



# Teática da Sustentação do Holopensene Pessoal

*Teática del Mantenimiento del Holopensene Personal*

*Theorice of Personal Holothosene Sustenance*

**Simone Maria Sandi**

## **Resumo**

Este artigo apresenta a trajetória de autopesquisa na identificação do motivo pelo qual a autora assumia postura de menos valia sempre que retornava à convivência com o grupo familiar. Objetivou com esta pesquisa qualificar-se para sustentar o holopensene pessoal mais maduro e alinhado com seu curso intermissivo. Como metodologia, utilizou-se de ferramentas evolutivas encontradas no ambiente didático e paradidático da Conscienciologia. O resultado desta pesquisa foi a identificação de traços afinizados com padrões religiosos, bélicos e tradicionalistas. No intuito de sustentar a maturidade do holopensene pessoal, utilizou como técnica para otimizar a autopesquisa o mapeamento do perfil do grupo familiar e a verificação da sua contribuição no contexto grupal geral.

**Palavras-chave:** habilidades conscienciais; proéxis; reciclagem holopensênica; sustentação.

## **Resumen**

*Este artículo presenta la trayectoria de la autoinvestigación en la identificación del motivo por el cual la autora asumía una postura de menor valor siempre que regresaba a su grupo familiar. El objetivo de esta investigación fue capacitarse para sostener el holopensene personal más madura, alineado con su curso intermisivo. La metodología utilizada fueron herramientas evolutivas encontradas en el ambiente didáctico y paradidáctico de la Concienciología. El resultado de esta investigación fue la identificación de rasgos alineados con patrones religiosos, bélicos y tradicionalistas. Para sustentar la madurez del holopensene personal, utilizó como técnica para optimizar la autoinvestigación, el mapeo del perfil del grupo familiar y la verificación de su contribución en el contexto grupal general.*

**Palabras clave:** habilidades conscienciales; proexis; reciclaje holopensénico; sustentación.

## **Abstract**

*This article presents the trajectory of self-research in identifying the reason why the author assumed a position of less value whenever she returned to living with the family group. With this research, she aimed to qualify herself to sustain a more mature personal holothosene, aligned with her intermissive course. As methodology, evolutionary tools found in the didactic and paradidactic environment of Conscienciology were used. The result of this research was the identification of traits in tune with religious, warlike and traditionalist patterns. In order*

*to sustain the maturity of the personal holothosene, she used as a technique to optimize self-research the mapping of the family group's profile and the verification of its contribution in the general group context.*

**Keywords:** *consciential skills; proexis; holothosenic recycling; support.*

## INTRODUÇÃO

**Definição.** A *teática da sustentação do holopensene pessoal* é a teoria e prática de a consciência co-nhecer, valorizar e manter suas habilidades e atributos conscienciais maduros conquistados nas séries de vidas humanas, assumindo-os com confiança e determinação em prol da interassistência.

**Sinonímia:** 1. Teática da propriação dos trafores. 2. Autovalorização e aplicação das capacidades. 3. Teática da autopenalização traforista.

**Antonímia:** 1. Teática da banalização das potencialidades. 2. Desvalorização dos atributos conquistados. 3. Teática da autopenalização traforista.

**Histórico.** A autora saiu do convívio com grupo familiar pela primeira vez quando foi morar na Itália, onde viveu por cinco anos, obtendo crescimento pessoal e profissional. No Brasil, estagiou e trabalhou em outras cidades até surgir a possibilidade de atuar numa companhia estadunidense de cruzeiros marítimos.

**Oportunidades.** Seu progresso profissional favoreceu contatos com outras etnias, línguas e costumes. Com isso, qualificou-se para, atualmente, voluntariar na área Internacional do IIPC.

**Retorno.** A cada retorno à casa, e junto com seu grupocarma, observou sua mudança para padrão de insatisfação e imaturidade, já superados. Não conseguia manter a motivação e o entusiasmo de viver manifestado quando da convivência com outros grupos longe do holopensene do grupocarma familiar.

**Trafarismo.** O contexto de proximidade com aquele grupo potencializava suas tendências autotrafaristas, o que trazia a vontade de sair de casa para voltar a se sentir na melhor versão de si mesma.

**Conflito.** Vivenciava o conflito entre o pensamento frequente de se liberar da pressão do holopensene grupocármico e sair do Brasil, ou não. Ao permanecer, teria que abraçar o sentimento proexológico de continuar no voluntariado no IIPC, recém-iniciado, além de praticar a tenepes (tarefa energética pessoal).

**Permanência.** Optou por permanecer no Brasil, e fazer o que sentia ser sua proéxis, com a decisão de investigar o porquê da necessidade de querer sempre ir embora.

**Resgate.** No intuito de ampliar, qualificar e reforçar o posicionamento pró-proéxis fez movimento para identificar e resgatar as capacidades e habilidades que já faziam parte do seu patrimônio consciencial.

**Desafio.** Após a identificação dessas, o grande desafio residiu na sustentação do holopensene mais maduro, aquele que se manifestava longe do grupocarma familiar.

**Religiosidade.** A sustentação dessa maturidade pode ser dificultada no convívio familiar onde há a presença de padrão pensênico religioso, cujos atributos de submissão e resignação são valorizados.

**Superação.** Para sobrepujar essa pressão é necessário assegurar as qualidades da atual condição consciencial em prol da própria evolução.

**Homogeneidade.** A verificação dos comportamentos e sistemas de crenças aliados ao tradicionalismo e expectativas do grupo une o grupocarma nuclear em padrão homogêneo de manifestação. *Analisar o grupo propicia a evitação pessoal de replicar os comportamentos multiexistenciais imaturos.*

**Traços.** Esse reconhecimento favorece a valorização dos trafores (traços força), pessoais e os dos componentes do grupo, usados como potencializadores da reciclagem dos trafares (traços fardos) e na conquista dos trafais (traços faltantes).

**Alívio.** A partir do posicionamento de reciclagens intraconscienciais, a pressão energética do grupo foi aliviada, possibilitando, também, o estímulo às mudanças grupais.

**Metodologia.** Para a identificação dos traços do grupocarma foi necessário que a autora entrasse em contato com sua holobiografia, utilizando como metodologia a auto-observação e técnicas que estão descritas no decorrer do artigo.

**Estrutura.** Este artigo está dividido em 4 seções:

I. *Autoconhecimento da Holobiografia.*

II. *Influência do Holopensene nas Reciclagens.*

III. *Sistemas de Crenças.*

IV. *Técnicas para Sustentação das Capacidades Conscienciais.*

## I. AUTOCONHECIMENTO DA HOLOBIOGRAFIA

**Holobiografia.** Segundo Costa (2013; p. 11.978), a holobiografia pessoal “é a história da evolução da consciência, ao longo da seriéxis, registrada na holomemória e relembra por meio de retrocognições e autopesquisas com base em fatos e parafatos, compondo o holocurrículo evolutivo.”

**Interprisão.** Na autopesquisa, a autora tem por hipótese ter tido algumas vidas no ambiente religioso, e que possa ter usado o traço da comunicação para manipular muitas consciências. Esta hipótese decorre das análises de projeções conscienciais e de reconhecimentos energéticos, incluindo as vivências intrafísicas.

**Afinizações.** Na atualidade, a autora pode sentir as repercussões dos grupos intra e extrafísicos envolvidos, exigindo dela maior esforço na sua reciclagem. Isso ocorre, por exemplo, quando, através de uma projeção consciente, a pessoa se vê atuando na condição de algoz.

**Dificultadores.** Deve-se refletir e avaliar quais são os dificultadores do posicionamento em assumir e consolidar as capacidades conscienciais, o motivo pelo qual a consciência quer e não consegue manter a postura mais equilibrada, mesmo quando já identificou o traço.

**Exemplos.** Eis 3 exemplos de dificultadores identificados pela autora nas suas vivências, elencados em ordem alfabética:

1. **Família.** Predomínio do holopensene antigo e interprisão.
2. **Medos.** Existência de cicatrizes psicossomáticas irracionais *versus* o conhecimento atual.
3. **Trafarismo.** Tendência à baixa autoestima, com trafores desprezados.

**Facilitadores.** Nas sucessivas ressonâncias, a consciência tem oportunidades de aplicar e adquirir habilidades, usando-as como facilitadores importantes para a reciclagem dos traços imaturos e na conquista de traços faltantes.

**Exemplos:** Eis 3 exemplos de facilitadores identificados pela autora nas suas vivências, utilizados para sustentar a requalificação, elencados em ordem alfabética:

1. **Desassédio.** Oportunidades para praticar técnicas energéticas em grupo.
2. **Tares.** Convivência com amizades raríssimas e colegas voluntários.
3. **Traforismo.** Enfoque no comprometimento, racionalidade e sentimento de retribuição.

## II. INFLUÊNCIA DO HOLOPENSE NAS RECICLAGENS

**Semelhanças.** Ter sentimento de menos valia e não assumir suas capacidades conscienciais podem ser consequências da autoinsegurança e autoexigência. Esses traços são potencializados, reforçados, na convivência com o grupo familiar com as mesmas características.

**Tradição.** Considerando uma família que tem histórico tradicional e religioso arraigados, os traços acima podem ser derivados a partir de 4 situações, enumeradas em ordem alfabética:

1. **Cultura.** Ação ou opinião contrária às pessoas de maior idade, entendida como desrespeito.
2. **Modelo.** Estrutura familiar de não questionamento da autoridade dos pais.
3. **Repressão.** Cultivo da humildade associada à evitação da inveja.
4. **Vigilância.** Crença na onipresença de Deus.

**Insatisfação.** Quando a consciência toma decisões desconsiderando os valores pessoais, para agradar alguém ou seguir a conduta esperada pelo grupo social, esta tenderá a se sentir insatisfeita e deprimida, reforçando o sentimento de inferioridade e a impossibilidade de mudança de patamar de padrão pensênico que estava manifestando.

**Suporte.** Da mesma maneira como são identificados trafores a serem trabalhados e reciclados, também é necessário identificar os trafores do grupo, pois é através destes que se pode ter suporte na renovação dos traços.

A vontade é o fator primordial quanto à reciclagem consciencial, porém, os ambientes e as consciências funcionam como agentes reverberadores de padrões pensênicos, facilitando ou dificultando para melhoria do pensene-padrão. (KUNZ, 2016; p. 26)

## III. SISTEMAS DE CRENÇAS

**Crenças.** As crenças são representadas por todas as informações que a consciência ouviu ou concluiu, e acabaram se tornando verdade absoluta para ela. A forma através da qual as consciências pensam, sentem e agem é, em parte, resultado de suas crenças. Por isso, cada pessoa atua diferentemente em situações idênticas.

**Renovação.** Identificado o sistema de crenças que rege o próprio comportamento, é hora de desformatá-lo para dar espaço a paradigma atualizado, mais liberto.

**Ressignificação.** É preciso ressignificar as experiências desagradáveis ou traumáticas, evitando reforçar os comportamentos nocivos e estendê-los a outras pessoas, e assim, evitar também alimentar estereótipos e agir de forma pessimista em situações específicas.

**Questionamentos.** O padrão pensênico plasma contextos e atrai consciexes, assediadores, guias amauróticos ou amparadores. Por isso, a importância de questionar os paradigmas pessoais, descartar o que não é necessário e ressignificar aqueles que limitam a trajetória evolutiva pessoal.

#### IV. TÉCNICAS PARA SUSTENTAÇÃO DAS CAPACIDADES CONSCIENCIAIS

**Otimizadores.** É importante mapear, dentre os traços limitantes levantados, quais são os mais relevantes, e a superação destes alavancará o processo de consolidação das capacidades conscienciais evolutivas.

**Singularidades.** Esses traços são personalíssimos, cada um tem sua lista de acordo com sua personalidade e maturidade. À primeira vista, podem parecer insignificantes, mas possuem força e podem influenciar quase que imperceptivelmente.

**Ferramentas.** Eis 8 técnicas e oportunidades que auxiliaram a autora na sua investigação, elencados em ordem alfabética:

1. **Anotações.** Situações vivenciais com o levantamento dos trafores, trafares e trafais. Essa prática permite a autorreflexão nos acontecimentos diários.

2. **Aprendizagem.** Leitura de livros de diversas especialidades e análise crítica de filmes de todos os gêneros, ligados à autoestima, à valorização de traços conscienciais, à sustentação do próprio holopensene em situações com holopensenes diversos.

3. **Autoexperimentação.** Percepções e parapercepções oriundas das técnicas energéticas, laboratórios projetivos e dinâmicas parapsíquicas. Registro de experiências projetivas.

4. **Autopesquisa.** Participação em cursos específicos de autopesquisa.

5. **Interassistencialidade.** Assistir, priorizando a tares.

6. **Introspecção.** Imersão no balneário energético do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC), em Foz do Iguaçu, e em cursos de Conscienciologia.

7. **Terapia.** Disponibilidade para ser evoluciente nas seções de Consciencioterapia.

8. **Voluntariado.** Labcons na coordenação de áreas como Conscienciocentrolgia, Técnico-Científico, Internacional, do IIPC, e outras atividades, na modalidades presencial e *online*.

**Reflexões.** Aprofundando na autopesquisa, a autora elaborou sua reflexão através de 3 questionamentos, com as possíveis soluções:

1. **Como sustentar o próprio holopensene diante das situações adversas?**

A. **Intenção.** Avaliar a intenção e viabilidade da ideia antes de se expor.

B. **Argumentação.** Fundamentar as ideias antes de manifestá-las.

C. **Posicionamento.** Sustentar os seus ideais, mesmo diante de resistência.

D. **Compreensão.** Compreender que estar contra o fluxo não é estar errado.

E. **Epicentrismo.** Questionar do porquê de estar em determinada situação/papel/atuação.

## 2. O que pode levar a consciência ter postura de escondimento?

A. **Entendimento.** Não se sentir entendida pelo grupocarma, uma vez que não vivenciaram as mesmas experiências.

B. **Julgamento.** Não ser apontada ou julgada por quem não entende o que se passa na sua intracoscencialidade.

C. **Ponderamento.** Não mostrar suas fraquezas com quem prioriza as superficialidades.

D. **Confrontamento.** Não se indispor com ninguém por não ter certeza de conseguir argumentar o seu ponto de vista até o final da divergência.

## 3. Como sustentar a decisão e posicionamento na divergência?

A. **Binômio.** Utilizar o binômio *admiração-discordância*. Discordar de algum assunto não quer dizer *ficar de mal* com a pessoa que está na oposição de ideias. A mesma pessoa age e pode falar sobre outros assuntos que admiramos.

B. **Argumentos.** Argumentações fundamentadas e coerentes. De preferência, vivenciadas, com embasamento teático.

C. **Autoconciliação.** Adequar-se ao nível de entendimento e de maturidade da outra pessoa. Às vezes, cabe fazer concessão, sem, no entanto, perder o foco da decisão já tomada.

D. **Cosmoética.** A ideia, a ação e a decisão devem ser boas para todos.

**Atitudes.** Em ordem alfabética, seguem 9 atitudes sugeridas para a sustentação do holopensene pessoal:

1. **Acoplamento.** Permitir acoplamento com o amparador na tares.

2. **Aproveitamento.** Aproveitar as oportunidades quando assim identificadas.

3. **Autoenfrentamento.** Permitir a identificação e enfrentar as reciclagens dos traços fardos.

4. **Assistencialidade.** Flexibilizar a agenda para atender diversas demandas, sejam elas pessoais, grupocármicas, assistenciais, permanecendo atenta à autopesquisa.

5. **Comprometimento.** Comprometer-se em manter o acordado.

6. **Improvisação.** Agir nas situações imprevistas, sem se deixar abalar.

7. **Otimização.** Otimizar o que faz de melhor, aproveitando cada momento com planificação e organização de tarefas.

8. **Prevenção.** Preparar-se para o inesperado, chegando adiantado e tendo em mente um *plano B*.

9. **Priorização.** Fazer levantamento do que é prioritário para o cumprimento da proéxis e tomar decisões a partir disso.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

**Identificação.** Ao identificar o traço fardo, já se tem 50% do problema resolvido. Se fosse fácil identificar o problema, o percentual não seria tão alto na primeira instância.

**Realidade.** É iniciando a autopesquisa, ainda quando se considera ser vítima do processo, que se pode identificar traços pessoais encobertos de acumpliciamentos e de comodismos.

**Assunção.** A assunção das capacidades conscienciais tem relação direta com bancar o holopense pessoal, independentemente de qualquer holopense vigente.

**Amparadores.** Diferentemente do esperado, o processo de autopesquisa de se identificar dentro do meio, de fazer reciclagens conforme aparecem os momentos críticos, é *agradável* e amparado. A dificuldade enfrentada permite a recomposição do traço e, normalmente, se apresenta amparador, intra ou extrafísico, ou ambos, para auxiliar.

**Coragem.** É importante salientar que, para ocorrer essa situação, é necessário o posicionamento do reciclante, sem escondimentos e desculpas. O candidato à reciclagem deve buscar se enxergar como realmente é. *A autoimagem percebida deve ser a real.*

**Independência.** Ao assumir os trafores atuais no holopense familiar, a autora se percebe numa condição de maior desprendimento, desapego, alívio, liberdade, independência, bem-estar, autonomia e autoconfiança.

**Autonomia.** A questão não é identificar se o holopense é certo ou errado, mas, sim, não se deixar influenciar e ter sua autonomia preservada. A sustentação energética pessoal é peça fundamental para o alicerce coerente da manifestação proexológica.

**Convivialidade.** Manter a interação com o grupocarma, a troca de experiências e conhecimentos, é fundamental na dinâmica evolutiva, valorizando e respeitando a singularidade de cada um.

**Consciencialidade.** O holopense pessoal é cartão de visita onde constam particularidades da holobiografia da consciência, única e especial, que, por isso, não deve ser abafada e sim manifestada.

**MUITAS VEZES, LEVA-SE ANOS PARA ADMITIR  
A RESPONSABILIDADE PESSOAL NA MANUTENÇÃO DE  
HOLOPENSE ANACRÔNICO, OU, AINDA, PARA SE  
CONSIDERAR PARTICIPANTE NO SEU FORTALECIMENTO.**

## REFERÊNCIAS

1. COSTA, Giuliana; *Holobiografia Pessoal*; verbete; In: Vieira, Waldo; (Org.); *Enciclopédia da Conscienciologia*; 9ª Ed. rev. e aum.; Digital; Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica (ENCYCLOSSAPIENS) & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2013; p. 11978 a 11982; disponível em <<http://encyclossapiens.space/nona/ECDigital9.pdf>>; acesso em 02.02.22.
2. KUNZ, Guilherme; *Manual do Materpensene – A Síntese da Consciência*; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2016.

## BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

1. MOTA, Tathiana; *Curso Intermissivo – Você se preparou para os desafios da vida Humana?*; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2016.

2. SANDI, Simone Maria; *Sustentação da Autopensividade Sadia*; verbete; In: Vieira, Waldo; (Org.); *Enciclopédia da Conscienciologia*; verbete N. 4.708; Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica (ENCYCLOSSAPIENS) & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2018; disponível em <<http://encyclossapiens.space/buscaverbete>>; acesso em 10/11/2020.
3. VIEIRA, Waldo; *700 Experimentos da Conscienciologia*; 3ª ed.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2013.
4. VIEIRA, Waldo; *Projeciologia: Panorama das Experiências da Consciência Fora do Corpo Humano*; 10ª ed.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2009.

**Simone Maria Sandi**, doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Turismo e Hospitalidade da Universidade de Caxias do Sul; voluntária da Conscienciologia desde 2011; docente de Conscienciologia.  
*E-mail*: smsandi@gmail.com