



Técnica da Autopremiação Profilática

Técnica de la Autopremiación Profiláctica

Prophylactic Self-award Technique

Sherida Wong

Resumo

O artigo propõe a *Técnica da Autopremiação Profilática*, baseada na vivência da autora em várias fases da vida. Após o reconhecimento de travões a serem ultrapassados, traçaram-se os desafios, não sem antes haver a pré-combinação pessoal de prêmio pelo feito alcançado. Seu uso continuado veio a impedir o agravamento de problemas comportamentais, agindo de modo profilático e cumulativo.

Palavras-chave: amparabilidade; antivitimização; assistência; autossuperação; parapsiquismo mentalsomático; premiação.

Resumen

El artículo propone la Técnica de la Autopremiación Profiláctica, basada en la vivencia de la autora en varias fases de la vida. Después del reconocimiento de frenos a ser superados, se trazaron los desafíos, no sin antes haber la pre-combinación personal de premio por el logro alcanzado. Su uso continuado ha venido a impedir el agravamiento de problemas conductuales, actuando de modo profilático y acumulativo.

Palabras clave: amparabilidad; antivictimización; asistencia; auto-superación; parapsiquismo mentalsomático; premiación.

Abstract

The article proposes the Prophylactic Self-award Technique, based on the author's experience in several phases of her life. After the recognition of personal difficulties to be overcome, the challenges were traced, but not without first having the personal pre-combination of a prize for every accomplishment. Its continued use has prevented the aggravation of behavioral problems, acting prophylactically and cumulatively.

Keywords: amparability; antivictimization; assistance; awards; mentalsomatic parapsychism; self-improvement.

INTRODUÇÃO

Este artigo foi produzido a partir da experiência da autora, primeiramente dentro do contexto familiar, ainda criança, na fase de adolescência e ao longo de seu processo pessoal de renovação na adultidade.

O objetivo é apresentar a *Técnica da Autopremiação Profilática* como método de autossuperação de *trafares*.

A motivação para a escrita deste trabalho foi a possibilidade de compartilhar as experiências vivenciadas pela autora, que podem servir de grande valia às consciências que hoje enfrentam situações semelhantes. Ressalte-se que o título em questão surgiu por mais de uma vez na prática da tenepes da autora, apresentando-se como algo a ser divulgado.

O mais interessante é que tal técnica foi desenvolvida por uma criança cujo mundo afetivo-emocional não era dos melhores: introspectiva, tinha vergonha de existir, não podia ser encarada - ficava rubra e com raiva de si mesma, preferia ser alguém invisível, não notada.

I. DEFINIÇÃO

Definição. A *Técnica da Autopremiação Profilática* consiste em premiar o interessado com algo que lhe seja prazeroso quando esse atingir metas por ele pré-determinadas, visando ultrapassagem de gargalos impeditivos ao seu desenvolvimento enquanto consciência, tais como travões comportamentais e atitudes comodistas.

Tema: Tema central homeostático.

Sinonímia: 1. Técnica da Autocompensação Homeostática. 2. Técnica do Autorreconhecimento do Sucesso. 3. Técnica da Autossuperação Objetiva. 4. Técnica da Autopremiação Evolutiva.

Antonímia: 1. Técnica da Autorrecriação Doentia. 2. Técnica da Autoculpa Persistente. 3. Técnica da Autorrepressão Constante. 4. Técnica da Autocobrança Nosográfica.

II. TÉCNICA DA AUTOPREMIAÇÃO PROFILÁTICA

A técnica proposta acontece no campo mentalsomático, mas provoca efeitos benéficos imediatos em todo o holossoma, sobrevivendo incremento da autoconfiança, sensação de dever cumprido e de pacificação íntima. Em termos profiláticos, temos a autoestima crescente como base para futuros avanços e como garantia de não haver retrocessos na caminhada para as autossuperações do interessado.

Para formatar a técnica aqui proposta, a autora se utilizou de técnicas auxiliares, tais como: utilização de trafores (persistência, coragem, parapsiquismo entre outros), introspecção profunda (solilóquio), busca de autonomia pessoal e foco na premiação.

III. APLICAÇÃO

1. **Primeiro passo:** identificar o travão a ser vencido.
2. **Segundo passo:** refletir sobre a atitude a tomar.
3. **Terceiro passo:** decidir sobre o prêmio a ser ofertado.
4. **Quarto passo:** avaliar as consequências.

Com foco na premiação, então, o interessado deve partir para a ação. (Vide Tabela de Casuísticas)

Cabe ressaltar que há de se aplicar o bom senso na seleção dos travões para os passos iniciais. Esses devem ser factíveis, para que se garanta a eficácia do método e não se desista diante do grau de dificuldade na ultrapassagem dos gargalos, sejam esses comportamentais ou não. Essencial observar que a aplicação da Técnica é válida em todas as fases da vida da pessoa interessada.

IV. HISTÓRICO

A partir de sete anos de idade, ao se perceber consciência, a autora começou a experimentar desconforto intenso na interação com pessoas fora do círculo familiar. Era a timidez surgindo, com todos os malefícios que poderia trazer. Sendo uma criança de grande recolhimento e introspecção, pensou em traçar um plano que a pudesse livrar das situações desconcertantes

Não poderia contar com a ajuda de ninguém: sofria de *bullying* psicológico dentro da família e o convívio diário com os pais e irmãos piorava a sua autoestima e agravava o quadro de timidez. Enfrentava ambiente frio, de assédio moral, com apelidos pejorativos adotados por todos. Também não tinha predileção de pai ou mãe, que, por vezes, também participavam das escolhas desses apelidos. Sendo a terceira de uma série de cinco filhos, vivenciava nítida preferência pelo único filho varão e outras duas irmãs.

Saliente-se que o traço da timidez, por hipótese, pode até ter tido origem em vida passada, mas o meio familiar certamente contribuiu para a piora desse problema.

A autora mentalizou, então, estratégia que poderia ser a solução. Como toda criança, era apaixonada por balas e chocolates. Antes, ao receber algum trocado dado por uma tia, pedia à irmã mais velha que comprasse algo e combinava previamente que dividiria o doce com ela. Era o *pagamento* pelo extremo acanhamento de ir à loja. Tal situação a incomodava muito e decidiu tomar atitude diferente.

Raciocinou que, se tivesse a devida coragem de comprar sozinha, ganharia duas vezes: 1. Comer a delícia por inteiro. 2. Ficaria muito feliz pelo feito alcançado. Claramente, temos aí uma estratégia de ganha-ganha.

Na fase de adolescente, pôde notar o quanto o travão da timidez, embora mais suavizado, era prejudicial no processo de comunicação. Estudava inglês, mas só conseguia falar de modo mais fluido dentro da sala de aula. O contato com o mundo exterior trazia grande bloqueio, também por medo de não se expressar corretamente.

Esse processo foi se desenvolvendo ao longo da vida, com o travão da timidez cada vez mais minimizado e eliminado de vez na adultidade.

Resumindo, a autora acabou se utilizando de seus traços força de persistência, coragem e pró-atividade, com o objetivo de ficar independente dos outros. Alcançou crescentes vitórias, sempre premiadas pelos mais diversos sabores, num processo de satisfação íntima e de autoconfiança crescentes. Permitiu que se aflorassem outros traços força, entre eles, o da racionalidade e de assistencialidade.

Quanto à profilaxia da baixa autoestima, essa impediu o surgimento de situações tão presentes na sociedade de hoje, como depressão, alienação, autovitimização, ressentimentos e até outras doenças.

Importante salientar que, não só da técnica utilizada afloraram seus traços. Teve a oportunidade de conviver com amparadores intrafísicos que proporcionaram, talvez de modo inconsciente, a melhoria incomensurável de sua autoestima, num processo de *bola de neve* muito saudável.

A destacar:

1. Uma tia solteira, que, notando a discriminação sofrida no meio familiar, tornou-se uma espécie de madrinha extraoficial;
2. Um professor de Matemática (Prof. Heraldo Portocarrero; Curso Portocarrero) que, aos 11 anos de idade da autora, apresentou a beleza do raciocínio lógico, podendo a mesma se perceber inteligente a ponto de entrar para o quadro de honra da escola já no primeiro mês, deixando os familiares boquiabertos;
3. Uma professora de Português (Prof. Odila; Colégio Pedro II), na fase de adolescente, que não economizava elogios e pedia sempre a leitura em classe das melhores redações escritas pela autora. A todos esses, a autora nutre profunda gratidão.

Aos quarenta e dois anos de idade, a autora foi surpreendida pelo aparecimento de um câncer de mama, em estágio inicial. Mesmo assim, foi submetida a um rigoroso e longo tratamento, com quimioterapia e radioterapia, que a fizeram perder os cabelos por um ano. Já mais amadurecida, não culpou a ninguém pela doença e nem se vitimizou. Sabia ser de origem genética (parte de avó materna), provocada por estresse muito intenso, com a decisão de optar por mudanças na carreira (concurso público). Não tirou licença médica por vontade própria e continuou a trabalhar por saber

ser esta a melhor atitude. Ao invés da autovitimização, escolheu a proatividade e aproveitou a crise para trabalhar traço negativo que lhe era característico: *a rigidez nos posicionamentos*, que tanto acomete os diplomados em ciências exatas.

Tudo isso foi possibilitado pelas práticas adotadas no passado e pela aplicação da técnica, que trouxe confiança e entendimento bem mais amplo da razão de sua existência.

Sob a ótica da Conscienciologia, nota-se que houve a adoção de postura de antivitimização e proatividade, ao que tudo indica, trazida de vidas anteriores. Desde criança, a autora era convicta da existência de outras vidas e de consciências amparadoras extrafísicas, embora os pais em nada a tenham afetado quanto à religiosidade. Não eram adeptos de qualquer religião. Sem dúvida, houve forte amparo extrafísico no desenrolar de todo esse processo.

A autora mudou completamente de padrão: se antes parecia não ser capaz de nada, passou a ser capaz de tudo, numa demonstração de grande virada diante dos irmãos e demais familiares, determinando condição de exemplarismo saudável, que veio permitir a assistência a todos eles.

As inúmeras reciclagens realizadas permitiram à autora se enxergar na condição de consciência capaz de assistir a toda família, exercendo o papel de amparador intrafísico:

1. Ao pai já idoso até a decessão, supervisionando desde seu imposto de renda até assistência médica, proporcionando os devidos deslocamentos.
2. Aos irmãos, com assistência psicológica e exemplarismo, nos casos de doenças fatais, depressão profunda, compulsão doentia.
3. À mãe, com supervisão financeira, cuidados com a saúde e problemas domésticos.

A autora ainda pesquisa e considera a hipótese de ter ela mesma escolhido a família para esta vida atual, como parte de sua proéxis.

V. CASUÍSTICAS

Ao longo da vida, a premiação foi alcançando outras formas, como exemplificado no Quadro de Casuísticas, sugerindo ser técnica eficaz no alcance de autossuperações e metas evolutivas, aplicável em qualquer fase da vida.

Para melhor elucidação, apresentam-se alguns casos reais da autora, ocorridos em fases diferentes de sua vida.

Fase da vida	Travão a ser vencido	Atitude a tomar	Prêmio ofertado	Consequências observadas
Menor que 10 anos de idade	Timidez doentia	Compra de um doce, sem enrubescer	O próprio doce comprado	Ganho de AUTOCONFIANÇA
Adolescência	Timidez ocasional	Ler em público a própria redação sem emocionalismo	Uma roupa nova, quando ganhasse algum dinheiro	Incremento da AUTOESTIMA E CONFIANÇA
Universitária	Manutenção do foco nos estudos	Enfrentar a discriminação dos colegas masculinos	Obtenção do diploma de engenheira	Incremento da AUTOESTIMA, CONFIANÇA e PARAPSIQUISMO
Adulthood menor que 50 anos de idade	Coragem de largar o certo pelo duvidoso	Mudança de emprego: concurso público	Viagem internacional	Além das acima citadas, surgiram trafores que estavam adormecidos, como bom humor, liderança e cosmoética
Adulthood maior que 50 anos de idade	Falar inglês com desenvoltura, sem inibição	Frequentar turma de conversação da língua	Viagem à Inglaterra	Mais trafores foram surgindo, tais como assistencialidade e gratidão

VI. ANÁLISE

Observando-se o Quadro de Casuísticas, pode-se concluir que a referida técnica foi se aperfeiçoando com o decorrer da existência da autora, com premiações diferenciadas, conforme o grau de desenvolvimento consciencial.

A premiação foi proporcional a cada desafio. Denota-se claramente que houve crescente confiança em sua capacidade de superação, com consequências positivas de alto nível evolutivo.

CONCLUSÃO

Considerando-se os enormes benefícios que a *Técnica da Autopremiação Profilática* traz, pode-se concluir que o primeiro passo dado, ainda que na fase infantil da autora, foi inspirado em amparo extrafísico, associado ao parapsiquismo da autora.

Importante salientar que a inexistência de resquícos emocionais como mágoas, ressentimentos ou ciúmes diante do grupo familiar fez surgir o sentimento de gratidão da autora, pela oportunidade de aprendizado nos tempos nada fáceis. Fosse ela cercada de cuidados e mimos excessivos desde criança, não teria atingido o nível de sucesso em suas empreitadas, nem tampouco atingido um alto grau de amadurecimento consciencial.

Não se pode deixar de comentar que as várias recins propiciadas por tal técnica foram muito úteis na superação da grande *falta de afetividade* herdada do ambiente familiar. O amadurecimento interassistencial proporcionado pelo convívio com a dupla evolutiva trouxe importantes transformações, saneando essa deficiência e fazendo aflorar a afetividade mais saudável.

O entendimento dos conceitos da Conscienciologia ampliou significativamente a lucidez da autora quanto a sua proéxis. Se antes convivia num ambiente hostil, passou a encarar os familiares enquanto consciências em evolução, carentes de assistência. Assim, potencializou-se a compreensão das oportunidades desta vida, ficando como o *maior prêmio a ser alcançado o completismo existencial*.

**A FINALIDADE DA TÉCNICA DE AUTOPREMIAÇÃO PROFILÁTICA
É O RECONHECIMENTO DO MÉRITO PESSOAL ALCANÇADO,
COM SURGIMENTO DE PATAMARES INÉDITOS, ESSENCIAIS
À COSMOVISÃO DA CONSCIÊNCIA.**

BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

1. VIEIRA, Waldo; *Dicionário de Argumentos da Conscienciologia*; verbete: *Antigargalologia*; páginas 159 a 162.
2. VIEIRA, Waldo; *Enciclopédia da Conscienciologia*; verbete *Parapsiquismo Mentalsomático*.

Sherida Wong é graduada em Engenharia Elétrica, especialista em Telecomunicação. Voluntária da Conscienciologia desde 2016. Atualmente voluntária no IIPC Sede.

E-mail: wongsherida@gmail.com