

Autoconsciencioterapia aplicada à Arrogância

Autoconsciencioterapia aplicada a la Arrogancia

Self-conscientiotherapy applied to the Arrogance

Álvarez Dantas

Psicólogo, MBA em Gestão Estratégica de pessoas, especialista em Psicologia Positiva e Gestão da Aprendizagem, voluntário da Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC), alvarezdantas@live.com

RESUMO. O artigo objetiva apresentar o processo autoconsciencioterápico vivenciado com foco no enfrentamento da arrogância e no desenvolvimento da benignidade. A metodologia utilizada está embasada na autoconsciencioterapia deste autor e na pesquisa bibliográfica. São abordados: conceitos relativos à arrogância e seu contraponto homeostático, a benignidade; técnicas autoconsciencioterápicas e autoconscienciométricas utilizadas no processo; etiologia e etologia relativas à arrogância, conforme manifestação pessoal; dificultadores do processo de *autofrentamento* e indicadores de *superção relativa* da arrogância. Finaliza-se o artigo com exposição prospectiva quanto aos autesforços no processo de *enfrentamento* da arrogância.

Palavras-chaves: benignidade; interassistencialidade; orgulho; reatividade; recin.

RESUMEN. El artículo tiene el objetivo de presentar el proceso autoconsciencioterápico vivido enfocado en el enfrentamiento de la arrogancia y en el desarrollo de la benignidad. La metodología utilizada está basada en la autoconsciencioterapia del autor y en la investigación bibliográfica. Se discuten conceptos relacionados con la arrogancia y su contrapunto homeostático, la benignidad; técnicas autoconsciencioterápicas y autoconscienciométricas utilizadas en el proceso; la etiología y la etología relacionadas con la arrogancia, según la manifestación personal; los dificultadores en el proceso de *autoenfrentamiento* y los indicadores de *superación relativa* de la arrogancia. El artículo finaliza con un análisis prospectivo de los autoesfuerzos en el proceso de *enfrentamiento* de la arrogancia.

Palabras clave: benignidad; interasistencialidad; orgullo; reactividad; recín.

ABSTRACT. The article aims to present the self-conscientiotherapy process experienced focusing the confrontation of arrogance and the development of benignity. The methodology used is based on the author's self-conscientiotherapy and bibliographical research. Concepts related to arrogance and its homeostatic counterpoint, benignity; self-conscientiotherapeutic and self-conscientiometric techniques used in the process; ethiology and ethology related to arrogance, according to the personal manifestation; difficulties in the process of *self-confrontation* and indicators of *relative overcoming* of arrogance are discussed. The article ends with a prospective analysis of the self-efforts in the process of *confronting* arrogance.

Keywords: benignity; interassistantiality; pride; reactivity; recin.

INTRODUÇÃO

Autolimitações. No âmbito da interassistência, convém à consciência motivada em ampliar o potencial de auxílio aos demais, esquadriñar a própria intraconsciencialidade visando averiguar os aspectos pessoais capazes de facilitar e, também, limitar o desempenho de determinadas funções assistenciais.

Esquadriñamento. Seja para a assunção de novas atribuições interassistenciais ou o aprofundamento das atividades já desempenhadas, esse esquadriñamento, em essência, visa:

1. **Trafões.** Identificar em si mesmo quais traços-força já estão disponíveis e podem ser utilizados em prol das autorreciclagens e dos trabalhos interassistenciais.

2. **Trafares.** Averiguar quais traços-fardo, patologias ou parapatologias pessoais precisam ser enfrentadas e superadas no atual *momentum* evolutivo.

3. **Trafais.** Definir, por meio de escala de prioridades, quais traços-faltantes necessitam ser desenvolvidos, objetivando promover a mudança de patamar interassistencial.

Interesse. O interesse em abordar a temática da arrogância pelo viés da autoconsciencioterapia¹ surgiu com a participação no *Curso para Formação de Consciencioterapeutas* (CFC). A partir da projeção consciencial semilúcida, ocorrida na noite antecedente ao segundo módulo dessa atividade, e *feedbacks* recebidos durante o curso reforçaram a importância de abordar tal tráfaro, a fim de qualificar o nível de interassistencialidade pessoal.

Objetivo. Objetiva-se, com este artigo, portanto, expor o processo autoconsciencioterápico pessoal relativo ao enfrentamento da arrogância, com vistas ao desenvolvimento da benignidade e à qualificação do nível interassistencial.

Metodologia. A metodologia utilizada tem por base experimentações autoconsciencioterápicas e pesquisa bibliográfica sobre o tema.

Seções. O artigo foi elaborado em 4 seções:

I. Da arrogância à benignidade: conceitos e temas correlatos.

II. Autoinvestigação e autodiagnóstico da arrogância.

2.1. Mecanismo de funcionamento da arrogância.

III. Autenfrentamento da arrogância.

3.1. Etologia.

3.2. Heteroconsciencioterapia.

3.3. Interassistencialidade.

3.4. Paraxioterapia.

IV. Dificuldades na etapa do autenfrentamento.

V. Autossuperação: indicadores de autocura relativa da arrogância.

¹ O tema *arrogância* já havia sido abordado pelo autor pelo viés da Parapedagogia e da Reeducação em 2013, no artigo *Descensão cosmoética a partir da autodisponibilidade interassistencial* (Dantas, 2013, p. 77 a 86).

I. DA ARROGÂNCIA À BENIGNIDADE: CONCEITOS E TEMAS CORRELATOS

Arrogância. Segundo Junqueira (2018, p. 1.712), a *arrogância* é a “atitude, caráter, traço, tendência ou conjunto de padrões comportamentais caracterizado pela falsa auto-concepção de superioridade em relação às demais consciências”.

Pseudossuperioridade. Nas pesquisas realizadas em dicionários da língua portuguesa, encontra-se comumente a ideia de a arrogância estar alicerçada no *senso de pseudossuperioridade* – moral, social, intelectual ou de comportamento – nutrido pela consciência em relação aos demais.

Orgulho. Esse senso de pseudossuperioridade é também observado em outro tráfegar consciencial, o orgulho, conforme explicita Alexander Steiner (2012, p. 130 a 133) no artigo *Orgulho: agente dificultador da autoevolução*.

Correlações. A arrogância é correlacionada diretamente, por exemplo, a 10 ideias afins (Aulete Digital, 2021; Houaiss & Villar, 2009; Sacconi, 2010), dispostas na ordem alfabética: desprezo, desrespeito, imodéstia, jactância, menosprezo, orgulho ostensivo, petulância, presunção, soberba, vaidade.

Belicopensenidade. Além dessas correlações, o *trinômio comparação-superioridade-inferioridade*, aspecto frequente no âmbito da arrogância, explicita de modo direto a relação desta com a tendência à competição, não raro indicando, indiretamente, correspondência com a parapatologia da *belicopensenidade*².

Antônimos. São antônimos de arrogância, por exemplo, os 10 termos a seguir (Houaiss & Villar, 2009; Junqueira, 2018, p. 1.712), na ordem alfabética: amabilidade, assistencialidade, *benignidade*, delicadeza, despojamento, des vaidade, fraternismo, *gentileza*, moderação, modéstia.

Trafores. Essa antonímia propicia boa visão de conjunto acerca dos traços-força a serem desenvolvidos pela consciência interessada em enfrentar o tráfegar da arrogância, objetivando a mudança de patamar interassistencial.

Contrapontologia. Dentre os trafores elencados, escolheu-se investir no desenvolvimento da benignidade, reconhecida pessoalmente enquanto contraponto homeostático à manifestação arrogante e belicosa.

Definologia. A *benignidade* é a qualidade ou virtude de quem é benigno, de bom caráter ou boa índole, que se compraz em fazer o bem (Houaiss & Villar, 2009; Vieira, 2018, p. 4.703).

Sinonimologia. Eis 10 sinônimos de benignidade (Aulete Digital, 2021; Houaiss & Villar, 2009; Sacconi, 2010; Vieira, 2018, p. 4.703), dispostos em ordem alfabética:

² Haymann (2015), no artigo *Autoconsciencioterapia das Predisposições à Belicopensenidade Autodefensiva*, aborda em profundidade o estudo da belicopensenidade, apresentando, por exemplo, os aspectos holossomáticos e etológicos, os mecanismos de funcionamento, os efeitos patológicos e a paraterapêutica relativos a esta parapatologia.

benevolência, boa intenção, bondade, compreensão, delicadeza, fraternismo, generosidade, gentileza, magnanimidade, moderação.

Antonimologia. São antônimos de benignidade (Aulete Digital, 2021; Houaiss & Villar, 2009; Sacconi, 2010; Vieira, 2018, p. 4.703), por exemplo, os 10 termos dispostos em ordem alfabética: antipatia, aversão, causticidade, hostilidade, incompreensão, irritação, má intenção, maldade, malquerença, prepotência.

II. AUTOINVESTIGAÇÃO E AUTODIAGNÓSTICO DA ARROGÂNCIA

Feedback. O interesse em investigar o próprio nível de arrogância geralmente surge do *feedback* de pessoas próximas, pois a manifestação desse traço tende a causar atritos interconscienciais.

Acolhimento. Quando predisposta ao acolhimento e à reflexão das heterocríticas, a conscin arrogante pode se questionar sobre a existência desse traço no microuniverso pessoal. Essa possibilidade aumenta especialmente quando os *feedbacks* surgem em vários contextos, inclusive de pessoas sem vínculos de proximidade.

Autoconsciência. Tal fato ocorreu com este autor após iniciar o voluntariado da Conscienciologia. Em especial na função de docente e em participação de atividades com foco na autoconscienciometria e na autoconsciencioterapia, passou a receber *feedback* de colegas do voluntariado e de alunos, e a ter autoconsciência acerca da existência de atitudes arrogantes, apesar destas já fazerem parte do repertório etológico pessoal desde a adolescência.

Temperamento. Concernente à autopesquisa realizada e às participações em cursos da Conscienciologia – notadamente do curso *Retrossenha Pessoal*, realizado pela Associação Internacional de Pesquisas Seriexológicas e Holobiográficas (CONSECUTIVUS) – tem-se a hipótese de o traço pessoal da arrogância possuir relação direta com o próprio *temperamento*, resultado de múltiplas existências em contextos, ou holopense-nes, monárquicos, bélicos e religiosos.

Menos valia. Considera-se, ainda, após a autoconscientização durante o período intermissivo, sobre os erros cometidos em vidas pretéritas, ter desenvolvido sentimento persistente de *menos valia* pessoal (baixa autestima). Inexistem retrocognições repetidas, confirmatórias a respeito disso, mas, por inferência, a postura arrogante atuaria enquanto mecanismo compensatório à autodesvalorização, à luz do próprio *modus operandi*.

Técnicas. No processo de autoparassemiologia da arrogância, foram utilizadas, por exemplo, 6 técnicas autoconsciencioterápicas e autoconscienciométricas, listadas em ordem alfabética:

1. **Técnica da análise projecioterápica³:** estudo das autovivências projetivas, mesmo daquelas com baixo nível de lucidez.

³ DTC (on-line).

2. **Técnica da autobiografia consciencial temática²**: esquadrinha da história pessoal, em busca de elementos esclarecedores em relação tanto à arrogância e à belicosenidade quanto à benignidade.

3. **Técnica da conscin-cobaia**: autexposição deliberada em contextos interassistenciais, visando à obtenção de *feedbacks* dos compassageiros evolutivos acerca dos traços e traços pessoais.

4. **Técnica do enfrentamento do malestar²**: aplicada nos contextos quando foi percebido o malestar, com o objetivo de compreender a origem.

5. **Técnica do estudo autoconsciencioterápico²**: visando ao aprofundamento teórico sobre os traços abordados.

6. **Técnica do gráfico conscienciométrico⁴**: essencial para a ampliação da visão de conjunto acerca da própria intraconsciencialidade.

Recursos. Além da aplicação dessas técnicas, do voluntariado em instituições conscienciocêntricas e da participação em cursos, outros 4 recursos também foram importantes para a compreensão dos traços a serem trabalhados, listados a seguir em ordem alfabética:

1. **Amizades**: especialmente as amizades raríssimas, devido ao maior entrosamento pró-evolutivo e ao exercício aberto do *binômio admiração-discordância*.

2. **Consciencioterapia**: ser evoluciente em atendimentos consciencioterápicos, com posterior autorreflexão sobre os temas abordados.

3. **Dinâmicas**: a imersão em campos energéticos interassistenciais, em dinâmicas parapsíquicas e em cursos de campo, favorecendo o autodesassédio, a desintoxicação energética e a interação com o amparo extrafísico.

4. **Ressoma**: o estudo do nome próprio e da data de nascimento, indicando *senhas* pessoais relevantes às autorreciclagens.

Etologia. Com base na pesquisa da própria etologia regressiva, eis, em ordem alfabética, 16 condições explicitadoras da existência do traço da arrogância na automanifestação:

01. **Agressividade.** A postura agressiva, de indiferença ou desdém (menosprezo) diante de contrariedades com repercussão no *orgulho de poder* (Steiner, 2012, p. 131 a 132).

02. **Cabotinismo.** Disposição imoderada para propagandear os feitos pessoais, especialmente as ações bem-sucedidas.

03. **Competição.** A rivalidade com os demais (*trinômio comparação–superioridade–inferioridade*).

04. **Correção.** Tendência de corrigir os erros verbais e escritos dos outros sem ser solicitado (arrogância do saber).

⁴ CONSCIUS (2021).

05. **Erros.** Dificuldade em assumir os próprios erros e tendência de criticar, julgar ou punir os erros alheios (*binômio antievolutivo autoperdoamento–heteroimperdoamento*).

06. **Equipe.** Dificuldade em trabalhar em equipe, seja pela tendência à competição, ou pela dificuldade em ser liderado, ou ainda pelo fato de não considerar os outros bons o suficiente. Inclui-se também, em alguns casos, a dificuldade de confiar nos outros.

07. **Hierarquia.** Dificuldade de lidar com a hierarquia ou ser subordinado, independentemente do contexto.

08. **Inaptidões.** Fuga de situações ou contextos evidenciadores de inabilidades, incapacidades ou incompetências pessoais.

09. **Interlocução.** Tendência de constantemente interromper o discurso ou cortar o fluxo de ideias dos interlocutores.

10. **Inveja.** O ato de invejar traços, méritos e/ou conquistas de outrem, por vezes os desqualificando.

11. **Jactância.** Supervalorização dos próprios atributos e feitos.

12. **Mordacidade.** O ato de pensar e falar mal dos outros, não raro com o uso frequente de “alfinetadas”, ironias, indiretas e críticas mordazes. Inclui-se neste item a tendência de desmoralizar os demais.

13. **Sapiência.** Disposição imoderada para demonstrar o nível de sapiência pessoal aos outros, mesmo não sendo solicitado (outra faceta da arrogância do saber).

14. **Status.** Preocupação excessiva com o *trinômio poder-posição-prestígio*, com a manutenção e defesa da autoimagem idealizada. Pode-se incluir neste item a valorização ou o apego relativo a aspectos mantenedores ou reforçadores do *status* almejado (bens de consumo, viagens, círculos sociais, entre outros).

15. **Teimosia.** Apego a determinadas ideias e atitudes, mesmo as prejudiciais, especialmente quando criticado por outras pessoas (*orgulho teimoso*⁵).

16. **Vaidade.** Valorização excessiva de aspectos vãos da própria consciencialidade ou automanifestação.

Coloquiologia. Além dessas 16 condições, eis 6 expressões coloquiais, em geral ditas por outras pessoas do convívio da conscin, as quais podem ser indicativas da existência do tráfego da arrogância (Junqueira, 2018, p. 1.712):

1. *Trazer o rei na barriga;*
2. *Ter o ego inflado;*
3. *Ser cheio de si;*
4. *Ter o nariz em pé;*
5. *Posar de salto alto;*
6. *Viver em torre de marfim.*

⁵ Steiner (2012, p. 131); Lopes (2018, p. 16.100).

Pseudoganhos. A dificuldade de superar a arrogância pode ocorrer devido à existência de pseudoganhos diversos, por exemplo, os 4 listados a seguir em ordem alfabética:

1. **Autodepreciação.** Por hipótese, o pseudoganho mais comum para a consciência arrogante é a crença de poder mascarar ou contrapor, para si mesma e para os outros, os sentimentos de autodepreciação (menos valia pessoal).

2. **Conforto.** Manutenção pessoal na zona de conforto antievolutiva, pseudoganho frequente à consciência que teme assumir novos desafios, os quais, frequentemente, expõem as inabilidades pessoais e a necessidade de desenvolver novas competências.

3. **Fuga.** Esquiva do aprofundamento na intraconsciencialidade, por exemplo pelo medo de enfrentar possíveis traumas passados, os quais podem estar envolvidos na origem do traço da arrogância, ou ainda por ter dificuldade de abrir mão dos referenciais (autoconceito e autoimagem) criados.

3.1. **Orgulho.** Não raro, essa fuga tem relação com o *trafar* do orgulho, evidenciado, por exemplo, na dificuldade em assumir as próprias limitações ou a erronia pessoal.

4. **Pseudoempoderamento.** Para certas consciências, a manifestação frequente de posturas arrogantes pode atuar no sentido de, ao *inflar* o próprio ego, promover falsa sensação de empoderamento ou de superioridade perante os demais.

Deleteriedade. Eis 6 consequências deletérias da arrogância, listadas a seguir em ordem alfabética:

1. **Estagnação:** acarreta perdas evolutivas, principalmente para a consciência arrogante.

2. **Ignorância:** a postura de achar que *sabe tudo* ou *sabe mais* leva, em geral, o arrogante a se fechar às oportunidades de aprendizado, mantendo-se superficial ou mesmo ignorante em relação a diversos assuntos. “A **arrogância** é o disfarce da ignorância” (Vieira, 2014, p. 118).

3. **Interassédialidade:** propensão a assédios interconscienciais, tanto os promovidos pela própria consciência arrogante quanto os sofridos por ela, em virtude dos autassédios e dos heterassédios cometidos.

4. **Interprisão:** tendência ao estabelecimento de relações interconscienciais conflituosas. Esses tipos de relacionamentos tendem a manter processos de interprisão grupocármica ou, em certos casos, promover novas.

5. **Isolacionismo:** afastamento das companhias, em especial as evolutivas.

6. **Loc externo:** paradoxalmente, em virtude da tendência à comparação ou competição com os demais, a pessoa arrogante torna-se bastante dependente da opinião alheia para manter o próprio equilíbrio, ficando facilmente vulnerável às influências externas.

Sofrimento. Além das consequências listadas anteriormente, a manifestação e manutenção do *trafar* da arrogância em geral causa sofrimento tanto à consciência arrogante quanto aos conviventes.

2.1. Mecanismo de funcionamento da arrogância.

Parafisiopatologia. Com esta fase da autoconsciencioterapia, a seguinte hipótese do mecanismo pessoal de funcionamento parafisiopatológico da arrogância foi levantada e está apresentada, com breve explicação, no esquema da figura 1:

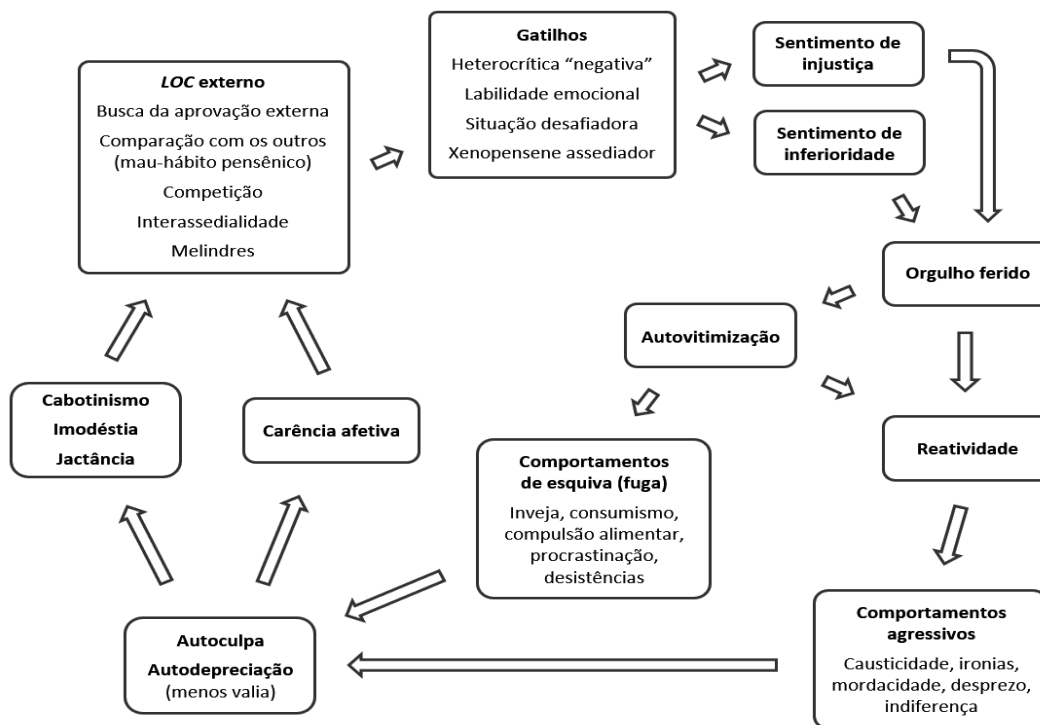


FIGURA 1. MECANISMO PARAFISIOPATOLÓGICO PESSOAL DA ARROGÂNCIA.

Gatilhos. Este autor identificou pelo menos 4 *gatilhos*, ou eventos deflagradores, desse mecanismo, listados a seguir em ordem alfabética:

1. **Heterocríticas.** A ocorrência de heterocríticas interpretadas de negativas ou injustas para si.
2. **Desafios.** A vivência de situações desafiadoras, não raro novas ou inéditas.
3. **Heterassedialidade.** A intercorrência de xenopensenidade assediadora, acolhida em função dos autassédios.
4. **Humor.** Alterações de humor (labilidade emocional), não raro causadas por processos somáticos (alterações hormonais ou bioquímicas).

Sentimentos. A depender do *gatilho*, sentimentos de injustiça ou de inferioridade tendiam a ser mobilizados, ao modo dos exemplos 1 e 3 respectivamente

Ferido. Independentemente do sentimento mobilizado, a tendência era ficar com o *orgulho ferido*, desencadeando processos ora autovitimizatórios, ora reativos. Porém, mesmo ocorrendo a autovitimização, em alguns casos reagia com agressividade (belicopensenidade) com o objetivo de contrapor a postura de vítima e sentir-se melhor.

Esquiva. No fluxo da autovitimização, era comum a manifestação de comportamentos de esquiva, ou fuga, por exemplo: inveja dos méritos ou conquistas dos outros, consumismo, compulsão alimentar, procrastinação ou desistência de compromissos.

Reatividade. No veio da reatividade, a tendência era manifestar comportamentos agressivos, entre eles: comentários e críticas cáusticas, espicaçantes, mordazes; posturas de desprezo, indiferença e altivez.

Disfuncional. Tanto os comportamentos de esquiva quanto os agressivos eram – e em alguns momentos ainda são – utilizados ao modo de *estratégia disfuncional de autenfrentamento* da autodepreciação, a qual, com base neste processo autoconsciencioterápico, seria um dos elementos basilares da manifestação recorrente da arrogância.

Autoculpa. Porém, ambos os comportamentos, apesar de trazerem certo conforto momentâneo (pseudoganho), no curtíssimo prazo causavam autoculpa e retroalimentavam a autodesvalorização, ampliando e perpetuando o ciclo vicioso de manutenção e potencialização da menos valia pessoal.

Consequências. Averiguou-se, a partir dos processos de autoculpa e autodepreciação, sobrevirem, em geral, duas consequências: a carência afetiva, em função da dificuldade em suprir-se das próprias necessidades de afeto saudável; e o surgimento de atitudes de cabotinismo, imodéstia ou de jactância, visando contrapor o sentimento de menos valia pessoal.

Externo. Tanto a carência afetiva quanto o cabotinismo direcionavam este autopesquisador para a busca da aprovação ou validação do outro, e alimentavam a tendência à comparação e à competição com os demais, à interassedialidade e ao surgimento de melindres, manifestações típicas da consciência cujo *locus* de controle é predominantemente externo.

Ciclo. O mecanismo supracitado tende a manter-se ou autoperpetuar-se, ao modo de ciclo patológico, enquanto a consciência não empreender os movimentos íntimos e efetivos de autorreciclagem.

Especificidades. O mecanismo da arrogância apresentado na figura 1, é importante explicitar, está embasado nas especificidades deste autor: holobiografia, temperamento e traços conscienciais pessoais. Caso o leitor tenha interesse em conhecer outros modos de manifestação da arrogância, sugere-se o estudo do artigo *Autossuperação da arrogância por meio da assistência inegoica* (Lara, 2019, p. 56 a 68).

III. AUTENFRENTAMENTO DA ARROGÂNCIA

Descensão. O autenfrentamento da arrogância passa, entre outros movimentos conscienciais, pela *descensão cosmoética*, cuja definição é:

(...) o ato, processo ou efeito da descida paradoxal da conscin dos pináculos humanos das condições ímprobos ou anticosmoéticas, evidentemente do egoísmo e do orgulho, para alcançar a ascensão evolutiva do altruísmo e da fraternidade vivida no caminho da evolução consciencial (Vieira, 2018, p. 8.232).

Ações. A autodescensão cosmoética pode ser alcançada por meio da realização conjunta de 4 ações, listadas na ordem alfabética:

3.1. Etologia.

Ação. Com aplicação da *técnica da ação pelas pequenas coisas*⁶, criar pequenas atitudes visando ao enfrentamento da arrogância.

Listagem. A conscin autoconsciencioterapeuta pode, por exemplo, listar os comportamentos pessoais relacionados à arrogância e formular atitudes homeostáticas relativas tanto ao enfrentamento do tráfego quanto ao desenvolvimento da benignidade.

Cosmoética. A *técnica do código pessoal de Cosmoética (CPC)*⁷ e a *técnica da qualificação da intenção*⁵ podem ser recursos bastante úteis no enfrentamento do componente etológico da manifestação do tráfego da arrogância.

Exemplos. Eis 3 exemplos de ações pelas pequenas coisas, em ordem alfabética na tabela 1, tendo em vista a enumeração dos 16 comportamentos arrogantes apresentada na seção anterior:

TABELA 1. EXEMPLO DE APLICAÇÃO DA TÉCNICA DA AÇÃO PELAS PEQUENAS COISAS.

No.	Tema	Ação arrogante	Ação de enfrentamento
1	Causticidade	Usar <i>alfinetadas</i> , ironias, indiretas e críticas mordazes nas interloquções.	Cessar o uso de termos, expressões e trejeitos agressivos ou desdenhadores.
2	Correção	Corrigir os erros verbais e escritos dos demais sem ser solicitado.	Promover a correção de erros verbais e escritos apenas em contextos reconhecidamente interassistenciais.
3	Interlocução	Interromper o discurso dos interlocutores.	Escutar as pessoas sem as interromper.

Acompanhamento. O *follow-up* da implementação dessa técnica forneceu indicadores de superação da arrogância. Pode ser utilizada, para este acompanhamento, a *técnica do diário autoconsciencioterápico*⁵.

3.2. Heteroconsciencioterapia.

Evoluciente. Engajar-se no processo de heteroconsciencioterapia, com o objetivo de aprofundar a autocognição acerca dos aspectos etiológicos e etológicos da arrogância e promover o desassédio necessário ao enfrentamento desse tráfego, com o apoio dos consciencioterapeutas e paraconsciencioterapeutas.

Ajuste. Por meio dessa heterajuda, quando estava de fato engajado no processo de reciclagem íntima, tornou-se possível a descensão cosmoética pessoal, a partir do ajuste realista do autoconceito e da autoimagem *inflados*, idealizados.

⁶ (DTC, 2021)

⁷ Vieira (2018, p. 5.877-5.882).

3.3. Interassistencialidade.

Foco. Promover a mudança de foco do cultivo ou da defesa do próprio egão para a interassistência cosmoética, inegoica (Lara, 2019, p. 56 e 57).

Genuína. De acordo com Vieira (2018, p. 1.899), a *assistência inegoica* é a “condição ou estado característico da consciência lúcida, portadora de notável nível teático de inteligência evolutiva (IE), capaz de exercer e exemplificar a interassistencialidade genuína, policármica, renunciando a si mesma, à própria pessoa ou ao egão”.

Autoprescrição. O exercício da interassistência mostrou-se autoprescrição eficaz para a autocura da arrogância: pela experiência pessoal, o contato cada vez mais frequente e aprofundado com as necessidades alheias tende a desenvolver, na consciência predisposta às autorreciclagens, o gosto pela heterassistência, à frente dos próprios apelos – egoicos –, deixando de lado a suposta condição de superioridade perante os demais. Consegue-se, com isto, promover o enfrentamento dos trafores em questão e o ascendimento da benignidade e de outros trafores. “A **tarefa interassistencial** é a Holofarmacopeia” (Vieira, 2014, p. 796).

3.4. Paraxioterapia.

Valores. Autorreciclagens mais profundas inevitavelmente passam pela mudança de valores pessoais. Por exemplo: a arrogância em geral está alinhada a valores anacrônicos relacionados ao uso anticosmoético do dinheiro, poder, prestígio, *status* e saber.

Autorrenovação. Visando à autorrenovação axiológica, a consciência arrogante pode, por exemplo, realizar ações com objetivo de substituir, de modo deliberado, o valor do *dinheiro* pelo da *interassistência*, aplicando recursos financeiros de modo anônimo em projetos tarísticos. Ou, ainda, qualificar o valor do *conhecimento*, antes utilizado ao modo de ferramenta de poder ou autopromoção, para uso no *esclarecimento desinteressado* dos demais.

Turning point. Para este autor, 4 aspectos foram de suma importância, na fase de autenfrentamento, para o início da superação da arrogância, listados a seguir em ordem cronológica:

1. **Autopesquisa.** A ampliação da autocognição quanto à existência dos autotrafores, obtida por meio de autopesquisa exaustiva, possibilitando a aferição mais clara das potencialidades pessoais e, a partir disto, a descoberta de em qual *locus* interassistencial poderiam ser melhor utilizadas, com base na *lei do maior esforço evolutivo*.

2. **Interassistência.** O direcionamento lúcido e deliberado dos autotrafores em ações interassistenciais contínuas, no voluntariado conscienciológico, nas atividades profissionais e nos contextos grupocármicos familiares. O *rastro positivo*, em virtude da interassistência, fortaleceu o autoconceito, ampliando o senso de autobenignidade.

3. **Autaceitação.** O desenvolvimento da pacificação íntima, no tocante à própria realidade intraconsciencial e *holobiográfica* (especialmente envolvendo os erros cometi-

dos no passado, desta e de outras vidas), da autestima, decorrente da autopesquisa e aplicação dos autotrafes, e a constatação dos resultados práticos de tudo isso (o saldo interassistencial em franca expansão) auxiliaram sobremaneira no alcance de maior autaceitação.

4. **Autodesassédio.** O posicionamento de *não se permitir mais pensar mal de si próprio* (autodesassédio), a partir da autoobservação de a manutenção da pensenidade autodepreciativa ser importante base de retroalimentação do ciclo ou mecanismo da arrogância pessoal, ocasionando rebaixamento de humor e abrindo *brechas* para heterassédios. Estando mais cômico e atento em relação a esse processo, desenvolveu atitude profilática de sobrepassamento e refratariedade diante dessa patopensenidade, não embarcando mais no fluxo do auto e do heterassédio, resultando na redução da necessidade de *arrogar-se* perante os demais.

IV. DIFICULDADES NA ETAPA DO AUTENFRENTAMENTO.

Dificultadores. No processo autoconsciencioterápico da arrogância, este autor observou a existência de 5 dificultadores principais, listados a seguir em ordem alfabética:

1. **Autengano.** A existência do *pensamento mágico* a respeito de o simples fato de reconhecer a existência do tráfegar e realizar algumas poucas modificações seriam suficientes para promover a autossuperação dele, levando à superficialidade do autenfrentamento.

2. **Dispersão.** A manifestação do tráfegar da dispersão, prejudicando o processo autoconsciencioterápico com lapsos de continuidade.

3. **Recaídas.** A ocorrência de recaídas, caracterizadas pelo retorno ao modo de funcionamento arrogante em certos momentos, demonstrando a necessidade de maior esforço pessoal e vontade para consolidar neossinapses reciclogênicas. Nesse sentido, a conscin com tendência à autodesvalorização precisa aprender a sobrepassar e a desdramatizar as reincidências (medida profilática para não desistir do processo autocurativo), porém promovendo os enfrentamentos necessários para não se repetirem indefinidamente.

4. **Superficialidade.** A tendência aos autodiagnósticos superficiais, acreditando, por exemplo, na superação suficiente da arrogância, porém tendo evidenciada a necessidade de novas abordagens de enfrentamento do tráfegar em momentos distintos. Essa dificuldade possui relação estreita com o autengano, item 1 desta enumeração.

5. **Sutilezas.** A desatenção às sutilezas da automanifestação arrogante, sendo, de certo modo, consequência da superficialidade nas abordagens autopesquisísticas.

Feedback. Com o passar do tempo e o investimento na autopesquisa, este autor foi conseguindo enfrentar as manifestações grosseiras da arrogância, porém as mais sutis passaram despercebidas, em função da existência de pontos cegos na autopercepção.

Estar aberto aos *feedbacks* tem sido essencial para a ampliação da autocognição quanto às sutilezas da automanifestação arrogante.

V. AUTOSSUPERAÇÃO: INDICADORES DE AUTOCURA RELATIVA DA ARROGÂNCIA

Processo. Conforme abordado no início do artigo, este autor se encontra em processo de enfrentamento da arrogância, objetivando, com isto, tornar-se consciência mais benigna e interassistencial.

Indicadores. Porém, apesar de encontrar-se na fase de autenfrentamento do ciclo autoconsciencioterápico, já percebeu e obteve devolutivas a respeito de ocorrências de indicadores de autocura relativa do tráfego da arrogância e de desenvolvimento da benignidade.

Técnica. Fundamentado na aplicação da *técnica dos indicadores de autossuperação* (DTC, on-line), 12 deles foram elencados, a seguir em ordem alfabética:

01. **Abertismo.** Maior abertura para acolher heterocríticas sem reagir, independentemente da forma, tirando proveito do conteúdo.

02. **Benevolência.** Ampliação da benevolência, a partir da redução significativa de pensenizações cáusticas e críticas mordazes, tanto direcionadas a si mesmo quanto aos demais.

03. **Compreensão.** Desenvolvimento da auto e da intercompreensão e, por meio destas, incremento da capacidade empática.

04. **Cooperatividade.** Aumento da cooperação em todas as áreas de manifestação consciencial, a partir da diminuição da competitividade e da autoconscientização sobre a importância da cooperatividade para a evolução grupal.

05. **Escuta.** Atenuação do hábito de interromper a fala dos interlocutores, somada ao aumento da capacidade de escuta dos demais.

06. **Firmeza.** Ocorrência mais frequente de posicionamentos firmes e interassistenciais, sobrepondo-se em número aos surtos de belicopensenidade.

07. **Gentileza.** Alcance de conduta pessoal com predominância do trato gentil com os conviventes, independentemente do contexto.

08. **Interassistência.** Maior disponibilização de tempo em ações visando à interassistência ou à qualificação desta.

09. **Refratariedade.** Alcance de maior refratariedade (redução da reatividade) diante das reações agressivas de terceiros.

10. **Revisão.** Redução significativa do hábito de corrigir os outros e redirecionamento da utilização dos traços pessoais para a revisão e o aprimoramento de conteúdos utilizados em contextos interassistenciais.

11. **Transparência.** Maior transparência nos contatos interconscienciais, a partir da exposição mais natural dos incômodos e das ideias pessoais.

12. **Traforismo.** Aumento da visão traforista, pessoal e em relação às outras consciências, seguido do interesse em auxiliar outras conscins a (re)conhecerem e a utilizarem os próprios trafores.

CONCLUSÃO

Dificultador. A arrogância é trafar dificultador da qualificação das interrelações e da convivialidade sadia, aspectos importantes no estabelecimento de conexões pró-evolutivas, em qualquer contexto multidimensional.

Rapport. No escopo da prática consciencioterápica, esse trafar pode dificultar ou mesmo inviabilizar a criação do *rapport* entre consciencioterapeutas e destes com a equipex, e entre consciencioterapeutas e evolucientes.

Autesforços. Em processo de autossuperação da arrogância, este autor compreendeu a importância da manutenção dos autesforços reciclogênicos e da qualificação interassistencial.

Estratégias. Reforçou a dedicação em pelo menos 5 estratégias de autenfrentamento:

1. Abertismo aos *feedbacks* e heterocríticas;
2. Vigilância e acompanhamento para impedir recaídas;
3. Intensificação do trabalho com as energias conscienciais (ECs), melhorando a homeostase holossomática e ampliando a autodefesa nos contextos interassistenciais mais complexos;
4. Desenvolvimento de mecanismos profiláticos e inibidores da arrogância pessoal;
5. Investimento nos traços faltantes em contraposição homeostática à arrogância, especialmente o acolhimento interassistencial, a benignidade, a empatia, a escuta atenta, o fraternismo, a generosidade, a intercompreensão e a moderação.

Interassistência. A principal via para o desenvolvimento dos referidos trafais tem-se revelado ser pela realização de ações interassistenciais, em todos os contextos da vida multidimensional pessoal.

Processo. Neste artigo, buscou-se expor o processo de autenfrentamento da arrogância, correlacionando-o às quatro etapas do ciclo autoconsciencioterápico. Tem, portanto, caráter mais particular e circunscrito à experiência pessoal. Porém, a exposição cosmoética das autovivências, assim entende-se, pode servir de exemplo para outras conscins com o mesmo traço a superar.

Autexperimentação. Por experiência pessoal, mostra-se fundamental promover a autoinvestigação do traço, levando em consideração as especificidades pessoais; definir os autodiagnósticos, com base na análise mais aprofundada dos fatos e parafatos; desenvolver e implementar ações (autoprescrições) de autenfrentamento, acompanhando os progressos obtidos.

Heteroconsciencioterapia. Este autor percebeu, ao sentir-se dando voltas, sem observar progresso aparente, ou perceber estagnação no tocante ao enfrentamento deste ou de outros traços, não ter sido demérito, sinal de fraqueza ou inferioridade buscar auxílio externo, por meio da heteroconsciencioterapia.

BIBLIOGRAFIA ESPECÍFICA

01. **Dantas, Álvarez;** *Descensão cosmoética a partir da autodisponibilidade interassistencial*; artigo; *Revista de Parapedagogia*; Ano 3; N.3; 1 E-mail; 9 enus.; 1 microbiografia; 2 técnicas; 8 refs.; *Associação Internacional de Parapedagogia e Reeducação Conscencial* (Reaprendentia); Foz do Iguaçu, PR; Outubro, 2013; páginas 77 a 86.

02. **Haymann, Maximiliano;** *Autoconsciencioterapia das Predisposições à Beliciedade Autodefensiva*; Artigo; *Conscientiotherapia*; Revista; Anuário; Ano 4; N. 4; Seção: *Autoconsciencioterapia*; 1 E-mail; 21 enus.; 1 microbiografia; 8 técnicas; 10 refs.; *Organização Internacional de Consciencioterapia* (OIC); Foz do Iguaçu, PR; Setembro, 2015; páginas 17 a 32.

03. **Houaiss, Antônio; Villar, Mauro de Salles;** *Dicionário eletrônico Houaiss da língua portuguesa 3.0*; Rio de Janeiro, RJ; *Objetiva*; 2009. CD-ROM.

04. **Junqueira, Lília;** *Arrogância*; verbete; In: **Vieira, Waldo;** Org.; *Enciclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 3; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2018; ISBN 978-5-8477-118-9; páginas 1.712 a 1.716.

05. **Lara, Gabriel;** *Autossuperação da Arrogância por meio da Assistência Inegoica*; Artigo; *Conscientiotherapia*; Revista; Anuário; Edição Especial; Ano 8; N. 8; Seção: *Autoconsciencioterapia*; 1 E-mail; 12 enus.; 1 microbiografia; 4 técnicas; 14 refs.; 7 webgrafias; *Organização Internacional de Consciencioterapia* (OIC); Foz do Iguaçu, PR; Abril, 2019; páginas 56 a 68.

06. **Lopes, Adriana;** *Orgulho Teimoso*; verbete; In: **Vieira, Waldo;** Org.; *Enciclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 20; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2018; ISBN 978-5-8477-118-9; páginas 16.100 a 16.104.

07. **Sacconi, Luiz Antonio;** *Grande Dicionário Sacconi da Língua Portuguesa: Comentado, Crítico e Enciclopédico*; coord. Márcio Teixeira; 2.088 p.; 229 abrevs.; 1 CD-ROM; 1 esquema; glos. 83.520 termos; 28,5 x 21 x 5,5 cm; enc.; *Editora Nova Geração*; São Paulo, SP; 2010.

08. **Steiner, Alexander;** *Orgulho: Agente Dificultador da Auto-Evolução: Do Húbris à Sofrósina*; TCC; *Trabalho de Conclusão do Curso para Formação de Consciencioterapeutas*; 3 enus.; 1 esquema; 1 questionário; 4 tabs.; 1 filme; 11 refs.; 6 webgrafias; *Organização Internacional de Consciencioterapia* (OIC); Foz do Iguaçu, PR; Dezembro, 2011; páginas 130 a 133.

09. **Vieira, Waldo;** *Assistência Inegoica; Benignidade; Código Pessoal de Cosmoética; Descensão Cosmoética*; verbetes; In: **Vieira, Waldo;** Org.; *Enciclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vols. 4, 7, 11 e 19; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 E-mails; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 websites; 670

filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2018; ISBN 978-5-8477-118-9; páginas 1.899 a 1.903, 4.703 a 4.707, 5.877 a 5.882 e 8.232 a 8.234.

10. **Idem; *Léxico de Ortopensatas***; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 2 Vols.; 1.800p.; Vols. 1 e 2; 1 *blog*; 652 conceitos analógicos; 22 *E-mails*; 19 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 17 fotos; glos. 6.476 termos; 1.811 megapensenes trivocabulares; 1 microbiografia; 20.800 ortopensatas; 2 tabs.; 120 técnicas lexicográficas; 19 *websites*; 28,5 x 22 x 10 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2014; páginas 118 e 796.

WEBGRAFIA ESPECÍFICA

1. **Associação Internacional de Conscienciométrica Interassistencial (CONSCIUS)**; *Técnicas*; disponível em <<https://conscius.org.br/tecnicas/>>; acesso em 28 de novembro de 2021; 12h00.

2. **Aulete**, Francisco J. Caldas; **Valente**, António Lopes dos Santos; **Dicionário Aulete**; disponível em <<http://www.aulete.com.br/>>; acesso em 07.11.2021; 10h00.

3. **Dicionário Terminológico de Consciencioterapeuticologia (DTC) on-line**; *Organização Internacional de Consciencioterapia* (OIC), entradas “*Mordacidade*”, “*Técnica da Análise Projeciaterápica*”, “*Técnica da Autobiografia Consciencial Temática*”, “*Técnica da Neoconcepção Autoconsciencial*”, “*Técnica do Diário Autoconsciencioterápico*”, “*Técnica do Enfrentamento do Malestar*”, “*Técnica do estudo autoconsciencioterápico*”, “*Técnica dos indicadores de autossuperação*”; disponível em <<http://www.oic.org.br/dicionario-de-consciencioterapia>>; acesso em 11.11.2021; 13h00.