvolvimento do parapsiquismo ampliou a visão de conjunto e permitiu o entendimento dos eventos sem os julgamentos egocêntricos e míopes, limitados a existência física e materialista, analisando as repercussões multidimensionais.

**Autoconhecimento.** Para promover o perdão foi necessário o desenvolvimento de brandura e compreensão consigo mesma, foi preciso investir no equilíbrio, resignação, placidez, pacificação, sossego, tranquilidade, fleuma e calma. Ao mesmo tempo em que foi necessária a firmeza e a persistência reeducadora (postura autoimperdoadora).

**Neossinapses.** O perdão exigiu a atualização dos equívocos por meio da criação de neossinapses autorrenovadoras com a desconstrução dos modelos, crenças e valores anacrônicos, assegurando autoaprimoramentos das posturas evolutivas e a pacificação íntima.

**Retração.** Todo perdão e autoperdão envolvem a autorretratação, a correção de equívocos cometidos. Para a autora, ocorreu pedido de autodesculpa por agressões autoimpostas e envolveu a revisão da vida com resignificação e entendimento dos eventos experienciados. *“A minha história de vida que eu contava para mim mesma foi recontada de forma mais lúcida e interassistencial”*.

**Projeções.** Quando desenvolvemos a pensividade sobre tema do perdão, evocamos energias com o padrão da reconciliação ocorrendo projeções com temática de perdão, seja pedindo ou recebendo desculpas, e principalmente recontando sua história para você mesmo de maneira mais madura. Os eventos retrocognitivos só acontecem quando a consciência possui maturidade para entender seu processo perdoador, para não gerar mágoas novas castradoras da evolução.

**Autoposicionamento.** As consciências perdoadoras desenvolvem a opção pela correção e pelo autoposicionamento da conscin lúcida, em prol do ciclo reparatório, cosmoético que consequentemente buscam o estabelecimento de maior nível de pacificação.

**Libertação.** A ideia do perdão foi libertadora para autora e permitiu o sentimento de força e segurança íntima inabalável, pois eliminou qualquer pensividade geradora de conflito. Foram desfeitas as falsas crenças imaturas que incutidas sobre nós mesmos e sobre outras pessoas, eliminando a culpa e a vergonha, trazendo de volta a consciência para si mesma promovendo a retomada das atividades prioritárias para a evolução.

**Autotares.** A vivência do perdão permitiu a capacidade de promover a autotares essencial, exercer sobre si a tarefa do esclarecimento, aprofundando estudos e pesquisas sobre os principais traços evolutivos detectados, rastreados, mapeados, descobertos e identificados na condição de impeditores do autoalinhamento pensênico e à vivência do paradigma consciencial. No exercício do perdão é muito inteligente se questionar: “*o que posso aprender agora, aqui, com essa situação?*”

**Megafraternidade.** A capacidade de perdoar promove o início do desenvolvimento da capacidade de “centrifugação do egão”, que consiste em promover voluntariamente, o desvio ou o afastamento pouco a pouco, reação a reação, do próprio centro ou núcleo do egoísmo milenar em direção à megafraternidade libertária.

**Automutação.** A mudança de ego para o perdão promove a automutação da pessoa e da própria vida para melhor, objetivando a evolução consciencial, cosmoética, interassistencial, prioritária e estabelece estado harmônico de pacificação íntima.

## CONCLUSÃO

**Responsabilidade.** O perdão é a capacidade dinâmica das consciências assumirem a responsabilidade pelos próprios sentimentos e exige constante autoatualização e reeducação de posicionamentos pela compreensão do nível de maturidade das consciências.

**Vivência.** A vivência do perdão permite o início do entendimento da capacidade de abnegar com a postura autoimperdoadora somadas ao heteroperdão, iniciando os ciclos reparatórios da recomposição grupocármica.

**Pacificação.** O perdão proporciona a revisão de posicionamentos cosmoéticos coerentes com a dinâmica evolutiva e permite estado de autossatisfação íntima que acarreta na autopacificação pela simples sensação de estar se libertando das pendências cármicas e entrando no fluxo evolutivo conscienciológico.

## REFERÊNCIAS

1. BALONA, Málu; *Binômio Antivitimizção-Autobenignidade aplicado à Autocuroterapia*; Revista Conscientia; vol. 12; nr. 1; jan./mar.; Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2008; p. 62 -73.
2. BALONA, Málu; *Autocura Através da Reconciliação: Um estudo Prático sobre a Afetividade*; 2ª Ed.; Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 2003; p. 200-202.
3. FERRINI, Paul; *As 12 Etapas do Perdão: Manual prático para transformar o medo em amor*; Editora Pensamento – Cultrix Ltda; São Paulo, SP; 2013; p. 91.
4. HOUAISS, Antonio & VILLAR, Mauro de Sales; *Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa*; CD ROM; Objetiva; Rio de Janeiro, RJ; 2009.
5. LUSKIN, Fred; *O Poder do Perdão: Uma receita provada para a saúde e a felicidade*; Editora Francis Ltda; São Paulo, SP; 2002; p. 23 a 45 e 225.
6. OVERSTREET, Harry Allen; *A Maturidade Mental*; 4ª Ed.; Companhia Editorial Nacional; São Paulo, SP; 1978; p. 27 a 29.
7. VIEIRA, Waldo; *Homo sapiens pacificus*; 3ª Ed.; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC) & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2007; p. 591.
8. VIEIRA, Waldo (org); *Enciclopédia da Conscienciologia*; CD ROM; 2.498 verbetes; 8ª Ed; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2013.

## BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

1. VIEIRA, Waldo; *700 Experimentos da Conscienciologia*; Instituto Internacional de Projeciologia (IIP); Rio de Janeiro, RJ; 1994.
2. VIEIRA, Waldo; *Conscienciograma – Técnica de Avaliação da Consciência Integral*; Instituto Internacional de Projeciologia (IIP); Rio de Janeiro, RJ; 1996.
3. VIEIRA, Waldo; *Homo sapiens reurbanisatus*; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2003.
4. VIEIRA, Waldo; *Projeciologia – Panorama das Experiências da Consciência Fora do Corpo Humano*; Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 1999.

**Alessandra Nascimento**, graduada em Farmácia-bioquímica; mestrado em Química de Produtos Naturais; Doutorado em Ciência e Tecnologia de Polímeros; voluntária do IIPC desde 1998, presentemente no CEA Rio de Janeiro; docente desde 1999; tenepessista.

*E-mail:* alessandrarn@gmail.com