

PENSENIDADE, DESREPRESSÃO E AUTENTICIDADE CONSCIENCIAL (REEDUCACIOLOGIA)

Paulo Freire

RESUMO. O artigo tem como objetivo apresentar reflexões a respeito da relação entre desrepressão e autenticidade consciencial, utilizando-se da análise e qualificação da pensenidade como ferramenta para otimização desses traços. São apresentadas as principais características do holopensene da repressão, suas causas, exemplos de comportamentos reprimidos (destacando-se a autorrepressão como fonte principal de tais comportamentos), características do holopensene da autenticidade consciencial e passos para a desrepressão e para o despojamento da autoimagem. No final são apresentados também fatores relacionados à pensenidade que podem ajudar no processo de reciclagem íntima rumo a manifestações mais plenas.

Palavras-chave: holopensene, desrepressão, autenticidade, autoimagem, despojamento, pensenidade, cosmoética.

INTRODUÇÃO

Autonomia. A repressão consciencial e a preocupação com a autoimagem são traços capazes de solapar a manifestação plena da consciência. Quando a consciência não se manifesta de maneira plena, autêntica, deixa de aproveitar todo o seu potencial, colocando em risco a própria autonomia evolutiva e até mesmo o cumprimento de sua programação existencial.

Neossinapses. A opção pelo movimento de desrepressão pode trazer à consciência novas experiências e conseqüentemente neossinapses auxiliadoras na obtenção de manifestações autênticas.

Capacidades. A autenticidade consciencial é um traço geralmente associado à espontaneidade e à sinceridade; contudo, vale lembrar que ser autêntico também significa ser verdadeiro, correspondendo de maneira coerente à própria forma de pensar. Nesse processo, o autoconhecimento é elemento fundamental. Indo mais além, ser autêntico é se manifestar de maneira plena, exercendo todas as capacidades inerentes à consciência no atual momento evolutivo.

Fatores. O comportamento autêntico é facilmente reconhecido em crianças, através da ação espontânea e despreocupada quanto às opiniões alheias. Contudo, durante o desenvolvimento humano, diversos fatores podem inibir a continuidade das manifestações autênticas, desde fatores intraconscienciais até fatores mesológicos e culturais.

Autoimposição. Embora possam ocorrer repressões externas, é a própria consciência quem sempre “dá a última palavra”, aceitando ou não a repressão que vem de fora. Assim, denomina-se como autorrepressão a repressão imposta a si mesma, pela própria consciência, com ou sem a existência de motivos externos.

Combinações. Interessante notar ainda que a autenticidade, embora desejável, nem sempre é sinal de comportamento cosmoético. De acordo com Musskopf (2012, p. 24), a autenticidade consciencial é um tema neutro; mas, quando relacionada com a cosmoética, permite a existência de 4 combinações lógicas e didáticas, descritas a seguir:

1. Autenticidade homeostática: caracterizada pelo abertismo consciencial, pela acareação desassediadora, pela técnica do diálogo-desinibição dentro da dupla evolutiva e pela tarefa do esclarecimento.

2. Autenticidade nosográfica: caracterizada pela indiscrição anticosmoética, pelo desrespeito aos limites conscienciais alheios, pelo estupro evolutivo, pela *overdose* de informações.

3. Inautenticidade homeostática: caracterizada pela paradoxal atuação do infiltrado cosmoético, pela economia de males e pela omissão superavitária.

4. Inautenticidade nosográfica: caracterizada pelos boatos destrutivos, pelo cinismo, pela corrupção, pela hipocrisia, pela mentira desenfreada.

Cosmoética. Através de tal classificação é possível perceber a essência da autenticidade, representada pelo autoconhecimento e pela aplicação da cosmoética e da inteligência evolutiva como fatores determinantes na escolha da melhor forma de agir.

Plenitude. Este artigo visa trazer mais informações a respeito da desrepressão consciencial, de comportamentos autênticos homeostáticos e da superação dos mesmos através da análise e qualificação da pensinidade, com base na autopesquisa e nas vivências deste autor. O foco desta pesquisa encontra-se no desenvolvimento de manifestações mais plenas, dentro do campo da Evoluciologia.

IDENTIFICANDO O HOLOPENSENE DA REPRESSÃO

Etimologias. A palavra pressão vem do Latim *primere*, e significa apertar, comprimir, coibir, proibir. A palavra repressão significa apertar de volta, comprimir novamente. A palavra depressão significa apertar para baixo e a palavra expressão significa empurrar para fora.

Categorias. As fontes de repressão podem ser classificadas em pelo menos 2 categorias:

1. Interna: originada por fatores internos à consciência. Neste caso a própria consciência se impõe limites e acaba por se reprimir.

2. Externa: originada por fatores externos à consciência tais como influência da mesologia, condicionamentos herdados de retrovidas, erros ou situações estressantes vividas no passado (geradores de autculpa ou autovitimização), fatores culturais e até mesmo companhias extrafísicas.

Autorrepressão. Vale ressaltar o fato de a repressão interna poder ocorrer sem a repressão externa e vice-versa. Contudo, a existência da repressão é sempre determinada pela própria consciência. Se há repressão, há autorrepressão.

Autocontrole. Interessante diferenciar também autorrepressão de autocontrole. Na autorrepressão a consciência não se permite identificar o que está pensando e sentindo; no autocontrole, a consciência consegue identificar o que pensa e o que sente e opta por exercer o controle sobre isso. A autenticidade permite à consciência conhecer-se melhor e descobrir como usar o autocontrole, por exemplo, em uma situação em que a autoexposição não seja a melhor conduta do ponto de vista da Cosmoética.

Coragem. De outro lado, é interessante notar casos de consciências atuando de maneira desreprimida apesar da existência de intensa repressão externa. Na história humana temos alguns exemplos. Um caso é o de Giordano Bruno, que insistiu em manter a opinião de que a Terra girava ao redor do Sol (e não o contrário, como se pensava em sua época, no século XVI) e de que o Universo era infinito, apesar da intensa e fatal repressão exercida pela inquisição italiana. Outro exemplo é o caso da adolescente paquistanesa Malala Yousafzai, a qual assumiu, com coragem e apesar das represálias, a representatividade das mulheres paquistanesas sob o regime Taleban, em uma região na qual as mulheres são impedidas de estudar devido à atuação de grupos islâmicos fundamentalistas. Cabe a cada consciência conhecer a própria representatividade diante de seu grupo evolutivo, assim como sua contribuição em cada contexto seriexológico¹.

Movimento. Ao realizar o movimento em direção à desrepressão, a consciência naturalmente caminha ao encontro da sua manifestação autêntica, desenvolvendo ou recuperando os traços do despojamento, da desinibição e da espontaneidade.

Autoaceitação. A repressão tem o efeito de levar a consciência a estados pensênicos limitadores e patológicos, podendo levar inclusive à depressão. A preocupação com a autoimagem pode levar a consciência a gastar muita energia tentando manter uma aparência que não a representa de fato. Procurar conhecer-se e aceitar-se é o primeiro passo rumo à desrepressão.

Origens. O processo repressivo pode ter suas origens na mesologia, em condicionamentos herdados de retrovidas, em erros ou situações estressantes vivenciadas no passado (geradores de autculpa e autovitimização) e em crenças adotadas pela consciência no atual estágio evolutivo, e retroalimentado pelas companhias extrafísicas atraídas pelo holopense da autorrepressão.

Mesologia. O contexto de vida da consciência, considerando a época, os ambientes, as situações do dia a dia e as demais consciências de seu convívio podem influenciar sua maneira de pensar e de agir. A vida sob clima hostil e tenso pode gerar pensenes autorrepressores, limitando a manifestação autêntica da consciência.

Retrovidas. A repressão experimentada em outras vidas pode trazer para a vida atual a sensação de que o passado pode se repetir. Dessa maneira, a consciência limita a sua atuação presente através de pensenes autorrepressores originados em suas retrovidas.

Retratação. Os erros cometidos no passado podem levar a autculpas improdutivas limitando a consciência em sua atuação espontânea. A retratação dos erros é essencial para a consciência se libertar das amarras pretéritas.

Enfrentamento. As situações estressantes as quais a consciência já vivenciou podem levá-la à repressão em função do medo de confrontá-las novamente. Nesse caso, enfrentar o medo de maneira planejada é a principal medida a ser tomada para superar esse gargalo evolutivo.

Crenças. Pensenes autorrepressores também podem se desenvolver a partir de crenças irracionais adotadas pela consciência. A autolucidez e o autodiscernimento obtidos a partir da valorização do mentalsoma podem ajudar a eliminar a geração desses pensenes.

Companhias. A influência patológica de consciências extrafísicas afins reforça o efeito repressor na pensenização da consciência, dificultando o processo de superação desse traçar. Dessa maneira, identificar e eliminar padrões pensênicos repressores, limitadores, pode levar ao

¹ A representatividade e a responsabilidade são temas de pesquisa deste autor e foram detalhadas no verbete *Binômio Representatividade-Responsabilidade*, defendido em 2014.

processo de reciclagem intraconscional, promovendo, conseqüentemente, a troca das companhias extrafísicas e a produção de um padrão pensênico mais homeostático.

Percepção. O processo de identificação da repressão pode ser lento. Muitas vezes a consciência age sob efeito de pensamentos autorrepressores sem se dar conta de tal comportamento. A insatisfação contínua com o próprio desempenho evolutivo pode ser um indicativo de que há traços repressivos a serem superados. A repressão pode ser diagnosticada pela própria consciência ou através de heterocríticas, mas é no momento da autopesquisa e do autoenfrentamento que a repressão pode ser melhor trabalhada.

Polinômio. O polinômio perdão-gratidão-reconciliação-retribuição pode facilitar o processo de desrepressão e despojamento, otimizando o processo de convivialidade e do fraternismo. Quando a consciência exercita o perdão sincero, a gratidão e a reconciliação, deixa de usar seus mecanismos de defesa, passa a se manifestar de maneira mais plena e se predispõe para retribuir para outras consciência aquilo que recebeu da vida.

Tenepes. A tenepes também pode exercer papel fundamental na limpeza de rastros pensênicos do passado, melhorando a qualidade das relações multidimensionais.

Aparências. O processo de superação da repressão passa pela análise detalhada das próprias manifestações da consciência e de suas conseqüências no dia a dia. Manter as aparências sem estar de acordo com a situação pode ser algo muito desgastante. Essa é uma das vantagens de ser autêntico: todos sabem o que você pensa ou esperam que você o diga. Quanto mais a autenticidade é praticada, mais a consciência potencializa sua força presencial.

Carisma. A autenticidade qualifica a força presencial da consciência. Tal força é caracterizada pelo carisma, pelo magnetismo energético, exercido pela consciência experiente e autoconfiante nas suas manifestações. Contudo, vale lembrar que manifestação autêntica não é sinônimo de manifestação cosmoética, a exemplo da consciência autêntica que desrespeita os limites dos demais através do excesso de informações.

Eis, a seguir, 15 características do holopensene da autorrepressão:

1. Medo de errar.
2. Medo de não ser aceito pelos demais.
3. Medo de se expressar.
4. Medo da reação alheia.
5. Falta de sustentação da opinião própria em público.
6. Preocupação em demasia com a opinião dos outros.
7. Esforço para agradar os outros em detrimento do que pensa e sente.
8. Esforço para não ser quem de fato é.
9. Preocupação excessiva com a autoimagem.
10. Repressão da agressividade sem conseguir se expressar de maneira sadia e madura, não reagindo nem se manifestando perante situações consideradas injustas ou incômodas.
11. Dificuldades em se relacionar com outras consciências, em demonstrar afeto, em obter realização com o ato sexual.
12. Desvalorização da própria manifestação.
13. Ausência de autorrespeito.
14. Falta de interesse pela vida e pelas coisas em geral; incapacidade em sentir prazer – o estado depressivo pode ser reflexo de pensamentos autorrepressores.
15. Negligência da própria especialidade consciencial.

Medos. A repressão é amplamente caracterizada pela presença de medos diversos, muitos deles imaginários e sustentados pela consciência autorrepressora. Ken Robinson (1950–), educador britânico, enfatiza a importância de saber lidar com os medos e fracassos encarando-os como elementos naturais, integrantes do processo evolutivo. “Se você não estiver preparado para errar, jamais terá uma idéia original” (ROBINSON, 2006).

Proéxis. A pessoa reprimida e inautêntica tem pouca força presencial e seu padrão energético demonstra insegurança, indecisão e hesitação – três fatores indesejáveis para o bom desempenho da proéxis.

Limitação. Vale mencionar que comportamentos reprimidos geralmente estão associados a comportamentos nosográficos. A consciência reprimida não se expressa em sua plenitude, o que acarreta inautenticidade em relação à sua performance evolutiva. A falta de autenticidade pode limitar a liberdade de atuação e mascarar os traços-força (trafores) que a consciência possui, podendo inclusive solapar seu planejamento de vida devido à baixa valorização das próprias características.

Especialidade. Manifestar-se de maneira autêntica permite à consciência a possibilidade de exercer a sua especialidade, podendo fazer a diferença nos contextos em que atua e no próprio cumprimento de sua proéxis.

HOLOPENSENE DA AUTENTICIDADE CONSCIENCIAL

Desrepressão. A desrepressão começa a se desenvolver no momento em que a consciência autorrepressora se satura da atual forma de manifestação. A insatisfação quanto ao próprio comportamento oportuniza a reciclagem íntima.

Autoaceitação. O primeiro passo para se superar a autorrepressão se dá através da autoaceitação, listando os momentos de incômodo em que ela é notada. Segundo Rogers (2009, p.17), “não podemos mudar, não nos podemos afastar do que somos enquanto não aceitarmos profundamente o que somos”. Ter consciência dos pensamentos repressores ajuda a prevenir a reincidência. Nesse sentido, é válido observar a intencionalidade pessoal perante as demais consciências e situações: analisá-la pode ajudar a identificar padrões de autovitimização, auto-corrupção e ausência de autocrítica – todos contrários à manifestação consciencial plena.

Pensenidade. O próximo passo é conhecer o mecanismo interno da formação de pensenes. O registro e a análise da pensenidade permitem conhecer quais são os principais modelos mentais pessoais e as principais emoções e sentimentos manifestados pela consciência para direcionar as próprias ações. O conhecimento sobre os pensenes produzidos facilita a substituição dos mesmos no caso de reciclagens intraconscienciais. Quando a consciência consegue identificar o padrão pensênico que deseja mudar, alcança um estágio de resgate da autoconfiança, pois passa a conhecer melhor seu próprio funcionamento.

Reciclagem. Quando a consciência percebe que a real comparação a ser feita é consigo mesma, que os reais limites a serem superados são os limites autoimpostos e que o autorrespeito é essencial para a autorrealização, inicia o processo de reciclagem pensênica fundamental para a autossuperação.

Ações. O passo seguinte se dá com o planejamento das ações frente aos padrões pensênicos já identificados em que a repressão se manifesta, procurando pensar e agir de maneira livre. Para se obter resultados diferentes é necessário atuar de maneira diferente.

Otimização. A partir do momento em que começa a se mapear e a se observar, visando a mudança de posturas pensênicas, a consciência passa a concentrar cada vez mais seus esforços na otimização de sua manifestação, se preocupando cada vez menos com a preservação da sua autoimagem.

Autoimagem. A autoimagem é a percepção que cada consciência tem de si mesma, muitas vezes não correspondendo à imagem que os outros possuem a respeito dela. Isso pode ocorrer quando há um baixo nível de autoconhecimento, ou seja, quando a consciência não consegue perceber como é sua real atuação quando interage com os demais. Um indicativo dessa situação se dá quando, por mais que a pessoa se esforce, seus objetivos não são alcançados. A primeira reação é de incompreensão quanto às reações alheias. Contudo, a autorreflexão mais profunda pode demonstrar que mudanças necessitam ser implementadas.

Transparência. O despojamento da autoimagem diz respeito justamente à transparência que a consciência manifesta quando não mais se preocupa em esconder e reprimir traços que precisam ser reciclados. Quando essa postura é assumida, tudo melhora, pois a consciência não mais precisa dispende esforços e energias para manter uma situação que não corresponde à realidade, o que traz um sentimento de alívio e bem estar.

Estágios. Após implementar a autodesrepressão, a consciência reforça o traço da autossinceridade: não se preocupa mais em estar certa o tempo todo e com o que vão pensar de sua conduta. Conhece seu modo de funcionamento e procura apenas fazer o seu melhor. Assim, não tendo mais grandes travões, a espontaneidade passa a ser uma consequência natural de seu comportamento, já caracterizando o padrão de autenticidade consciencial.

Coerência. A partir do momento em que a consciência se sente segura com a sua atuação, dá espaço para a autenticidade de sua manifestação. A espontaneidade é um indicador de liberdade de ação e possui relação com a livre vontade da consciência. Ser autêntico é respeitar os próprios princípios e ser coerente com as próprias opiniões.

Contribuição. Nesse estágio não há mais o medo de reconhecer os próprios erros, da reprovação alheia, ou de ter opinião diferente da maioria. Esse ponto de vista diferente é, muitas vezes, justamente o elemento que trará a maior contribuição ao grupo ao qual a consciência pertence, refletindo a especialidade pessoal da consciência. Nesse momento, a consciência passa a perceber a importância de se manifestar de maneira autêntica, expressando suas características únicas e personalíssimas com a responsabilidade de quem pode fazer a diferença no contexto onde se encontra.

Eis, a seguir, 15 características do holopensene da autenticidade consciencial homeostática:

1. Autossinceridade.
2. Autorrespeito.
3. Autoconhecimento.
4. Espontaneidade.
5. Transparência.
6. Postura de aprendizado a partir dos próprios erros.
7. Posicionamento.

8. Assertividade.
9. Exercício da especialidade consciencial.
10. Veracidade.
11. Coerência.
12. Despojamento da autoimagem.
13. Força presencial.
14. Cosmoética.
15. Manifestação plena.

Plenitude. Manifestar-se de maneira autêntica é explorar as próprias potencialidades de maneira plena, dando vazão ao que a consciência tem de melhor em si.

REGISTRO E ANÁLISE DA PENSENIDADE

Holomaturidade. A pensenidade representa o nível de holomaturidade consciencial manifesta através dos pensenes, ou seja, através da relação entre os pensamentos, sentimentos e energias da consciência. Em suma, traz informações sobre o atual nível evolutivo em que a consciência se encontra.

Pensene. O pensene é, depois da vontade, a força motriz da consciência, o elemento capaz de construir o caminho que levará a consciência ao êxito, à autoconfiança, ao autoconhecimento e à autossuperação das dificuldades. Possui propriedades capazes de alterar os ambientes e outras consciências receptoras.

Ferramenta. Para o caso específico da desrepressão consciencial, o registro e a análise da pensenidade podem servir como ferramentas extremamente úteis para a identificação de pensamentos autorrepressores, auxiliando no autodiagnóstico e também no desenvolvimento de estratégias para qualificar o holopensene pessoal, rumo às manifestações conscienciais mais plenas.

Autoconhecimento. O primeiro passo para se analisar a pensenidade é conhecer o padrão pessoal de pensenes ou o holopensene pessoal. Esse padrão é identificado pelos tipos mais frequentes de pensamentos, emoções, sentimentos e ações utilizados na manifestação da consciência. Este passo é importante pois ao se conhecer o holopensene pessoal, amplia-se o conhecimento a respeito do próprio funcionamento interno e facilita também a percepção de xenopenses intra ou extrafísicos, ampliando-se a autoconscientização multidimensional.

Registro. A identificação do holopensene pessoal pode ser feita através do registro e posterior análise dos tipos de pensenes elaborados no dia a dia. Como parte desse processo, faz-se importante observar, por exemplo, as seguintes variáveis:

1. Data e hora.
2. Pensene.
3. Contexto relacionado ao pensene.
4. Tempo referenciado pelo pensamento (passado, presente ou futuro).
5. Qualidade do pensene (homeostático, neutro ou nosográfico).

Metapensene. Através do registro atual dos pensenes e da reflexão posterior sobre os mesmos (metapensene), amplia-se o nível de autopercepção, identificando-se nuances na manifestação pessoal.

Exemplo. Como exemplo dessa situação, segundo Carvalho (2001), durante o registro do pensene podem existir 2 níveis pensênicos simultâneos, um principal e um secundário. Segundo a autora (CARVALHO, 2001, p. 97),

O primeiro, mais perceptível, constituído geralmente dos pensamentos diretamente relacionados às atividades realizadas a cada momento. O segundo, constituído de pensenes mais breves, eventuais e sutis (às vezes, somente notados como “uma sensação mal definida”, subliminar), por vezes repetitivos, com conteúdo relacionado ao momento presente, porém de modo indireto (muitas vezes, interpretações ou conclusões).

Secundários. Tais pensamentos secundários “tendem a se repetir automaticamente durante a vida de cada um e os indivíduos tendem a acreditar no seu conteúdo de modo incondicional” (CARVALHO, 2001, p. 97). Desse modo, esses pensenes podem trazer informações mais profundas e por vezes inconscientes sobre a própria maneira se de manifestação.

Perfil. A análise dos pensenes diz muito a respeito do perfil da consciência: motivações, intenções, medos e inseguranças, preocupações e maneira de encarar a vida. Conhecer o próprio *modus operandi* ajuda sobremaneira na autossuperação das dificuldades já identificadas.

QUALIFICAÇÃO DA PENSENIDADE

Ortopensenidade. A qualificação da pensenidade ocorre quando a consciência consegue, por si só, desenvolver um nível equilibrado de pensenes, mantendo a ortopensenidade (retilinearidade pensênica) e promovendo bem-estar em si mesma, independentemente da situação.

Interassistência. Vale lembrar que os pensamentos, as emoções, os sentimentos e as energias estão interligados de maneira indissociável. Por exemplo, quando os pensamentos estão desequilibrados, as emoções geradas são igualmente instáveis acarretando, dessa forma, um padrão energético patológico. De maneira inversa, pensamentos cosmoéticos geram sentimentos elevados que produzem padrões energéticos homeostáticos. Esses padrões homeostáticos podem gerar na consciência receptora pensamentos harmônicos que por sua vez geram sentimentos de estabilidade, os quais podem afetar positivamente a qualidade das energias dessa consciência. Esta é uma descrição simples da possibilidade de se realizar interassistência através da qualificação dos pensenes.

Amparador. Uma das maneiras de se qualificar a pensenidade é procurar replicar a qualidade da pensenidade de um amparador. Este autor percebe que esse pensene possui relação com a autorrealização, em poder ser útil e conseguir diminuir o desequilíbrio de outras consciências que ainda não conseguem, por si só, gerar um padrão pensênico homeostático. Quando se passa a pensar como um amparador, com o foco no outro e não mais em si próprio, ocorre a afinização pensênica com esse padrão mais evoluído e a consciência passa então a se candidatar como minipeça atuante no maximecanismo interassistencial. Como efeito desse posicionamento pensênico, os amparadores (intra e extrafísicos) passam então a apoiá-la nas tarefas cosmoéticas policármicas. Na experiência deste autor, é nesse momento que superam-se as tristezas, depressões e melancolias – quando a consciência assume o protagonismo de sua próxis e sua latente essência interassistencial.

Substituição. Outra maneira possível para melhorar o nível dos pensenes é analisando-se a intencionalidade dos pensamentos gerados, bem como o nível de patopensenes. A substituição

dos pensamentos patológicos por pensamentos úteis, providos de intencionalidade sadia também promove a qualificação da pensividade da consciência.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Benefícios. As etapas de identificação de comportamentos reprimidos, do despojamento da autoimagem irreal e da análise e qualificação da pensividade têm auxiliado este autor na busca pela autenticidade consciencial homeostática. Entre os benefícios notados, destacam-se:

1. Aumento do nível de autoconhecimento.
2. Melhora do nível de autolucidez.
3. Incremento do nível de coragem evolutiva.
4. Maior conscientização quanto à especialidade conscienciológica pessoal.
5. Diminuição gradual da ocorrência de patopenesenes.
6. Maior percepção quanto ao acoplamento com consciexes.
7. Maior compreensão quanto ao processo de iscagem interassistencial.

Potencialidades. Assumir o comando do próprio caminho evolutivo, pensando por si próprio e expressando-se de maneira autêntica pode desenvolver as potencialidades individuais ainda subutilizadas, rumo a manifestações conscienciais mais plenas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. **Carvalho**, Juliana; *Pensenograma: Proposta de Método de Estudo da Pensividade*; Artigo; *Revista Conscientia*; Revista; Trimestrário; Vol. 15; N. 1; 8 refs.; 1 microbiografia; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; Janeiro-Março 2001; páginas 92 a 104.
2. **Klein**, William; *Desenvolvimento da Autenticidade Consciencial*; Artigo; *Journal of Conscientiology*; Revista; Trimestrário; Vol. 7; N. 28-S.; 1 enu.; 2 questionários; 1 tab.; 10 refs.; *International Academy of Consciousness* (IAC); London, UK; 26-29 Maio, 2005; páginas 185 a 195.
3. **Musskopf**, Tony; *Autenticidade*; Artigo; *Conscientia*; Revista; Trimestrário; Vol. 5; N. 1; 25 enus.; 1 microbiografia; 165 refs.; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; Janeiro-Março 2001; páginas 3 a 21.
4. **Idem**; **Musskopf**, Tony; *Autenticidade Consciencial*; 376p.; 107 caps.; 617.200 caracteres; 100.282 palavras; 6.797 parágrafos; 1ª Ed.; Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2012.
5. **Ribeiro**, Viviane; *Desrepressão Consciencial: uma abordagem Consciencioterápica*; Artigo; *Anais do I Simpósio de Autoconsciencioterapia*; 26 refs.; *Organização Internacional de Consciencioterapia* (OIC); Foz do Iguaçu, PR; 2007; páginas 57 a 70.
6. **Rogers**, Carl; *Tornar-se pessoa*; 489p.; 6ª Ed.; Martins Fontes; 2009.
7. **Vieira**, Waldo; *Conscienciograma: Técnica de Avaliação da Consciência Integral*; revisor Alexander Steiner; 344 p.; 150 abrevs.; 106 assuntos das folhas de avaliação; 3 E-mails; 11 enus.; 100 folhas de avaliação; 1 foto; 1 microbiografia; 100 qualidades da consciência; 2.000 questionamentos; 100 títulos das folhas de avaliação; 1 website; glos. 282 termos; 7 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; Instituto Internacional de Projeciologia; Rio de Janeiro, RJ; 1996.

8. **Idem; Enciclopédia da Conscienciologia;** CD-ROM; 2.146 verbetes; 9.000 p., 7ª Ed.; 350 especialidades; Associação Internacional Editares; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2012; Verbetes: Autenticismo; Autorreflexão de 5 horas; Central Extrafísica da Fraternidade; Central Extrafísica da Verdade; Epicon Lúcido; Pensenidade Libertadora.

Paulo Freire, graduado em Ciências da Computação, pós-graduado em Business Intelligence, voluntário da Conscienciologia desde 2004, tenepessista e docente de Conscienciologia desde 2010, voluntário da Reaprendentia, parapedagogo e verbetógrafo desde 2013. E-mail de contato: paulofreire.foz@gmail.com