

# Autopesquisa na 3ª Idade: Recomposição Grupocármica e Voluntariado – Relato de Caso

Self-Research in the Third Age: Groupkarmic Recomposition and Volunteering – Case Report

Autoinvestigación en la 3ª Edad: Recomposición Grupocármica y Voluntariado – Relato de Caso

**Marli Andrade\***

\* Geógrafa. Mestre em Análise Territorial. Tenepessista. Participante do *Colégio Invisível de Longevologia*.  
marlitma@gmail.com

Relato recebido em: 12.10.2023.

Aprovado para publicação em: 20.12.2023.

## INTRODUÇÃO

Este relato busca apresentar, em linhas muito gerais, o processo de recomposição grupocármica que vivenciei especificamente com minha mãe e que continuo a vivenciar com os demais familiares. Entendo que não estamos juntos por acaso e que perdoarmo-nos mutuamente e aprendermos a nos amar é cláusula pétrea para a presente ressonância. Tal entendimento, aparentemente adormecido em meu subconsciente, me foi revelado através da Conscienciologia que forneceu as ferramentas para ampliar minha visão de mundo e despertou a necessidade da autopesquisa. O voluntariado significou uma oportunidade para praticar os preceitos conscienciológicos e refletir sobre o fato de que não só eu, mas todos os companheiros evolutivos, temos os nossos acertos a serem feitos. Escrever nossa autobiografia permite ver os caminhos que trilhamos devido a nossas escolhas e reconhecer o que poderíamos ter feito melhor.

## DESCRIÇÃO

Ao conhecer e estudar os preceitos da Conscienciologia, compreendi o alcance do processo grupocármico, evidenciando a necessidade da autopesquisa para minimizar e recompor as consequências desafiadoras geradas pelo convívio familiar. Ao longo desta ressonância estive constantemente envolvida em conflitos grupocármicos, especialmente com minha mãe. Embora eu não entendesse ainda que estamos juntas para nos reconciliarmos e aprendermos a nos amar, aprendi que minha proéxis estava direcionada especificamente à recomposição grupocármica.

Desde que me lembro, presenciava desavenças recorrentes e diárias entre meus pais. Meu pai tornara-se alcoólatra e não tinha responsabilidade com a manutenção da família. Aos 4 anos de idade deparei-me com minha mãe tentando suicidar-se. O impacto dessa eventual perda e a raiva por ela tentar me abandonar também deixaram sequelas psicológicas muito fortes, tais como baixa autoestima, vitimização e autossabotagem. Esses traços acentuaram-se à medida que eu crescia. Quando fiz 11 anos finalmente meus pais se separaram.

Na adolescência o convívio com minha mãe tornou-se insuportável, a ponto de eu sair de casa e ir trabalhar em outra cidade. Aparentemente ela não conseguia me perdoar por eu ser filha de meu pai e colocava em meus ombros todas suas frustrações. Uma das primeiras pessoas que conheci nessa nova cidade foi o meu marido. Assim que o vi foi como se o tivesse reconhecido: parecia-me familiar e amigável, e é bem assim que ele tem se revelado ao longo dos 55 anos de casamento.

Mesmo à distância, os desentendimentos com minha mãe continuaram através do tempo. A cada 4 anos meu marido era transferido para uma nova cidade até que, ao se aposentar, por ser o momento em que nossos filhos começariam a cursar suas respectivas faculdades, voltamos a residir em Porto Alegre. Os desentendimentos não cessaram. Apenas estavam em outro nível graças ao acréscimo de novos personagens, seus netos.

Ao compreender os preceitos do paradigma consciencial descobri, em mim mesma, ferramentas para reconciliar-me com minha mãe. Bastava usá-las com sabedoria. Para esse aprendizado mergulhei na autopesquisa detectando assim os princípios de minhas mazelas. A prática da tenepes, a partir de 2008, apaziguou e organizou meus pensenes e passei a cultivar gratidão. Até que, aos 95 anos, minha mãe adoeceu ao mesmo tempo em que meu marido teve um infarto. Sem alternativa, levei-a para minha casa onde ela permaneceu por 4 anos e meio.

Morando juntas, mesmo com a convivência difícil, tivemos momentos de harmonia, bom humor e compreensão mútuas. Comecei a perceber nela os primeiros indícios de senilidade. Quando ela estava bem, conversávamos sobre nosso passado e entendi que, definitivamente, ela fez o melhor que pode com as possibilidades e ferramentas de que dispunha. As lembranças de muitos eventos que me traziam tristeza foram se desvanecendo até eu chegar ao entendimento de que, de uma forma muito estranha e rude, ela agiu sempre de forma a me proteger.

Em dado momento me vi obrigada, pelas minhas condições físicas, a colocá-la em uma clínica geriátrica. Fiquei tão mal por ter de tomar essa decisão que me tornei hipertensa. Eu a visitava diariamente e assim pude acompanhar o desenvolvimento de sua senilidade e os, cada vez mais raros, momentos de lucidez. Nesses momentos, ela me olhava carinhosamente e dizia: “minha rica filha!”

Chegou a época da pandemia COVID-19 e eu fiquei impossibilitada de visitá-la. Apesar de todos os cuidados dos profissionais, em setembro, um funcionário contaminado infectou com covid as pacientes da Clínica. Minha mãe não resistiu e dessorou, aos 102 anos.

Após sua dessoro o processo de reconciliação e recomposição aparentemente acelerou-se. Nossa vida em conjunto praticamente desfilou diante de meus olhos e pude identificar os muitos erros e intolerâncias que cometi também, ora por não me sentir amada, ora por não ser compreendida. Hoje, com muita gratidão, carrego-a carinhosamente em minha lembrança.

Recebi grande suporte energético de parte dos companheiros evolutivos do *Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia* (IIPC) de Porto Alegre, não só em meu período de voluntariado como também durante a etapa de cuidados com minha mãe. O voluntariado nos permite retribuir, de certa forma, um pouco do muito que recebemos com os conhecimentos adquiridos na Conscienciologia.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

No atual momento em que escrevi esta síntese de autobiografia, percebo em mim um sentimento de enorme gratidão. Gratidão por ter tido o incentivo para escrever este relato e através dele, como fruto de incontáveis reflexões, ter percebido os nós, os mal-entendidos, os emaranhados de sentimentos, os laços feitos

---

e desfeitos e a certeza de que sim, poderia ter feito melhor. Ao mesmo tempo, e isto me parece ainda mais importante, passei a me reconhecer com autoestima mais elevada, estou eliminando as autossabotagens e parando de pensar que estou sempre errada. Aos 80 anos, me sinto no auge de minha capacidade de amar e entender o próximo e mais qualificada para aceitar o que não posso mudar.

