

# Pré-serenismo: desapegos de posturas imaturas

Pre-serenismus: detachments from immature postures

Pre-serenismo: desapegos de posturas imaturas

Sílvia Facury\*

**RESUMO:** A autora apresenta autopesquisa identificando traços e traços; resultados de autossuperação das imaturidades descobertas ao longo dos 75 anos de idade, relacionadas aos apegos e condicionamentos antievolucionários, incluindo vivências estudadas de acordo com a Duplologia. Embasada em bibliografia conscienciológica, utiliza o método da autopesquisa através de autorreflexão, auto-observação e resultados de autovivências. Utiliza técnicas e ações específicas além de experimentos laboratoriais, ferramentas fundamentais nas etapas da autopesquisa. A superação de comportamentos desatualizados amplia o nível de lucidez e autoconsciência quanto à importância das recins no processo evolutivo. O desapego de posturas imaturas acelera a autoevolução favorecendo a interassistência, podendo, ainda, representar preparo saudável e maduro para a desoma. A escolha pelo amadurecimento consciencial gera responsabilidade e exemplarismo. Substituir, pela coragem consciencial, o conceito da idade como impedidor de renovações traz ganhos autoevolutivos. Independentemente de idade pode-se conquistar maior nível de saúde mental, emocional, energética, além da homeostase consciencial promotora da condição de serenismo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Apego e desapego, Autopesquisa, Duplismo, Imaturidades, Recins.

**ABSTRACT:** The authoress, 75 intraphysical years old, presents in her self-research strong and weak traits; she highlights self-overcoming results over immaturities regarding antievolutionary attachments and conditioning, including personal experiences from the evolutionary-duo technique. Grounded on the conscienciological bibliography, she uses the method of self-research by means of self-reflection, self-observation, and results from personal experiences, besides data from laboratorial experiments. The self-overcoming of outdated behaviors enhances lucidity and self-awareness about the importance of intraphysical recycling in evolution. The detachment from immature postures speeds up one's evolution, thus favoring interassistance; furthermore, it can mean sound, mature preparation for desoma. The choice for consciencial maturing generates responsibility and an example. Replacing by consciencial courage the age conception as an obstacle for renovations brings self-evolutionary gains. Regardless of age, one can reach a higher level of mental, emotional and energetic health, besides consciencial homeostasis, toward the serenissimus condition.

**KEYWORDS:** Attachment and detachment, Evolutionary duo, Immaturities, Intraconsciencial recycling, Self-research.

\*Educadora aposentada, voluntária da Associação Internacional para a Evolução da Consciência (ARACÊ).  
srfacury@gmail.com

**RESUMEN:** La autora, con 75 años intrafísicos, presenta su autoinvestigación identificando sus trafores y trafares; destaca los resultados de autosuperación de las inmaduridades relacionadas a los apegos y condicionamientos antievolutivos, incluyendo vivencias respecto a la pareja evolutiva. A partir de la bibliografía concienciológica, utiliza el método de la autoinvestigación por medio de la autorreflexión, observación de si mismo y los resultados de las vivencias personales. Muestra la utilización de técnicas y acciones específicas, además de los experimentos laboratoriales, herramientas fundamentales en las etapas de la autoinvestigación. La superación de los comportamientos desactualizados amplía el nivel de lucidez y autoconciencia con relación a la importancia de las recines en el proceso evolutivo. El desapego de las posturas inmaduras acelera la autoevolución favoreciendo la interasistencia y puede además representar preparación saludable y madura para la desoma. El acto de elegir la maduración concienical produce responsabilidad y ejemplarismo. Sustituir por el coraje concienical el concepto de edad como impedidor de renovaciones trae resultados positivos y evolutivos. Independe de la edad para conquistarse mayor nivel de salud mental, emocional y energética, además de la homeostasis concienical que promueve la condición del serenismo.

**PALABRAS-CLAVES:** Apego y desapego, Autoinvestigación, Inmaduridades, Pareja evolutiva, Recines.

## INTRODUÇÃO

**Tema.** Este estudo aborda a temática do desapego de posturas imaturas visando à aceleração evolutiva.

**Metodologia.** Os métodos utilizados foram: autopesquisa, autorreflexão, auto-observação, experimentos em laboratórios concienciológicos e leituras bibliográficas.

**Estrutura.** A estrutura do texto se compõe de 7 partes: Apego; Binômio Apego/Desapego; Trafores Identificados; Desapego da Vida Intrafísica; Impedidores Evolutivos; Técnicas; e Práticas.

## APEGO

**Subnível.** Ao iniciar a autopesquisa a autora percebe-se em subnível evolutivo em função de escolhas e priorizações errôneas que podem levar a desvios proexológicos, atrasando ou até paralisando o processo de amadurecimento evolutivo.

**Autoevitação.** Quando o padrão egoico predomina, as oportunidades para experienciar paradigmas pró-evolutivos avançados, com ganhos evolutivos, podem ser desperdiçadas.

**Inmaduridades.** Autocorrupções inconscientemente mantidas fazem parte da conduta normal ao pré-serenão vulgar. Condicionamentos e repressões; medos, melindres, ansiedade e insegurança; rigidez e inflexibilidade, preocupação com a autoimagem e com aparência, perfeccionismo, medo de errar e de se expor, falta de autoconfiança e autodesvalorização da capacidade intelectual e, ainda, dificuldade de ouvir o outro, formam a intensa gama de imaturidades que impedem o desapego de tal condição medíocre, prejudicando sobremaneira a interassistência.

**Trafares.** Tais posturas imaturas e egoístas, algumas delas, pluriexistenciais, podem ser geradas pelo orgulho, arrogância, vaidade e desejo de poder, padrões que aprisionam a consciência, apesar de seu interesse em libertar-se para continuar evoluindo. Chega a dispor-se à assistência, mas seu egoísmo e condição de medo e ansiedade dissipam tal alternativa, sentindo-se incapaz, autodesvalorizando os próprios potenciais.

**Autopesquisa.** Torna-se essencial aprofundar a autopesquisa rumo ao autoconhecimento verdadeiro, com autoenfrentamento e superação dessas carências conscienciais.

**Apegos.** Tempo perdido com apego a comportamentos infantis, automiméticos, já dispensáveis no atual contexto, que podem levar a consequências drásticas, como melin e melex (melancolia intra e extrafísica), ao incompléxis, à parapsicose pós-dessomática e outras parapatologias holossomáticas.

**Grafopenalidade.** Urge, além do autoconhecimento profundo, usar o trafor grafopensênico registrando tanto avanços quanto recaídas e atrasos no autoenfrentamento dessas fissuras, qualificando o trabalho autopesquisístico. Paralelamente ao autoconhecimento, poderão ser desbloqueados e aflorados a intelectualidade, a comunicabilidade e o parapsiquismo, contribuindo para a homeostase holossomática, afora a assistência pela verbação.

## BINÔMIO APEGO-DESAPEGO

**Definição.** “Apego e desapego é a capacidade de criar vínculos com consciências, objetos, situações, dentre outros elementos necessários à evolução, com maturidade, e abrir mão desses mesmos elementos quando não mais produtivos evolutivamente” (ARAKAKI, 2005, p. 206).

**Ressoma.** O apego é intrafísico. No renascimento, a conscin apega-se, por exemplo, ao soma, preocupando-se em excesso com a juventude e ilusórias posses e bens materiais.

**Mesologia.** Em nossa sociedade, predomina uma cultura doentia estimulando apego: ao corpo, dinheiro, trabalho, vaidades, beleza e outros. São apegos que ancoram antievolutivamente. Há estressante corrida para esses bens, quando o ideal seria exercitar, diariamente, o desapego sadio às formas materiais antievolutivas.

**Exemplo.** O estudo apego-desapego interessa a quem quer e pode descartar os bens para eliminar a tanatofobia: medo do descarte do soma sentido por consciências intrafísicas (conscins) e extrafísicas (consciexes) ignorando a condição de dessomadas. Os apegos podem ser multimilenares.

**Antievolutivo.** O apego excessivo aos bens materiais produz falsa segurança e dependência, podendo comprometer reciclagens conscienciais pró-evolutivas.

**Pró-evolutivo.** O desapego sadio quebra paradigmas pessoais reavaliando valores, atualizando comportamentos, debatendo conceitos e imposições.

**Patologia.** O apego patológico deriva da incompletude existencial demonstrada pela sensação de vazio, tempo perdido e pela urgência em fazer algo que talvez nem se sabe o que é.

**Finalidade.** A finalidade do desapego sadio é evitar o desvio da proéxis e se firmar na meta do completismo existencial.

**Homeostase.** Importa desapegar-se para conquistar autossegurança, autonomia, maturidade, enfrentando imaturidades e libertando-se dos medos limitadores das manifestações conscienciais.

**Entendimento.** A compreensão da transitoriedade da vida intrafísica, da inutilidade das posses, da eliminação do corpo, pela morte biológica, e, principalmente, dos valores conscienciais, enquanto única bagagem pertinente à consciência auxilia exercitar o desapego.

**Proéxis.** Apego saudável garante sobrevivência. Corpo, base física, família e dinheiro importam para a programação existencial (proéxis). Centrar-se apenas na materialidade desvaloriza a bagagem vivencial impedindo a dinamização do processo evolutivo.

**Neofobia.** O apego a comportamentos arcaicos acontece pela neofobia. A mudança desestabiliza. Buscando segurança, a consciência se apega a seus hábitos muitas vezes sem perceber que é uma falsa ou pseudo-segurança. Esta postura pode ocorrer por falta de abertismo para novas ideias e possibilidades, apegando-se até aos motivos e justificativas para a estagnação evolutiva.

## TRAFORES IDENTIFICADOS

**Habilidades.** Em contrapartida às imaturidades destacadas, há a identificação de trafores, “o traço-força da conscin, capaz de impulsioná-la no caminho da evolução autoconsciente” (VIEIRA, 1994, p. 447).

**Talentos.** Qualquer consciência pode ter trafores marcantes, talentos conquistados com maior autolucidez nas multiexistências, úteis para a interassistência e para melhorar a saúde integral.

**Identificação.** A tentativa de identificar os trafores e os trafores capazes de dinamizar ou paralisar a autoevolução contribui para aumentar a autoconsciência quanto ao processo evolutivo.

**Trafores.** Eis, em ordem alfabética, 15 trafores pessoais autopesquisados e autoavaliados em nível de 51% de utilização:

01. Adaptabilidade.
02. Autonomia nas escolhas e decisões.
03. Auto-organização.
04. Autossuficiência financeira.
05. Compromisso.
06. Determinação.
07. Dinamismo.
08. Disciplina.
09. Gosto pela pesquisa e escrita.
10. Motivação.
11. Neofilia.
12. Participação em tarefas grupais.
13. Planejamento.
14. Predisposição ao autoconhecimento e à autopesquisa.
15. Prestatividade.

**Autoaceitação.** Já os trafores ou imaturidades são enfrentados a partir da autoaceitação e posicionamento do pesquisador: “Quem entende, identifica e aceita a realidade dos autotrafores consegue exterminá-los de vez” (VIEIRA, 1994, p. 444).

**Ferramentas.** Ações terapêuticas, para se libertar do subnível evolutivo, tornam-se necessárias à conscin: autopesquisa profunda, domínio pessoal da bioenergia, autodomínio emocional, projetabilidade lúcida e discernimento maduro, além do autoesforço consciencial diuturno.

**Perdas.** A despriorização, a permanência no paradigma convencional e a acomodação desviam e atrasam as ações planejadas, com perdas irrecuperáveis de tempo e energias.

**Insatisfação.** A melin (melancolia intrafísica) começa com sensação de incompletude (incompléxis) e ansiedade ao temer a incapacidade e o insucesso.

**Oportunidades.** Considerar a oportunidade e o tempo intrafísico que restam para realizar trabalho tarístico aproveitando as capacidades autodesvalorizadas por insegurança, autoimagem distorcida e perfeccionismo; condições egoicas, simultaneamente aprisionadoras e antiassistenciais por tender alimentar outras consciências intra e extrafísicas semelhantes. Importa usar os trafores da determinação e da disciplina para investir no autoconhecimento, com o foco assistencial pelo exemplarismo.

## DESAPEGO DA VIDA INTRAFÍSICA

**Cronologia.** Eis a seguir, breve cronologia que ilustra o início do processo de mudança pessoal mais contundente.

**Início.** O planejamento técnico para desapego das imaturidades iniciou há seis anos, após o curso de Pesquisologia Aplicada (PEA), da ARACÊ, e de experiências laboratoriais conscienciológicas, destacando-se os experimentos no Laboratório *Serenarium*, onde a autora vislumbrou a possibilidade de contribuir para o esclarecimento de outras consciências com dificuldades similares.

**Técnica.** O ano de 2014 foi decisivo na atual vida intrafísica da autora. De 28.12.2013 a 27.12.2014 foi realizada a técnica de mais um ano de vida, que supõe o advento da dessoria após 12 meses.

**Propósito.** Essa técnica, proposta pelo pesquisador Waldo Vieira (1994, p. 607), permite rever as propostas de vida, observando pendências esquecidas, reconciliações a serem efetivadas, reciclagens evolutivas indispensáveis, entre outras importantes demandas.

**Ano decisivo.** É considerado *ano decisivo* pela oportunidade de revisão de conceitos e comportamentos arcaicos, desatualizados, sem sentido para o atual contexto no qual a autora já aprendeu e assimilou posturas mais saudáveis e fraternas. Foi também ano de profundas reflexões que poderão levar a patamar mais condizente com o autoconhecimento presente.

**Responsabilidade.** A escolha de melhorar e amadurecer gera responsabilidade assistencial e exemplarista que tem como pano de fundo as vivências cotidianas.

**Compromissos.** Já estavam claros para a autora os compromissos nesta vida, não ligados apenas ao grupo familiar. Com esse, a necessidade de reconciliação premente ensejou planejamento de ações apropriadas para os casos específicos. Urgia desenvolver outros interesses que promoveriam a realização das metas programadas direcionando e motivando para algo maior.

## IMPEDIDORES EVOLUTIVOS

**Desafios.** Seguem-se 9 tipos de conceitos e posturas conservadoras, comodistas, resistentes e repressoras autoenfrentadas e demonstradas na presente autopesquisa:

**1. Resistência ao uso da tecnologia.** Ao utilizar novas ferramentas da tecnologia moderna, a autora desvencillhou-se da neofobia, ou do medo da coisa nova, passando a se envolver e aceitar novos conhecimentos.

**2. Desapego do passado.** Libertar-se dos laços passados é necessário para o equilíbrio e harmonia pessoal no presente. Aprendizados da convivência anterior geraram autofortalecimento. O passado deve ser respeitado, pois pertence ao arquivo histórico pessoal; porém o melhor é priorizar o presente direcionando o foco a novos projetos assistenciais que promovam a autoevolução.

**Liberção.** Durante muitos anos, pela saudade, evocava o primeiro marido dessorado. Numa projeção, foi percebida sua presença com o pedido de libertá-lo para suas tarefas. Ao acordar houve a clara sensação do seu abraço de despedida. A grande lição retirada daquele experimento foi desapegar-me da consciex, cuidando da própria vida.

**3. Duplismo.** O desapego do passado propiciou o encontro de novo parceiro para a formação de dupla, para convívio afetivo, com foco assistencial: compartilhar experiências, desfrutar a atenção de um companheiro que também busca encontrar na dupla troca de afeto e energias; em convivência harmoniosa, dar um sentido maior para a estada no intrafísico, com aprendizados pró-evolutivos, contribuindo com o exemplarismo do comportamento renovado.

**4. Recursos intrafísicos.** O recurso financeiro, geralmente, se apresenta como dificultador nas inter-relações, quando cada um se fecha na sua maneira de pensar e agir. Com independência financeira conquistada surge a dificuldade: sair da zona de conforto de considerar que “o que é meu é só meu” e partilhar com o duplista recursos necessários.

**Neorrealidade.** Principia a experiência de dividir condomínio, gastos com alimentação e higiene, taxas básicas de manutenção da casa, em clima de entendimento, após incômodos que fazem parte da condição rígida da autora.

**Autoenfrentamento.** A compreensão aumentará com o autoenfrentamento de conceitos desatualizados pelo desapego de posturas rígidas, egoístas e controladoras.

**5. Locais e moradia.** A construção de chalé no *Campus ARACÊ*, centro de pesquisa da Conscienciologia, para vivenciar a condição de pesquisador-voluntário-residente, facilitou a vinda do duplista para fixar moradia no estado do Espírito Santo, saindo de cidade onde viveu durante 70 anos.

**Autodesafios.** Incontáveis aprendizados com a convivência duplista e ainda com o descarte de hábitos de consumo inútil e acúmulo de objetos são conquistas favorecidas em nova moradia de 40m<sup>2</sup>.

**6. Alternativas e possibilidades.** Conceitos retrógrados de que na 3ª idade as pessoas devem ficar presas à família pelos possíveis imprevistos quanto à saúde eram pensamentos próprios da autora e do seu grupocarma. Na atualidade, a adoção de atividades físicas regulares, a realização de *check-ups* constantes e o autocuidado tranquilizam familiares eventualmente preocupados.

**Renovação.** Com independência financeira e conhecedor de suas possibilidades, o casal pode se aventurar por outras opções de moradia e atividades prazerosas.

**Grupo familiar.** Na família, a afeição excessiva dificulta o distanciamento, que pode ser proveitoso se cada um discernir compromissos evolutivos e comprometimentos grupais. Afastamento geográfico não impede união familiar.

**Autoaperfeiçoamento.** Promovendo as próprias pesquisas em prol de aperfeiçoamento pessoal cada um contribuirá com o amadurecimento e fortalecimento do grupo familiar.

**Liberdade.** O novo padrão de energias gerado pela liberdade para decidir o próprio caminho dinamiza a reconciliação impelindo a evolução grupal. Posicionamento íntimo amplia a mundividência e os empreendimentos proexológicos.

**7. Aprimoramento consciencial.** A opção pelo aprimoramento consciencial com viagens para cursos e autorreflexões trouxe desaparegos de posturas desatualizadas.

**Lições.** Novos cenários instalados com lições significantes de desaparegos de conceitos e comportamentos miméticos aconteceram.

**8. Voluntariado.** “Voluntariado é a atividade que o indivíduo realiza por livre e espontânea vontade, sem obter benefício financeiro ou material em troca, com o objetivo de ajudar ou assistir outras conscins” (NONATO *et al.*, 2011, p. 147).

**Princípio.** Na Conscienciologia, o voluntariado é realizado em alguma IC; o trabalho baseia-se no esclarecimento quanto à realidade multidimensional e pluriexistencial da consciência, segundo o princípio da descrença: *não acredite em nada, nem mesmo nestas informações. Tenha as próprias experiências.*

**Benefícios.** O trabalho voluntário no *Campus ARACÊ* é excelente ferramenta de autopesquisa contra perfeccionismo, autoimagem distorcida, melindres, comunicação falha, cobrança, vitimização e outros condicionamentos pluriexistenciais.

**Inter-relações.** O trabalho do grupo evolutivo gera resultados satisfatórios quanto à melhoria das inter-relações e conscientização da proéxis em grupo. Neste contexto, cada elemento realiza seu papel de minipeça no maximecanismo assistencial.

**9. Tridotação.** A motivação para o desenvolvimento pessoal nas áreas da comunicação, intelectualidade e parapsiquismo independe de idade, mas da determinação, vontade e esforço pessoal.

**Audição.** A dificuldade auditiva, acometida pela autora, é fator somático que interfere no bom desempenho comunicativo. Aparelhos específicos incluem pessoas com essa deficiência, visando à melhoria da comunicação facilitando sua participação em atividades pró-evolutivas para as quais há interesse e motivação.

## TÉCNICAS APLICADAS PELA AUTORA

### 1. Técnica de mais um ano de vida

**Dinamização.** A aplicação da técnica de mais 1 ano de vida auxilia o pesquisador a definir e a realizar as metas principais da existência, dinamizando seu rendimento consciencial no período suposto como seu último ano de vida intrafísica.

**Metas.** Estabelecimento de metas e ações facilitadoras da interassistência grupal e com o duplista com objetivos pró-evolutivos.

### 2. Técnica do Desassédio Mentalsomático

**Assistência.** Evita-se entrar ou permanecer na condição de assediado, realizando a tares (tarefa de esclarecimento) para as consciências assediadoras investindo na técnica do desassédio mentalsomático, por meio de leitura, por exemplo, de obra conscienciológica ou pelo grafopensene.

**Registro.** Autorreflexão e registro grafopensênico periódico das dificuldades e incômodos, pesquisa dos temas esclarecedores, anotação dos fatos cotidianos e autoenfrentamentos das carências conscienciais têm sido ações mentais facilitadoras de desassédios conscienciais.

### 3. Técnica da Diferenciação Pensênica

**Definição.** “A diferenciação pensênica é a técnica interdimensional de análise cotidiana dos pensenes, visando diferenciar autopensenes de heteropensenes, nas contínuas interações conscienciais multidimensionais entre conscins, consciexes e holopensenes” (STÉDILE *et al.*, 2012, p. 6).

**Reciclagem.** Cenários instalados pelos amparadores com foco assistencial propiciam a análise de pensamentos e atitudes egóicas favorecendo a reciclagem de comportamentos inflexíveis, rígidos e controladores.

**Resistência.** A resistência contra novas formas de pensar e agir, frequentemente para encobrir o medo do novo, gera insegurança quanto aos próprios potenciais. Evita-se, também, assumir atitudes e comportamentos mais liberais temendo a responsabilidade.

### 4. Técnica do Binômio Admiração-Discordância

**Resultados.** A aplicação da técnica admiração-discordância favorece o entendimento na inter-relação com o duplista. Pode-se admirar e valorizar seus trafores e, ao mesmo tempo, divergir de seus pontos de vista. Mesmo na divergência pode haver compreensão e aprendizados quando o foco é a interassistencialidade.

### 5. Técnica do Autovivenciograma

**Definição.** “A técnica do autovivenciograma é a sistematização de autovivências significativas para determinação e análise valorativa da realidade do microuniverso consciencial do autopesquisador, pela associação máxima de ideias, identificando o fato ou parafato vivenciado, a exegética, a taxologia, o aprendizado e sua aplicabilidade em novas experiências, com base no paradigma consciencial” (STÉDILE & FACURY, 2010).

**Aplicação.** Registro, análise detalhada, interpretação e classificação dos temas das vivências diárias com aplicação prática dos aprendizados geram arquivo pessoal de autopesquisa.

## PRÁTICAS

**Ações.** A autora registra a utilidade de importantes ações práticas realizadas no período de 2009/2015: participações, através de experimentos no Laboratório *Serenarium*, em Laboratórios Conscienciológicos de 1h30 e de 3h30 de duração, em Dinâmicas Parapsíquicas semanais, Técnicas Projetivas, em cursos, imersões e eventos na CCCI, além da colaboração em tarefas no voluntariado da ARACÊ.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

**Terceira idade.** Experimentando a 3ª idade, a autora conclui que a busca da serenidade é fundamental. A conquista da harmonia interior traz renovação mental, emocional e energética com repercussões saudáveis no corpo físico, mesmo desgastado pela idade.

**Serenidade.** O estabelecimento da homeostase holossomática favorece a conquista da condição de serenismo.



**Autossuperações.** A coragem para aceitar e abrir mão de imaturidades, assumir e utilizar os talentos e potenciais para investir em ações renovadoras impulsionou a autora a bancar e priorizar novas responsabilidades e desafios.

**Desapego sadio.** Buscar novas possibilidades de desapego poderá representar, ainda, preparação saudável e madura para a dessoria.

**Autodescobertas.** A autopesquisa, ferramenta conscienciológica que ajuda a consciência a efetivar reciclagens através de transformações íntimas, foi fundamental para o trabalho da autora que se colocou frente a frente, encarando a si mesma, realizando autodescobertas para serem trabalhadas e melhoradas.

**Coragem.** Essencial é substituir o conceito de que “não tenho idade para isto” pela coragem consciencial. Não existe limite de tempo para o investimento no crescimento pessoal. Sempre é tempo de recomeçar e desfazer condicionamentos cristalizados.

**Atualização.** Para aqueles que ainda se sentem apegados a ideias preconcebidas e hábitos arcaicos vale a dica de sua atualização, que poderá gerar ganhos saudáveis e evolutivos.

## REFERÊNCIAS

1. **Arakaki**, Kátia; *Viagens Internacionais: o Nomadismo da Conscienciologia*; Editares; Foz do Iguaçu; PR; 2005.
2. **Balona**, Málu; *Autocura através da Reconciliação: um Estudo Prático sobre a Afetividade*; IIPC; Rio de Janeiro, RJ; 2003.
3. **Costa**, João Paulo & **Dayane** Rossa; *Manual da Conscin-Cobaia*; Editares; Foz do Iguaçu; PR; 2014.
4. Curso *Autoconscientização Multidimensional* - AMD; ARACÊ; Anotações pessoais; 2013.
5. **Farina**, B. C.; Técnica de Mais 1 Ano de Vida Intrafísica; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 2; N. 3; CEAEC; Foz do Iguaçu; PR; 1998.
6. **Haymann**, Maximiliano; *Síndrome do Ostracismo: Mecanismos e Autossuperação*; Editares; Foz do Iguaçu; PR; 2011.
7. **Nonato**, Alexandre; **Zaslavsky**, Alexandre; **Colpo**, Felipe; **Amaral**, Flávio; **Muradás**, Silvia; *Inversão Existencial*; Editares; Foz do Iguaçu; PR; 2011.
8. **Stédile**, Eliane; & **Facury**, Marco Antônio Rocha; *Autovivenciograma: Técnica para a Autopesquisa*; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 14; N. 1; CEAEC; Foz do Iguaçu; PR; 2010.
9. **Stédile**, Eliane; **Lückmann**, Mariangela; **Seno**, Ana; **Athayde**, Greice; **Martins**, Irene Sória; **Facury**, Marco Antônio; **Machado**, Maria Luzia; *Diferenciação Pensênica*; Conscienciologia Aplicada, Ano 12, N. 09, Edição Especial; ARACÊ; 2012; página 4.
10. **Vieira** Waldo; *700 Experimentos da Conscienciologia*; 1058p.; IIPC – Instituto Internacional de Projeciologia; Rio de Janeiro; RJ; 1994.