



ADAPTABILIDADE MIGRATÓRIA INTERNACIONAL: DA ADAPTAÇÃO AO NEOAMBIENTE À EVOLUÇÃO CONSCIENCIAL

Viviane Passos Gomes

Resumo: Este trabalho objetiva fazer ampliação interparadigmática do tema da adaptabilidade migratória internacional, dando ênfase tanto à abordagem psicossocial como iniciando algumas reflexões no âmbito do paradigma consciencial. A metodologia baseia-se na revisão bibliográfica da matéria na área acadêmica psicossocial convencional e reflexão quanto às premissas estabelecidas pela Conscienciologia. Também foram feitas algumas ponderações em relação aos resultados dos questionários aplicados a uma amostra de 40 brasileiros residentes na Europa que conhecem e/ou estudam o paradigma consciencial. Conclui-se que a conscin lúcida migrante tem oportunidade pioneira, cosmoética e evolutiva de desenvolver o megatrafor da adaptabilidade, a fim de estar mais preparada para assumir as demandas assistenciais desta existência, do próximo curso intermissivo e das próximas ressomas.

INTRODUÇÃO

Proposta. Este artigo aborda questões atinentes à adaptabilidade migratória internacional, dando ênfase aos fatores que interferem na adaptabilidade da conscin no país receptor, promovendo a ampliação deste estudo sob o viés do paradigma consciencial e trazendo à baila a análise de alguns aspectos conscienciais como prováveis indicadores da evolução consciencial do imigrante internacional.

Incipiência. Se por um lado, o fluxo migratório internacional tem sido bastante debatido tanto no âmbito dos organismos internacionais como no âmbito acadêmico convencional em suas diversas áreas de conhecimento, por outro, não se pode dizer que haja um consenso, principalmente quanto às motivações para migração e quanto aos fatores que interferem e demonstram a adaptabilidade do imigrante internacional. Sob a ótica da *Evoluciologia*, o estudo da adaptabilidade migratória como propulsora da evolução consciencial ainda é incipiente, daí a pretensão deste artigo em lançar algumas contribuições sobre essa temática com intuito de fomentar as bases para ampliação e reformulações deste debate no escopo do paradigma consciencial.



Contexto. A migração¹ é um fenômeno social, global e universal, o qual advém da propensão humana à mudança e à busca por novos ambientes, manifesta desde a antiguidade até os dias atuais, e que influencia nas distribuições e redistribuições populacionais no Planeta ao longo da História. Particularmente, nos últimos 50 anos, o processo da globalização foi acelerado, resultando em uma movimentação intensa de grupos e indivíduos transitando pelo mundo inteiro.

Processo. O termo migração deriva do latim *migrare*, ou seja, passar de um local para outro. No entanto, é importante destacar que o deslocamento espacial dos indivíduos – seja de saída (emigração) ou de entrada (imigração) em outro espaço físico – é apenas um aspecto deste processo. O processo migratório é mais amplo, pois trata-se de “processo complexo e contraditório, de uma experiência de perda, ruptura e mudança” (Coutinho e Oliveira, 2010), que geralmente implica reformulação psicossocial do indivíduo.

Adaptabilidade. Essa reformulação do indivíduo pode ser sentida em maior ou menor grau de dificuldade, de acordo com a maturidade e a capacidade de adaptação. Além disso, esse grau de adaptabilidade do imigrante é influenciado tanto pelos fatores que motivaram a sua saída do país de origem como também as condições de acolhimento que ele encontra no país receptor.²

Tipologia. Concernente à *Evolucilogia*, eis dois âmbitos de estudo que a conscin, homem ou mulher, pode aprofundar para entender seu nível de adaptabilidade migratória internacional:

1. **Análise do processo de migração no intrafísico:** os parâmetros do cotidiano da vida humana que refletem a qualidade de adaptação desenvolvida pela conscin no país estrangeiro escolhido como nova residência ou domicílio.

2. **Análise do processo de migração segundo o paradigma consciencial:** a análise de aspectos conscienciais (tais como a proéxis, a seriéxis, a reurbex, a assistência, assim como a tridotação e holofilosofia consciencial) como alguns dos prováveis indicadores da evolução consciencial do imigrante internacional.

Objetivos. Este trabalho tem o objetivo principal de fazer a ampliação interparadigmática da adaptabilidade migratória internacional, passando pela abordagem psicossocial da adaptação ao neoambiente intraconsciencial e expandindo para a abordagem consciencial, trazendo alguns parâmetros e aspectos como prováveis indicadores de adaptabilidade e também indicando algumas ações estimuladoras da adaptabilidade com vistas à evolução consciencial.

1 Segundo a OIM (2008, Glossário) a migração é definida como “um processo de mudança, quer em uma fronteira internacional, quer dentro de um Estado. Um movimento populacional, abrangendo qualquer tipo de movimento de pessoas, qualquer que seja seu comprimento, composição e causas; inclui a migração de refugiados, pessoas deslocadas, pessoas desenraizadas e migrantes econômicos.”

2 Conforme pondera Ramos (2004, p. 257), “o processo migratório envolve rupturas espaciais e temporais, nomeadamente mudanças psicológicas, físicas, biológicas, sociais, culturais, familiares, políticas implicando a adaptação psicológica”.

Motivação. Este estudo nasceu da necessidade de superar os travões sentidos no processo de adaptação vivido pela autora ao longo dos 10 anos em que vive fora do país de origem (Brasil). Com isso, outras motivações foram surgindo a partir do início da pesquisa:

1. **Labcon.** A ideia de compartilhar o labcon pessoal adquirido nesses anos vividos em 5 países diferentes – Portugal, Espanha, França, Noruega e Suécia - levando em consideração que em cada país, a autora passou por uma série de contrafluxos, pedágios e/ou até gargalos bem específicos que a levaram a maior reflexão do tema.

2. **Recins.** O estudo, a reflexão e as novas abordagens sobre esse processo de adaptabilidade podem ajudar na auto e hetero superação de traumas e aquisição de traumas. Dessa maneira, a autora tem a pretensão de debater o tema no sentido de fortalecer ou ampliar os parâmetros de autodiagnóstico, promover reflexões e recins, individuais e grupais, e, no futuro, ampliar ainda mais o estudo sob diferentes perspectivas.

3. **Técnicas.** Uma das propostas é oferecer uma série de dicas e/ou técnicas para superar os gargalos mais recorrentes desse processo de adaptabilidade, auxiliando a evolução consciencial individual e grupal dos atuais imigrantes internacionais, e também a de outras consciências que pretendem enfrentar esse desafio no futuro.

Metodologia. A metodologia aplicada nesta pesquisa consistiu na revisão bibliográfica da matéria na área acadêmica psicossocial convencional e na reflexão sobre a conexão do tema com as premissas estabelecidas pela *Conscienciologia*, no intuito de apresentar esta proposta de ampliação paradigmática. Para tanto, também foram feitas algumas ponderações quanto aos resultados dos questionários aplicados a amostra de 40 brasileiros residentes na Europa que conhecem e/ou estudam o paradigma consciencial.

Estruturação. Para abordar essa questão, o estudo interparadigmático tem a seguinte ordem de apresentação:

1. **Abordagem psicossocial da migração: dos fatores motivadores à migração aos indicadores de adaptabilidade.** Neste tópico serão, brevemente, relatadas as principais motivações para deixar o país de origem e a escolha do novo país receptor, assim como a influência de alguns fatores na adaptabilidade do imigrante internacional.

2. **Abordagem consciencial da migração: da reflexão ao diagnóstico quanto à evolução consciencial.** Neste item, a título de proposta inicial serão listados possíveis indicadores que avaliam como a migração pode influenciar na evolução consciencial do imigrante internacional.

3. **Ponderações sobre a adaptabilidade migratória de brasileiros residentes na Europa.** Nesta última parte, serão expostos os resultados da pesquisa feita

a partir da autoavaliação com amostra de 40 conscins que conhecem e/ou estudam o paradigma consciencial, na tentativa de retratar quais são os aspectos mais fáceis de superar, assim como os mais desafiadores na adaptabilidade migratória internacional, considerando os parâmetros escolhidos para estudo, quanto à intrafiscalidade e ao paradigma consciencial.

1. ABORDAGEM PSICOSSOCIAL DA MIGRAÇÃO: DOS FATORES MOTIVADORES À MIGRAÇÃO AOS INDICADORES DE ADAPTABILIDADE

1.1. Principais fatores motivadores da migração

Mudança. Os fatores que motivam a migração variam muito de uma pessoa para outra e, muitas vezes, é necessário que haja uma combinação de vários fatores para encorajar uma pessoa a buscar outro país para viver. Talvez um sentimento em comum entre os imigrantes internacionais seja a necessidade de mudança, principalmente quando o indivíduo está insatisfeito com alguma área da sua vida.

Evolução. Rodrigues et al (2007) ponderam que essa necessidade de mudança faz parte da natureza humana e favorece o desenvolvimento da interação do homem com o meio ambiente, pois “percorrendo os registros históricos da humanidade, verifica-se que os fenômenos migratórios, no período pré-histórico, contribuíram para a evolução da espécie humana, através da capacidade de adaptação a diferentes ambientes.”³

Motivadores. Se por um lado, o movimento internacional está se tornando mais viável, em parte graças à revolução digital, à tecnologia de redução de distância e a reduções nos custos de viagem, por outro lado, existem situações subjacentes nos países de origem que também impulsionam a emigração, tais como: crises econômicas, desigualdades sociais, falta de infraestrutura urbana, superpopulações, violência, conflitos, perseguições políticas, desastres e alterações climáticas.

Multifatores. Dentre os fatores considerados pelos indivíduos ao migrarem, pode-se citar a simples busca por novas experiências ou, mais concretamente, a busca por melhores condições de trabalho, por uma experiência intercultural incluindo o aprendizado de um novo idioma e/ou de maior nível de escolaridade e, aliado a isso, agrega melhores condições de moradia e de serviços públicos (segurança, saúde, educação, transportes e tecnologias). Ao refletir sobre esses fatores

3 Neste sentido Moran (2007, p. 4 e p.6, tradução nossa) explica: “A espécie humana é generalizada e ajusta-se a novas circunstâncias por meios fisiológicos e sociais e/ou culturais e, ao fazê-lo, transforma o ambiente. (...) O estudo da adaptabilidade humana tende a enfatizar a plasticidade da resposta humana a qualquer ambiente. Ele se concentra em como as populações humanas, como interagem umas com as outras e com seu ambiente, tentam se acomodar a problemas ambientais específicos, mudam o ambiente para torná-lo mais utilizável e, por sua vez, como estas mudanças por essas dinâmicas são recíprocas.”

o imigrante tem possibilidade de avaliar o custo-benefício socioeconômico da sua experiência migratória, o que significa, por sua vez, julgar se alcançou o que entende por qualidade de vida.

Principais. No entanto, considerando a maioria dos estudos existentes quanto aos fatores motivadores, centraremos em duas causas como impulsionadoras do fenômeno migratório: as de ordem econômica e/ou a busca por melhor qualidade de vida (ordem psicossocial), na qual pode ou não estar incluída a melhoria das condições de trabalho, conforme a seguir.

1. **Econômica.** Com relação aos fatores motivadores da migração relacionados às questões econômicas, Franken et al (2009) pontuam que o aumento quantitativo das migrações nos últimos anos ocorre em um movimento de populações das regiões desfavorecidas para as mais industrializadas, o que denota que os altos níveis de desemprego e pobreza instigam nas populações dessas regiões o desejo de procurar melhor sorte em outras regiões mais ricas do globo, onde possam buscar as melhores condições de trabalho ou, ao menos, melhores salários.⁴

2. **Psicossocial.** Com relação ao conceito de qualidade de vida, pode-se afirmar que apesar de ser bastante discutido dentro do meio acadêmico da Psicossociologia, ainda existe uma dificuldade de definição e, segundo Franken et al (2009), o significado desse conceito pode variar de uma cultura para outra, de um indivíduo para outro, conforme o momento. Além disso, é muito mais amplo, pois envolve muitas variáveis de ordem objetiva e subjetiva⁵, sendo o fator econômico um dos pontos que influem na qualidade de vida, mas para muitos indivíduos não é o único, nem o mais importante.

Redefinições. Também é muito natural que a motivação inicial para migrar se altere, mudando os planos do imigrante com relação ao tempo de permanência no país receptor. Por exemplo, muitas vezes o emigrante brasileiro sai do país assumindo sua característica de migrante econômico e chega no país receptor com intenção de trabalhar um elevado número de horas para acumular recursos e retornar ao país de origem. Contudo, com o passar dos anos, principalmente depois do imigrante já considerar seu processo de adaptação em nível mais avançado, ele se dá conta de que acabou ficando além do tempo previsto e o plano de

4 O Brasil é um exemplo desta realidade na medida em que o somatório dos imigrantes em regiões desenvolvidas como a América do Norte, Europa e Japão, representa 77% de toda emigração brasileira (MRE, 2016).

5 Por sua vez a qualidade de vida geralmente inclui fatores que podem ser: a. Objetivos. Relativo às condições sociodemográficas (estado civil, idade, sexo, renda, etnia) em que vive o indivíduo, assim como a saúde física e mental, a integração social, a moradia, o tempo livre, o lazer, a educação, o ambiente, as relações interpessoais e a sensação de bem-estar. b. Subjetivos. Por outro lado, esta sensação de ter qualidade de vida depende da autoavaliação dos indivíduos quanto a estes fatores objetivos, ou seja, na explicação de Franken et. al. (2009) trata-se de “uma combinação de processos subjetivos próprios de cada indivíduo, isto é, as estruturas internas da pessoa ajudam a construir a forma como são percebidos e internalizados os eventos externos, o que reflete na autoavaliação do seu estado de bem-estar e da sua qualidade de vida.” Para a Organização Mundial de Saúde – OMS (2002), a qualidade de vida é um conceito holístico que reúne o conjunto de recursos sociais, individuais e físicos necessários ao indivíduo para a realização dos seus objetivos e aspirações, bem como para a satisfação das suas necessidades em diferentes níveis.

voltar vai ficando mais para futuro ou mesmo foi abandonado, principalmente porque o acesso a bens e serviços públicos e privados de boa qualidade, sua integração social e outras vantagens percebidas geram a percepção de bem-estar ou mais precisamente da “qualidade de vida”, e voltar para o país de origem significaria abdicar disso. Nesse sentido, segundo o estudo de Franken et al (2009, p. 814) “os projetos migratórios representados pelo tripé discursivo inicial “trabalhar/acumular/retornar”, assim como os estilos de vida desses migrantes, sofrem mudanças e redefinições durante o tempo de estadia na sociedade receptora”.

1.2. Etapas da migração internacional

Caminhos. Independente da motivação do imigrante internacional para sair do seu país de origem, ele passará a trilhar uma série de caminhos para chegar e permanecer no país de destino escolhido. Assim, consciente das várias consequências que advirão da sua decisão migratória, o imigrante internacional precisa calçar a resolução de pendências e organização de várias áreas de sua vida antes de sair do país, a organização do processo de deslocamento e de chegada, a adoção de estratégias para encontrar nova moradia e trabalho, até a adaptação às peculiaridades do país receptor, a integração no convívio com pessoas de outra cultura, e todas as outras perspectivas em relação ao futuro no país estrangeiro.

Classificação. Com efeito, a migração internacional ocorre em várias etapas. Ainda que existam inúmeras publicações detalhando essas etapas de adaptabilidade cada qual à sua maneira, neste estudo inicial importa chamar atenção para uma classificação mais simplista e resumida. Conforme a *Organizaciologia*, eis, por exemplo, listadas em ordem funcional, 3 possíveis etapas no processo adaptativo ao país de destino:

1. **Preparatória:** a escolha e o estudo sobre a geopolítica; as viagens turísticas ao local de destino antes da imigração efetiva; a análise das possibilidades de adaptação; a organização dos documentos exigidos; a sondagem de moradia e de trabalho; a identificação e resolução das interprisões grupocármicas no país de origem.

2. **Adaptação inicial:** os primeiros meses buscando superar o estresse da mudança de domicílio; o domínio do idioma; a aptidão gradativa ao novo holopense sem acomodação; os aprendizados com a rotina local integrados ao cotidiano pessoal.

3. **Integração:** a desenvoltura com o idioma, o clima, a cultura, a culinária, as tecnologias; o cotidiano laboral, educacional, econômico, político e jurídico.

Trafores. Todo esse processo de migração exige que o imigrante possua ou desenvolva vários atributos e qualidades. Cada etapa pode exigir que

a conscin supere determinados trafores e faça a assunção de determinados trafores para que possa enfrentar as dificuldades que normalmente surgem. Ou seja, além da coragem, da predisposição de encarar novas oportunidades e do gosto pelos desafios, o imigrante internacional terá que lançar mão de características tais como: a autoversatilidade, a flexibilidade, a determinação, a resiliência, a neofilia, a polimatia e o traquejo com questões internacionais, entre tantos outros trafores que podem ser mais aprofundados quando da ampliação deste estudo.

1.3. Parâmetros convencionais para medir o grau da adaptabilidade migratória

Exemplos. Neste artigo, optamos por abordar, a título de exemplo, 10 parâmetros que podem ser autoanalisados para medir o grau de adaptabilidade do imigrante internacional. Portanto, no que concerne à Intrafisiologia, a conscin, homem ou mulher, pode observar a aplicação da versatilidade na vida cotidiana, quanto a:

01. **Climática:** às condições do clima no novo país de residência.
02. **Cultural:** às manifestações culturais e artísticas; às neoperspectivas de amizades com outras etnias; ao aprendizado com as neorealidades; à atenção acurada a fim de obstar a alienação às singularidades locais.
03. **Econômica:** ao custo de vida local evitando fazer conversão entre as moedas comparando preços.
04. **Educacional:** a normas pedagógicas.
05. **Gastronômica:** à nova alimentação, sabores e costumes.
06. **Idiomática:** ao idioma local expandindo o poliglotismo e a capacidade de expressão, facilitando a comunicação.
07. **Laboral:** ao novo trabalho e às *leis trabalhistas* sem comparar as atividades profissionais entre os países.
08. **Político-jurídica:** às regras institucionais sobre a legalização de residência; à obtenção da cidadania internacional; à obediência às regras de convívio social e moradia; a não fomentar preconceitos contra a própria condição de migrante.
09. **Social:** ao nível de acolhimento dos estrangeiros; o autodiagnóstico quanto ao autoesforço de integração com os nacionais.
10. **Tecnológica:** às neotecnologias.

1.4. Facilitadores e Dificultadores da adaptabilidade migratória

Influências. Neste tópico, queremos ressaltar que a autopercepção de adaptabilidade, segundo os parâmetros acima citados, pode sofrer inúmeras influências, as quais podem tanto facilitar como dificultar ou atrasar esse sentimento de adaptação ao país receptor.

Redes. Uma das principais influências são as redes migratórias, conceituadas por Fernandes e Rigotti (2009) como “o conjunto de relações interpessoais que vinculam imigrantes, emigrantes retornados ou candidatos à migração com parentes, amigos ou compatriotas, quer seja no país de destino quer seja no país de origem”. Esses autores explicam que essas redes facilitam a sensação de adaptação e integração ao país estrangeiro, na medida em que “proporcionam informações, indicações de emprego, moradia e uma série de apoios de natureza diversa”. Em outras palavras, um relacionamento amoroso com um nativo, ou mesmo a reunificação familiar com alguém já adaptado não só impulsiona a migração como facilita que o imigrante tenha resultado psicossocial menos impactante.

Autoidentificação. O imigrante que possui algum tipo de identificação com o país (seja pela semelhança cultural, religiosa, idiomática) ainda que não tenha o apoio dessas redes diretamente, acaba sendo por elas absorvido, facilitando também uma série de situações intermediárias e a interação desses atores no seu processo da migração. Por exemplo, um imigrante de um país da Europa que vai viver em outro país europeu tem a facilidade de estar adaptado a uma série de diretrizes estipuladas pela União Europeia, ou ainda um imigrante da Suécia que se muda para Noruega não sofrerá o mesmo impacto que um latino, pois identifica muitas semelhanças idiomáticas e culturais no relacionamento com os nativos.

Antichoque. A conscin migrante que se dedica à fase preparatória com afinco, terá maiores possibilidades de enfrentar os desafios da migração de modo mais equilibrado. Existem múltiplas técnicas de antichoque cultural, a exemplo de livros e guias especializadas, empresas do ramo e profissionais expertos (tais como *coach*) que fornecem inúmeras informações relevantes ao processo de adaptação – a parte documental, busca de moradias e de trabalho e dicas comportamentais imprescindíveis para melhor integração à cultura do país receptor.

Inadaptação. Por outro lado, também é possível relatar muitos dificuldades que podem levar o imigrante à parcial ou total inadaptação. Neste sentido, podemos citar como dificuldades mais comuns, as seguintes:

1. **Individual.** O próprio imigrante internacional pode travar sua habilidade de adaptação em razão do uso reiterado de hábitos arraigados que muitas vezes geram comportamentos deslocados, gafes e constrangimentos dentro da nova sociedade, limitando sua própria integração.

2. **Neo-holopensene.** O imigrante pode ser desafiado a ter que lidar com meio hostil do neo-holopensene, onde o nacionalismo exacerbado pode limitar a prática do multiculturalismo, muitas vezes chegando até a situações de xenofobia que acabam até por limitar os direitos humanos dos imigrantes.

3. **Desvio.** Alguns imigrantes chegam com um desejo ou meta inicial e acabam por não concretizá-los, porque criaram falsas expectativas com relação ao neocontexto, ou deixam-se contaminar com o holopensene tráfara do país estrangeiro, ou porque reconhecem que o país de origem tinha qualidades não encontradas no estrangeiro e que são fundamentais para seu bem-estar.

Questionologia. Diante da abordagem psicossocial dada até aqui, você, leitor ou leitora, já parou para fazer um autodiagnóstico e reflexão sobre estas questões de adaptabilidade intrafísica? Qual era o contexto do seu país de origem e/ou sua situação pessoal quando você decidiu migrar? Quais os principais fatores motivadores no seu processo de migração? O que foi mais decisivo: o contexto pessoal, o contexto do país de origem ou do país de destino? Quais os fatores que influenciaram na escolha e permanência no país de destino? Quais os principais trafores que o ajudaram em cada etapa de adaptabilidade? Quais os principais trafores que atravancaram a superação de alguma etapa específica? Dentre os 10 parâmetros apresentados com relação a sua adaptabilidade intrafísica, quais os que você teve maior dificuldade? Quais os facilitadores (aportes) e dificultadores (contrafluxos, pedágios e/ou gargalos) no seu processo de adaptação?

2. ABORDAGEM CONSCIENCIAL DA MIGRAÇÃO: DA REFLEXÃO AO AUTODIAGNÓSTICO QUANTO À EVOLUÇÃO CONSCIENCIAL

Evolução. Além da análise da autoadaptabilidade migratória baseadas nos parâmetros intraconscienciais supracitados, o indivíduo deve enxergar a experiência migratória como oportunidade de mudança de patamar evolutivo. Para tanto, recomenda-se dar dois passos iniciais:

1. **Diagnóstico.** A reflexão e diagnóstico quanto às mudanças da vida do imigrante sob a ótica do paradigma consciencial.

2. **Reciclagens.** O posicionamento quanto aos aspectos da evolução consciencial otimizados pela imigração internacional. Assim, a partir dessa reavaliação do seu momento evolutivo, o imigrante deve buscar motivação para promover as reciclagens intraconscienciais necessárias, promovendo a aceleração da história pessoal.

2.1. Aspectos Conscienciais para autoavaliação da adaptabilidade migratória

Autodesempenho. Dentro do estudo da *Conscienciologia*, o imigrante deve promover sua autopesquisa e utilizar inúmeros parâmetros para medir seu nível de evolução consciencial. Neste artigo, escolhemos 10 aspectos conscienciais que podem ajudar nesta autoavaliação de como a adaptabilidade migratória pode influenciar na própria evolutividade. Assim, recomenda-se que o imigrante examine o investimento no autodesempenho consciencial quanto à:

01. **Assistência:** a qualificação assistencial pelo tenepessismo.
02. **Comunicabilidade:** a compreensão, a adequação e a interação ao neo-holopensene.
03. **Cosmoética:** a possível vivência da infiltração cosmoética.
04. **Intelectualidade:** a instalação de ambiente propício e otimizado ao desenvolvimento do mentalsoma e à recuperação de cons magnos.

05. **Megafraternidade:** a busca da compreensão da História Pessoal, do contexto sociocultural e do nível evolutivo com as pessoas de convívio.

06. **Parapsiquismo:** a intensificação da tridotação consciencial repercutindo na constância de projeções lúcidas e na telepatia entre compassageiros evolutivos de países diversos.

07. **Proéxis:** a reflexão sobre o desvio de proéxis em contraposição aos reais ajustes e alinhamentos às premissas, com a possibilidade de participar e acelerar a maxiproéxis grupal no país de destino.

08. **Reurbex:** a compreensão à pararealidade das reurbanizações extrafísicas no novo holopensene.

09. **Seriéxis:** o reencontro com o grupo ou amigos evolutivos de retrovidas conjuntas, com ocorrência de mudanças de cenário extrafísico capazes de reconstituir cenas de época (Paracenografia) e o aumento das retrocognições.

10. **Universalismo:** a oportunidade de promover o automegatesto do senso universalista e do desenvolvimento e fortalecimento do caráter apátrida a partir da convivência multicultural diária.

2.2. Ações estimuladoras da evolução consciencial

Oportunidade. A conscin lúcida, homen ou mulher, pode aproveitar sua situação de migrante como oportunidade para estimular a sua evolução consciencial através de algumas ações, tais como:

1. **Otimização do neo-holopensene:** através da conexão com bioenergias do novo holopensene e a sintonia com os padrões energéticos locais, a conscin na condição de imigrante pode aproveitar o neoambiente para desenvolver a paraconectividade com os amparadores do local para aplicá-los com fins interassistenciais.

2. **Autopesquisa constante:** a autoavaliação periódica e reconhecimentos dos avanços alcançados são fundamentais para automotivação da conscin migrante frente aos desafios de adaptação.

3. **Autoconscientização dos gargalos:** é importante que o autodiagnóstico leve à autoconscientização de que muitas vezes as dificuldades de adaptação são apenas gargalos (ou apenas contrafluxos ou pedágios) evolutivos, e que estas crises podem ser um indicador do processo de recomposição em andamento, portanto de evolução consciencial.

4. **Envolvimento com paradigma consciencial:** mesmo que a conscin não esteja residindo próximo a uma unidade conscienciológica no exterior, é possível envolver-se com o paradigma consciencial através de inúmeros canais e/ou ferramentas disponíveis a distância. O acompanhamento das tertúlias conscienciológicas *on-line*, os cursos em EAD, as reuniões de grupos de estudo, as palestras gratuitas disponíveis no *youtube* e *facebook* podem ajudar no aprofundamento das

autopesquisas, promovendo recins diante das crises de adaptação. Também é possível se envolver com o voluntariado conscienciológico mesmo estando em país estrangeiro. Além disso, a teática silenciosa da *Consciencologia*, onde quer que esteja a conscin, auxilia na evolução consciencial.

5. **Assunção de trafores.** Ao invés do migrante focar nas dificuldades, ele pode optar por estudar e/ou aprimorar um traço força importante que o ajudará a enfrentar algum desafio específico durante seu processo de adaptação. A auto-identificação e estudo do trinômio megatributo-megatrafor-materpensene pode estimular a conscin migrante a focar nas suas capacidades e não nos travões do seu processo evolutivo. A ideia é que a conscin utilize os seus trafores como trampolim para assunção de neotrafores e passe a encarar os percalços de modo otimista, sem deixar de ser realista.

6. **Uso de técnicas conscienciológicas.** Existe uma gama de técnicas conscienciológicas que podem impulsionar a conscin migrante a manter seu ritmo evolutivo (tal como a Técnica de Mais um Ano de Vida) ou a promover reflexões e maior conexão com o amparador (como a Técnica da Madrugada e a Técnica da Reflexão de 5 horas).

7. **Melhoria da Tenepes.** Em razão do novo holopensene, pode haver a mudança de equipex e até de público assistencial. Assim, a conscin tem a possibilidade de ampliar sua assistência para um público-alvo local, pela conexão com o idioma e em razão de uma adaptação cerebral e paracerebral ao novo holopensene.

8. **Investimento na Tares.** A conscin imigrante ao se dedicar à docência conscienciológica, acaba por promover reciclagens mais profundas, já que a docência exige maior autoesforço, disciplina e exemplarismo. O docente pode aproveitar para estimular o autodiagnóstico e as reciclagens, o que resultará em melhora do auto e hetero processo de adaptação e ampliação da interassistência.

2.3. Efeitos da adaptabilidade migratória no cotidiano e na evolução consciencial

Multiefeitos. A adaptabilidade migratória costuma gerar efeitos tanto no cotidiano como no processo de evolução consciencial. É importante destacar que múltiplos fatores interferem na condição de adaptado ou inadaptado do imigrante internacional, por exemplo, a formação psicológica, o contexto que vivia no país de origem e os desafios enfrentados no país estrangeiro.⁶ Nesse sentido, a adaptação às novas estruturas intrafísicas, psicológicas e ambientais ao país receptor pode possibilitar mudanças positivas de comportamento, descobertas pessoais

6 Conforme explicam Franken et. al. (2009) “qualquer experiência vivenciada pelo indivíduo no seu contexto sociocultural afeta de forma significativa seus estados psicoafetivos, emocionais e cognitivos. Nesse entendimento, as representações sobre qualidade de vida e migração, no contexto migratório internacional, não existem enquanto entidades absolutas, isoladas e independentes de sua forma de expressão e manifestação, mas como algo entrelaçado às experiências de cada um dos participantes e vivências de ordem pessoal e social.”

e amadurecimento, mas em outros casos, a experiência migratória pode gerar dificuldades de adaptação à nova cultura e no retorno ao país de origem.

Oscilação. Em outros casos, ocorre uma oscilação adaptativa no Exterior, o que significa vivenciar a chamada “Curva W”⁷. Essa oscilação é sentida quando os imigrantes passam a se questionar quanto aos padrões culturais do país de origem ao mesmo tempo que ainda sofrem uma certa inadaptação cultural no país estrangeiro.⁸ Outras vezes o imigrante tem sensação de ser estrangeiro tanto na região de origem quanto na região de acolhimento.

Neodificuldades. Entretanto, não é só a capacidade psicossocial e a percepção pessoal do contexto de origem que interferem na adaptabilidade migratória, também as barreiras encontradas no país receptor podem trazer sérias dificuldades à adaptação do imigrante. Esses dificultadores podem agir pontualmente ou se somarem. Comumente, são situações nunca vivenciadas as que causam mais impacto, os conflitos étnicos, a discriminação, o isolamento social, a falta de redes sociais de apoio à integração e ainda o baixo nível socioeconômico, dificultando ainda mais o desafio de compreender e adotar as normas socioculturais do país de acolhimento. No entanto, vale a pena a conscin migrante refletir que não existe um lugar perfeito no mundo⁹. É claro que existem ambientes mais ou menos homeostáticos, com melhor ou pior condição de vida, no entanto é possível que a conscin mais dedicada às auto reciclagens e mais madura tenha mais estofamento para enfrentar as situações adversas.

Psicopatologias. Segundo Coutinho e Oliveira (2010), este processo de inadaptação pode ter implicações psicossociais tanto no indivíduo como no próprio grupo de imigrantes. Estes fatores de risco e de estresse podem acarretar mudanças de diversas ordens na vida dos integrantes desses grupos (psicológicas, físicas, biológicas, sociais, culturais, familiares e políticas) sendo comum acontecer o que os psicopatologistas descrevem como sendo as “angústias coletivas”, as quais são sintomas de perturbações psíquicas sentidas coletivamente, e marcadas “por atuações traumatizantes, revelando nestes grupos níveis muito baixos de tolerância à frustração e índices de vulnerabilidade às situações de ansiedade”.¹⁰

7 “A curva W é a linha sequencial metafórica, com a forma dessa letra, experimentada pela conscin estrangeira, homem ou mulher, ao vivenciar o duplo choque cultural, na saída e no regresso ao país de origem, passando por diferentes estágios de adaptação.” (Vieira, 2018)

8 Estes autores completam explicando que: “Há a possibilidade de voltar ao ponto de partida, mas, por outro lado, não se pode voltar ao tempo da partida, tornar-se novamente aquele(a) que se era naquele momento, nem reencontrar na mesma situação, os lugares e as pessoas que se deixou. Sebben (1996, p.134) concorda com Sayad (2000) quando defende a ideia de que nenhum “retorno é um simples retorno, pois é uma nova emigração, com perdas, medos e esperanças”.

9 O mito do lugar perfeito é a idealização ou criação ilusória pela conscin, homem ou mulher, de determinado local capaz de satisfazer a expectativa de lá encontrar a felicidade e a paz almejada, sem os autoesforços recinológicos necessários. (Vieira, 2018)

10 Para Rodrigues et. al. (2007, p. 173): “Nos casos em que a pessoa percebe a experiência migratória como geradora de estresse e ela ou ele não tem uma boa resposta de enfrentamento, pode aparecer a depressão e a ansiedade. Isso acontece, porque as mudanças no contexto cultural excederam a capacidade do indivíduo devido à magnitude, velocidade ou algum outro aspecto de mudança ou devido à aprendizagem ou problemas psicológicos como a depressão ou a ansiedade.”

A reação às situações adversas podem ser sentidas de maneira diferente, portanto, se para alguns pode causar sintomas de ansiedade e depressão, que podem ser muito traumáticas, afetando negativamente os rumos da consciência migrante, por outro lado, Vieira (2013, p. 574) explica que também existem os “efeitos colaterais das crises de crescimento e estresses sádios da consciência, na dinâmica da sua evolução, ao que os fatos indicam, interminável.”

Aceleração. Considerando o contexto multiexistencial e multidimensional como premissas do paradigma consciencial, um dos efeitos conscienciais positivos mais comuns é o reconhecimento da adaptabilidade como um traço nato, isso pode ficar evidenciado por: sentimento de ter renascido; fato de residir em país estrangeiro; utilização do conhecimento adquirido no *Curso Intermisso* (CI) pré-ressomático preparatório para vivenciar a adaptabilidade e o desapego cosmoético; reconhecimento da adaptação migratória como treino para readaptação intrafísica e extrafísica, o que envolve o treino da readaptação à multidimensionalidade em razão da dessoma, como para a adaptação paragenética da consciência à morfologia característica do país que residirá na próxima ressonância, a sensação de que as readaptações intrafísicas, bioquímicas, neogenéticas, somáticas, psicomotoras, mesológicas e mentaissomáticas da consciência já foram vividas em múltiplas existências.

Neopercepções. Outro efeito consciencial positivo que pode ser sentido é a maior percepção da amparabilidade com a evidência do amparo extrafísico durante o momento evolutivo crítico, propiciando aceleração da evolução pessoal e grupal.

Questionologia. Diante da abordagem consciencial iniciada nesse estudo, você, leitor ou leitora, já parou para fazer um autodiagnóstico e reflexão sobre essas questões de adaptabilidade levando em conta parâmetros conscienciais? Você tem o hábito de fazer auto diagnóstico evolutivo? Já comparou e/ou cotejou esses diagnósticos evolutivos antes e depois da migração? Quais dos aspectos conscienciais supracitados, você julga que sofreram alteração em razão do seu processo de migração? Você tem algum ponto específico quanto a adaptabilidade que merece ser reciclado? Você entende o seu processo migratório como processo otimizador da mudança de patamar evolutivo (oportunidade evolutiva)? Você entende que a adaptabilidade é um megatraço prioritário a ser desenvolvido ou aprimorado nesta existência? Considerando toda a bagagem adquirida como migrante, você se sente mais preparado para enfrentar os desafios da adaptação a neoambientes intrafísicos tanto nesta existência, como no extrafísico e em próximas ressonâncias?

3. PONDERAÇÕES SOBRE A ADAPTABILIDADE MIGRATÓRIA DE BRASILEIROS RESIDENTES NA EUROPA

Conceito. Diante do exposto até aqui, antes de analisarmos o questionário submetido a um grupo de 40 brasileiros que migraram para Europa, é importante

ter claro a definição que damos ao tema. Portanto, entendemos como *adaptabilidade migratória internacional* a capacidade, qualidade e/ou condição cosmoética da conscin, homem ou mulher, mostrar-se adaptável, ajustável ou harmonizável ao país estrangeiro escolhido como nova residência ou domicílio, seja temporariamente ou de modo definitivo, permitindo o engajamento, a integração e o ativismo produtivo quanto aos aspectos da intrafísica e também da evolução consciencial.

Entrevistados. Para que obtivéssemos uma amostra mais homogênea, optamos por limitar o perfil dos entrevistados. Portanto, em função do recorte dado a essa pesquisa, focamos na análise dos dados que somassem estas duas características: primeiramente, fosse imigrante internacional, ou seja, conscin que mora fora do país natal, e se enquadrasse na condição de conscin que conhece e/ou estuda a *Conscienciologia*.

Objetivos. Esta pesquisa de campo, mesmo diante das limitações abaixo citadas, buscou: verificar o nível de adaptabilidade migratória internacional, baseada em parâmetros convencionais propostos quanto às questões intrafísicas e alguns aspectos do paradigma consciencial; e analisar se existe um padrão do grupo, a partir de autoavaliação individual, que retrate quais são os aspectos mais fáceis de superar, assim como os mais desafiadores na adaptabilidade migratória internacional.

Métrica. A adaptabilidade migratória internacional pode ser mensurada com métricas variadas. Neste estudo, a análise feita foi baseada em perguntas objetivas de autoavaliação (percepção pessoal). As variáveis analíticas para a composição do questionário foram agrupadas por afinidade ou proximidade, com vistas a facilitar as análises conjuntas da massa de dados cedida pelos 40 entrevistados.

Superficialidade. A autora tem consciência de que existem limitadores que tornam o estudo ainda superficial. Por exemplo, o fato de as questões serem objetivas, limita o aprofundamento de eventuais nuances mais subjetivas que poderiam ser analisadas. Contudo algum ponto deste primeiro retrato poderá ser mais detalhado/especificado em um outro estudo. Portanto é possível visualizar que se trata apenas da “ponta do iceberg” diante da profundidade do tema a ser explorado.

Perfil. Muitos relataram que mesmo sendo imigrantes há vários anos, nunca tinham parado para pensar e se posicionar quanto aos aspectos propostos no questionário, e o fato de preenchê-lo já gerava profunda reflexão, o que pode indicar o início da recin de alguns desses pontos em alguns entrevistados. Além da identificação, fizemos um pequeno retrato do perfil dos entrevistados a partir dos seguintes pontos:

01. **Faixa etária:** dentre os entrevistados, verificou-se que 80% estão na faixa etária da fase executiva da proéxis, com mais de 35 anos, e não tem ninguém com menos de 20 anos nesta amostragem.¹¹

11 Para Rodrigues et. al. (2007) a idade do emigrante vai ter relação com como se processa a aculturação

02. **Nível de escolaridade:** o resultado da amostra revela que 82,5% dos entrevistados têm curso superior, mestrado e doutorado, sendo que 52,5% do grupo estão na faixa de curso superior e 30% na faixa de mestrado e doutorado.¹²

03. **Tempo de imigração:** nossa amostra apontou que 80 % estão no país estrangeiro há mais de 2 anos, sendo 55 % do grupo há mais de 10 anos.¹³

04. **Atividade Remunerada:** dentre os entrevistados, 32,5 % (quase um terço do grupo) não trabalha, e outros 35 % trabalha há mais de 10 anos.¹⁴

05. **Tempo que conhece/estuda a *Conscienciologia*:** a pesquisa demonstrou que 85% dos entrevistados afirmou conhecer a conscienciologia há mais de 2 anos, sendo 27,5 % do grupo há mais de 10 anos.¹⁵

06. **Países de Destino:** a amostra demonstrou que 4 países de destino somam 85% do grupo de entrevistados, sendo 45 % da Alemanha, 20% da Suíça, 10% de Portugal, 10 % da Inglaterra, 5 % da França, 10% entre Espanha, Holanda, Suécia e Finlândia (2,5% cada).¹⁶

Lista. A escolha dos 10 fatores que interferem na adaptabilidade da conscin no país receptor e dos 10 aspectos conscienciais como prováveis indicadores da evolução consciencial do imigrante internacional fazem parte de uma lista que não é taxativa, ou seja, não significa que a conscin, ao alcançar excelente pontu-

e adaptação: as crianças e adolescentes tendem a se integrarem mais rapidamente porque geralmente tem mais facilidade para aprender o idioma. No entanto, como na nossa amostra não havia nenhum imigrante com menos de 20 anos, não foi possível ratificar estas posições.

12 Vários autores pontuam que quanto maior o nível de educação, maior a possibilidade de melhor se adaptar, já que a educação formal treina e oferece uma visão ampliada dos prováveis problemas, evitando e/ou protegendo assim contra o enfrentamento maior das dificuldades mais comuns (Berry, 2002; Rodrigues et.al., 2007). Coutinho e Oliveira (2010) destacam ainda que o analfabetismo e/ou desconhecimento da língua do país de acolhimento originam problemas comunicacionais e relacionais com as diferentes estruturas de apoio, criando problemas de integração migratória que atingem tanto os imigrantes como os nacionais. Nesse processo histórico, a língua configura-se como um dos principais elos de ligação. O desconhecimento da língua do país de acolhimento é uma das origens de problemas comunicacionais e relacionais entre imigrantes e “nacionais”, com as relações culturais entre a sociedade de acolhimento e a sua cultura de origem (Ramos, 2008, p. 60).

13 O tempo por si só é fator que logicamente contribui para maior nível de adaptabilidade do imigrante, além disso, conforme dito anteriormente, o período de adaptação inicial é o mais difícil, em razão das habituais dificuldades de encontrar moradia, trabalho e criar vínculos pessoais, o que para muitos é superado após os 2 primeiros anos de migração.

14 A estabilidade financeira no país de acolhimento é primordial para mantê-lo firme no propósito inicial de ser imigrante, mas nem sempre essa estabilidade significa que ele esteja percebendo remuneração, pois pode ser que se mantenha no exterior em razão de recursos advindos do país de origem, seja um pé-de-meia, uma aposentadoria ou mesmo uma ajuda familiar. Por outro lado, o fato de possuir uma ocupação, mesmo que não remunerada, ajuda a criação de vínculos pessoais que favorecem a adaptação do imigrante.

15 Este dado é muito relativo pois o fato de um indivíduo conhecer a *Conscienciologia* há mais de 10 anos não significa que ele tem nível de profundidade de conhecimento do paradigma consciencial maior do que o outro indivíduo que teve contato com a ciência há menos de 2 anos. Isto porque cada um vive um contexto pessoal que permite maior oportunidade de aprofundamento (cursos no exterior), tempo para estudo autodidata, interesse em reciclagens e nível de engajamento com a ciência, que são muito peculiares a cada um.

16 Fica a reflexão individual e grupal, sobre as prováveis relações da proéxis-seriéxis da conscin migrante que acabaram por atraí-la a residir neste país, e quanto à conexão de cada um com outros membros do grupo que também vivem na mesma região/país e/ou continente.

ação no diagnóstico quanto a estes parâmetros, seja automaticamente adaptável. A lista é apenas enumerativa e passível de incitar reflexões e reciclagens quanto a estes pontos, mas nada impede que outros parâmetros possam ser acrescentados, inclusive de acordo com o contexto de cada conscin envolvida com o seu auto-diagnóstico.

Interrelações. O resultado da amostra revela que 80% dos entrevistados conseguem se comunicar com desenvoltura na língua nativa do país escolhido, 85% sentem-se acolhidos ou têm amizades com nativos do país, 95% apreciam a cultura do país onde residem, incluindo as manifestações artísticas e culturais e 94,9% sentem-se adaptados às facilidades tecnológicas oferecidas pelo país.

Somática. Dentre os entrevistados, 70% sentem-se adaptados ao clima e 78% estão adaptados à alimentação consumida cotidianamente no país escolhido. A nutrição adequada do soma, utilizando os alimentos disponíveis e o conforto ou adaptação em relação ao clima são fatores primordiais para a completa adaptação da conscin no local escolhido.

Cidadania. Segundo os entrevistados, 95% sentem-se adaptados às regras, leis e organização política do país escolhido, bem como ao sistema econômico do mesmo e custo de vida cotidiano. Em relação à educação, 87,5% relatam boa adaptação ao sistema educacional local. Ao responder sobre trabalho, 80% sentem-se bem adaptados ao sistema laboral vigente no país escolhido, incluindo regras de conduta e leis trabalhistas.

Interassistência. Considerando a interassistência, 92,5% dos entrevistados consideram a condição de imigrante como componente ou facilitador da execução da proéxis pessoal e 85% admitem a possibilidade de retrovidas no país atual de residência. Essa percepção normalmente resulta da familiaridade sentida pela conscin em relação ao país escolhido para migração. Essa mesma familiaridade facilita a ampliação da assistência pessoal relatada por 67,5% dos entrevistados e a percepção de conexão com a reurbex em curso no local, reportadas por 90% dos entrevistados.

Tridotalidade. Segundo os entrevistados, o holopensene do país escolhido pelos mesmos favorece o desenvolvimento da tridotalidade consciencial. De acordo com os resultados, 65% relataram facilitação no desenvolvimento parapsíquico, 85% relataram aprimoramento na intelectualidade e 77,5% relataram melhoria na comunicabilidade em geral.

Mega-atributos. Dentre os entrevistados, 77,5% relatam que o processo migratório os tornou conscins mais cosmoéticas, 90% relatam ampliação pessoal do universalismo e 87,5% relatam que a experiência de ser imigrante os tornou conscins mais megafraternas.

Índices. De acordo com os parâmetros da intrafiscalidade, os que tiveram menor índice foram os relativos ao clima (70%) e a gastronomia (78%). Quanto aos parâmetros da consciencialidade, os que tiveram menor índice foram a assistência (67, 5%) e o parapsiquismo (65%).

Análise. A análise coletiva dos posicionamentos tabulados permite verificar que a maioria dos entrevistados reporta bom nível de adaptabilidade migratória internacional. Tal conclusão é válida tomando-se como base os percentuais das respostas obtidas. Uma análise individual, caso a caso, pode mostrar resultado diverso uma vez que evidenciará a condição de determinada conscin frente aos parâmetros avaliados. Vale o alerta de Vieira (2013, p.70) de que: “Toda generalização é limitada.”

Ampliação. É possível ampliar a pesquisa e a autorreflexão quanto a alguns desses parâmetros relacionando Intrafiscalidade *versus* Conscencialidade, por exemplo através das seguintes considerações e questionamentos:

Comunicabilidade. A conscin migrante que relata possuir a dotação conscin da comunicabilidade, pode cotejar essa autoavaliação com as respostas dadas aos aspectos de adaptabilidade intrafísica tais como o idiomático e o social, pois seria coerente que o migrante garanta sua comunicabilidade no seu atual país de residência, investindo no aprendizado do idioma e buscando a melhor integração com os nacionais.

Universalismo. A conscin universalista, inclusive na condição de imigrante, deve buscar aprimorar sua capacidade de se relacionar com todo tipo de consciência. Praticar o senso de universalismo significa atuar com conscins de diferentes faixas etárias, níveis sociais, culturas, localidades e em diferentes idiomas. Daí a necessidade de cotejo entre alguns parâmetros da autoavaliação, por exemplo, entre o diagnóstico do nível de adaptabilidade cultural e idiomático e a auto-medição do senso de universalismo. Por exemplo, o imigrante deve estar sempre aprimorando as suas habilidades idiomáticas, para melhor se comunicar, e não simplesmente se acomodar por vergonha, preguiça ou desinteresse em interagir com as pessoas do local. Se não há esforço para se relacionar com os nativos no idioma deles, a conscin migrante também está deixando de praticar o seu senso de universalismo.

Megafraternidade. A megafraternidade é um mega-atributo que tem relação também com outros parâmetros de adaptabilidade intrafísica, tais como os relativos à questão cultural e à social. A conscin migrante que se autoavalia como megafraterna deve analisar seu padrão de convivência, afetividade e empatia com grupo em que atua. Por exemplo, a conscin migrante sabe o momento oportuno de compartilhar suas manifestações culturais com pessoas de outras culturas? Ou suas manifestações são impositivas? Também é importante avaliar se a conscin tem buscado o isolacionismo e/ou se seus relacionamentos têm carácter segregacionista, ou seja, se visivelmente tem preferência por grupos, interagindo, por exemplo, apenas com outras conscins da mesma nacionalidade e/ou apenas imigrantes, evitando os nacionais. A conscin migrante megafraterna deve ser flexível com a história de vida, o contexto sociocultural e o nível evolutivo das pessoas com as quais se relaciona. “*Multiculturalidade é megafraternidade*”. (Vieira, 2018)

Intelectualidade. A questão da intelectualidade tem estreita ligação com as questões de adaptabilidade somática, tais como a climática e a gastronômica, pois não seria coerente a conscin migrante aproveitar o neo-holopensene para investir no desenvolvimento de uma parte do soma (o mentalsoma) e deixar de investir em outros processos de adaptação somática¹⁷. Portanto sugere-se que a conscin migrante também faça a automedição do mega-atributo da intelectualidade comparando com suas ações para adaptar o soma ao neoambiente e às constantes modificações que o corpo pode passar seja pelas mudanças ao longo da idade, seja em situações pontuais como doenças e/ou gravidez. Por outro lado, a intelectualidade pode ajudar na aculturação sadia, pois o mentalsoma mais evoluído pode ajudar a conscin migrante a sair da robéxis e evitar os idiotismos culturais que existem na maioria dos holopensenes em maior ou em menor grau.

Assistencialidade. A autorreflexão das ações e dos esforços diários de adequação da conscin migrante ao contexto político, econômico, laboral e educacional do neoambiente pode ajudar na identificação do público e das demandas assistenciais, indicando também a dinâmica da proéxis. Além disso, estes contextos no qual a conscin migrante está inserida podem indicar a necessidade de atuação mais específica no neo-holopensene em razão de um processo de interprisão e recomposição de correntes de retrovidas naquele ambiente. Por último, a conscin migrante pode se perguntar qual seu nível de utilidade naquele lugar e avaliar seu comprometimento e ações efetivas em prol da reurbim e reurbex conectadas ao neoambiente. Dependendo do contexto, a conscin migrante pode se lançar a maiores desafios interassistenciais em prol da reurbex¹⁸; ser útil para expansão da *Conscienciologia* (voluntariado, docência, gescons, com traduções, por exemplo); atuar melhorando os ambientes por onde passa com sua energia; e/ou basicamente aplicando o exemplarismo silencioso, o qual pode ser ensurdecador no extrafísico.

Otimização. Também os aspectos conscienciológicos possuem inter-relação, e o cotejo entres esses pode propiciar tanto uma melhor percepção do auto-diagnóstico como a otimização da evolução. Por exemplo:

1. **Intelectualidade versus assistência:** na medida em que: “Quem sabe mais, assiste melhor na condição de minipeça lúcida do Maximecanismo Multidimensional Interassistencial.” (Vieira, 2014, p. 17)

17 Nesse sentido, vale a reflexão de Vieira (2014, p. 16–17) quando aborda a Culturologia no DAC: “(...) quanto mais você fica conhecendo as coisas através das experiências, mais fica conhecendo o Cosmos. Você fica mais lúcido, se inteira das realidades, não tem mais tanto medo. Lá no fundo, toda doença que temos é autovitimização. Qualquer doença é isso, nasce da pessoa. Todo assédio nasce de autoassédio. A solução é a Multiculturologia. É a pessoa que cultiva e pesquisa longa série de linhas do conhecimento. A pessoa da Sociologia, que vê a Sociologia Ampla é multiculturalóloga. O mais importante para ela é evoluir a partir disso, aplicando esse conhecimento a favor dos outros. O caminho do cosmovisiólogo é a Multiculturologia. Estudar muito de maneira generalista, multicultural.”

18 Conectando as novas experiências à evolução consciencial Vieira (2013, p. 574) explica: “Toda experiência nova vem se somar à constante e inevitável acumulação das possibilidades evolutivas da consciência. A união dos recursos traz à conscin, a intensificação dos talentos, potencialidades, inventividade, hiperacuidade e ECs.”

2. **Parapsiquismo versus assistência:** a otimização do parapsiquismo (seja em razão da mudança de equipex, da homeostasia do neoambiente ou do afastamento da mesologia opressora anterior) pode resultar em melhor conexão com o amparador e insights para tarefas, aprimorando, assim, a assistência.

3. **Megafraternidade versus assistência:** a consciência megafraterna também deve levar em consideração a autoavaliação do seu nível de assistencialidade para comprovar a coerência entre a sua prática e a sua autopercepção.

4. **Cosmoética versus universalismo e megafraternidade:** a consciência migrante que aplica os princípios cosmoéticos nas suas manifestações (tais como “que aconteça o melhor para todos”) também terá mais chances de aumentar seu senso universalista e de megafraternidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Avanços. O estudo da adaptabilidade na ciência convencional tem apresentado avanços na medida em que se nota maior dedicação ao estudo da interdisciplinariedade do tema. Os estudos biogenéticos (teorias darwiniana e neodarwiniana) ampliaram seu escopo, e estudam a adaptabilidade não apenas sob a perspectiva da evolução da genética humana para suportar as limitações ambientais, mas também passaram a investigar pelo estudo das formas não-genéticas de adaptabilidade. Além disso, muitos autores estudam a adaptabilidade a partir da abordagem psicossocial.

Responsabilidade. Cabe a nós, consciências lúcidas quanto à necessidade de ampliação do paradigma convencional para o paradigma consciencial, buscar através da autoexperimentação (princípio da descrença) formular, aplicar e disseminar novas ações propulsoras do megatrafar da adaptabilidade, orientando quanto às reciclagens e às possibilidades de evolução consciencial de compassageiros evolutivos que estão na situação de migrantes ou aqueles que pretendem enfrentar tal empreitada.¹⁹

Neoideias. A ampliação interparadigmática feita até aqui é apenas a ponta do iceberg deste estudo. Por outro lado, tem-se a pretensão de que os assuntos abordados instiguem o surgimento de neoideias, de modo que o tema possa ganhar diferentes contornos diante da experiência de cada consciência migrante interessada em compartilhar seu labcon em forma de tarefas e gescons.

Oportunidade. A consciência migrante lúcida, homem ou mulher, que vive hoje na Era da Reurbex, e considerando as aprendizagens e reciclagens feitas no contexto atual de superpopulação, globalização, comunicação em massa, aceleração da tecnologia e aumento expressivo da migração, tem oportunidade pioneira,

¹⁹ Chamando a todos quanto a esta responsabilidade de adaptação e à necessidade de desenvolver o abertismo a neoideias, Vieira (2013, p. 574) pondera: “O que se faz necessário a mim e a você, hoje e sempre, é a nossa adaptação constante e sadia às novas invenções, descobertas e redescobertas, de modo sempre irreversível, sem apresentarmos conservantismos, repressões e ortodoxias, ante os efeitos sobre nós dos *choques do futuro*, misoneísmos ou neofobias.”

cosmoética e evolutiva para desenvolver o megatrafor da adaptabilidade com o fim de estar mais preparado(a) para assumir as demandas assistenciais desta existência, do próximo curso intermissivo e das próximas ressomas.

REFERÊNCIAS

Coutinho, M. P. L. ; Oliveira, M. X. Tendências comportamentais frente à saúde de imigrantes brasileiros em Portugal. In: *Psicologia & Sociedade*, vol. 22, núm. 3, 2010, pp. 548-557.

Fernandes, Duval Magalhães ; Rigotti, José Irineu Rangel. Os Brasileiros na Europa: notas introdutórias. In: I Conferência “Brasileiros no Mundo”, Subsecretaria Geral das Comunidades Brasileiras no Exterior (SGEB) do MRE e Fundação Alexandre de Gusmão, Brasília, 2009.

Franken, Ieda; da Penha de Lima Coutinho, Maria; Ramos, Natália. Migração e qualidade de vida: um estudo psicossocial com brasileiros migrantes. In: *Estudos de Psicologia*, PUC-Campinas, vol. 26, núm. 4, novembro-diciembre, 2009, pp. 419-427.

IOM. World Migration Report 2018. International Organization for Migration – The UN Migration Agency, Geneva, 2017.

Martins Junior, Angelo; Dias, Gustavo. Imigração brasileira contemporânea: discursos e práticas de imigrantes brasileiros em Londres. In: *Análise Social*, 209, XLVIII (4.º), 2013. pp. 810-832.

Moran, Emilio. Human Adaptability: an Introduction to Ecological Anthropology. Westview Press, Colorado, 2007.

Patarra, Neyde Lopes; Fernandes, Duval. Brasil: país de imigrantes? In: *Revista Internacional em Língua Portuguesa*. Migrações. III série, nº24, 2011.

Rodrigues, Roberta de Alencar; Strey, Marlene Neves; Pereira, Janice. Experiência migratória: encontro consigo mesmo? Percepções de brasileiros sobre sua cultura e mudanças pessoais. In: *Aletheia*, n.26, jul./dez, 2007. pp.168-180.

Vieira, Waldo; *Dicionário de Argumentos da Conscienciologia*; rev. Equipe de Revisores do Holociclo; 1.572 p.; 1 blog; 21 E-mails; 551 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 18 fotos; glos. 650 termos; 19 websites; alf.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2014.

Idem; *Enciclopédia da Conscienciologia*; rev. Equipe de Revisores do Holociclo; Associação Internacional Editares; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); & Associação Internacional de Comunicação Conscienciológica (COMUNICONS); Foz do Iguaçu, PR; 2018.

Idem; *700 Experimentos da Conscienciologia*; 3. ed. rev. ampl.; Associação Internacional Editares; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2013.

Viviane Passos Gomes é Pós-Doutora em Direito pela Universidad Castilla-La Mancha e Doutora em Direito pela Universidad de Sevilla.