

# ORGULHO: AGENTE DIFICULTADOR DA AUTOEVOLUÇÃO

**Alexander Steiner**

Médico, consciencioterapeuta e voluntário da Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC),  
asteiner09@ig.com.br.

**RESUMO.** Este artigo tem o objetivo de estudar o *orgulho* e apresentar propostas para superar os aspectos negativos do mesmo. A metodologia é baseada em revisão bibliográfica do tema, levantamento de dados autoconsciencioterápicos do autor, consulta aos registros de aulas de cursos consciencioterápicos. O artigo explica o porquê de considerá-lo agente dificultador da autoevolução e, através das 4 etapas da autoconsciencioterapia, apresenta técnicas que ajudam a superar esta patologia, apontando soluções mais maduras para a manifestação consciencial. Conclui-se que o orgulho pode ser um agente dificultador da autoevolução. Conclui-se também que o autoconhecimento aliado a técnicas conscienciológicas é fator fundamental para o desenvolvimento do equilíbrio entre a autoestima, a modéstia e sensatez necessárias à autoevolução.

**PALAVRAS-CHAVE:** orgulho; autoconsciencioterapia; autoevolução.

## I. INTRODUÇÃO

**Definição.** No dicionário da Academia Americana de Psicologia (VANDENBOS, 2010), o orgulho é definido como uma emoção autoconsciente que ocorre quando uma meta foi alcançada e a realização da pessoa foi reconhecida e aprovada por outros. Também representa um sentimento egoísta de admiração pelo próprio mérito, associado a um excesso de amor-próprio, traduzido como arrogância, soberba e imodéstia.

**Etimologia.** A palavra orgulho vem do idioma Frâncico (a língua germânica ocidental dos francos, pertencente ao grupo de línguas do alto-alemão e responsável pelo grande estrato de elementos germânicos) do vocabulário francês ‘urgulí’, ‘excelência’, pelo catalão ‘orgull’ e possessivo, pelo espanhol ‘orgullo’. Surgiu no século XIII.

**Sinonimologia.** 01. Empáfia. 02. Soberba. 03. Arrogância. 04. Vaidade. 05. Brio. 06. Pundonor.

**Antonimologia.** 01. Modéstia. 02. Antitriunfalismo. 03. Despresunção. 04. Humildade. 05. Desbrio.

**Diferenças.** O orgulho difere de alegria e felicidade na medida em que essas emoções não requerem a aprovação dos outros para a sua existência.

**Facetas.** A pesquisadora Jessica Tracy, psicóloga que trabalha com o tema orgulho, em sua apresentação no *you tube*, considera que ele pode se manifestar de duas maneiras ou facetas diferentes: o orgulho arrogante, considerado patológico, e o orgulho autêntico, considerado positivo.

**Estatura.** Ainda pela Psicologia, o orgulho é uma emoção que reflete o aumento da estatura moral da pessoa. Já a vergonha, reflete a diminuição. Como resultado, o orgulho é inerentemente temporário uma vez que a estatura moral da pessoa é influenciada pelos atos da mesma.

**Problematização.** Apesar do orgulho apresentar uma faceta positiva, este autor identificou que manifesta sua faceta negativa e o identifica em muitas pessoas. Verifica que é um traço consciencial que dificulta as reciclagens intraconscienciais e neste sentido é um problema para a evolução.

**Objetivos.** Este trabalho aborda os aspectos patológicos do orgulho como tema de pesquisa e tem os seguintes objetivos:

1. Evidenciar como o orgulho se manifesta nos diferentes perfis conscienciais.
2. Diagnosticar e apresentar técnicas que auxiliem na autoconsciencioterapia do orgulho.

**Metodologia.** Para a realização desse trabalho, foi realizada revisão bibliográfica do tema, levantamento de dados autoconsciencioterápicos do próprio autor, consulta aos registros de cursos consciencioterápicos, além da análise de cosmograma, no período de agosto a dezembro de 2011.

## II. ELEMENTOS DE ESTUDO E COMPARAÇÃO

### Aspectos Positivos do Orgulho

**Positivo.** Orgulho pode ser entendido como um sentimento de prazer, de grande satisfação sobre algo que é visto como alto, honrável, creditável de valor e honra. Tem relação com a dignidade pessoal, altivez e brio, além de estimular uma atitude moral ou psíquica que afasta o indivíduo de práticas desonestas ou desonrosas.

**Impulsão.** Neste sentido, o orgulho acaba sendo um sentimento que impulsiona a consciência à frente, para que se melhore, faça suas reciclagens existenciais e com isso evolua.

### Aspectos Negativos do Orgulho

**Fatos.** Sob a ótica da Psicossomatologia, eis a seguir, 20 exemplos ou fatos de como as pessoas agem em função do orgulho, gerando interprisões grupocármicas das mais variadas formas:

01. Brigam com as outras.
02. Não pedem desculpas ou se reconciliam.
03. Não aceitam as desculpas dos outros.
04. Teimam em determinada posição ou pensamento, só para não dar o “braço a torcer”.
05. Endividam-se mantendo um padrão de vida que não podem sustentar.
06. Omitem fatos em uma condição de omissão deficitária.
07. Mentem deliberadamente.
08. Dissimulam suas intenções.
09. Não pedem ajuda para resolver seus problemas.
10. Não ajudam os outros a resolverem seus problemas.
11. Intoxicam-se.
12. Deixam de tomar seus remédios e adoecem.
13. Cometem o chamado suicídio lento.
14. Tiram a própria vida no suicídio propriamente dito.
15. Promovem a autoexclusão.
16. Excluem as pessoas.
17. Praticam atos de violência moral e psíquica.
18. Agridem e até matam outras pessoas.
19. Cometem atrocidades.
20. Distanciam-se dos amparadores e associam-se aos assediadores.

**Ponto.** Se o orgulho apresenta uma faceta positiva que ajuda a impulsionar a evolução da consciência, e também possui uma faceta negativa que atrapalha seu desenvolvimento, surge uma nova pergunta: em um determinado nível evolutivo, quando o orgulho é considerado positivo e a partir de qual ponto ele é considerado patológico?

**Patológico.** O orgulho pode se tornar patológico se o senso de realização não é merecido ou a reação é excessiva.

**Incondicional.** O orgulho pode ser considerado exagerado quando se torna um tipo de satisfação incondicional ou quando os próprios valores são superestimados, acreditando ser melhor ou mais importante do que os outros.

**Egoísmo.** É a tendência a agir excessivamente ou somente de uma maneira que beneficie a si próprio, mesmo que isso prejudique os outros. É característica da personalidade marcada por comportamento baseado no interesse próprio e desconsideração das necessidades dos outros. Dos traços conscienciais talvez o mais relacionado com o orgulho, é o egoísmo. Por muitos é considerado seu irmão gêmeo.

**Problema.** O orgulho passa a ser um problema a partir do momento em que a pessoa começa a se achar superior às demais. Este mecanismo faz com que passe a ter dificuldade em aprender e interagir com os outros, estagnando em algum aspecto de sua existência, por mais que tenha êxito em outras.

**Expressão.** O orgulho, junto com a vergonha e o constrangimento, é uma das três emoções autoconscientes, que são conhecidas, por terem expressões reconhecíveis. O orgulho exige um sentido de autonomia e a capacidade de se autoavaliar. (Dr. Jessica Tracy, *The Nature of Pride*).

**Fiero.** A psicóloga italiana Isabella Poggi, cunhou o termo *fiero* (*orgulhoso*), para descrever as expressões da pessoa que aparecem seguidas a um triunfo sobre uma adversidade.

**Conjunto.** O conjunto de expressões faciais e gestos que demonstram o orgulho podem envolver um levantamento do queixo, sorrisos e ou braços nos quadris para demonstrar vitória.

**Status.** Indivíduos podem implicitamente conceder o *status* das outras pessoas com base apenas em suas expressões de orgulho, mesmo nos casos em que eles desejam evitar fazê-lo.

**Avaliação.** Para que o orgulho de uma pessoa possa ser avaliado é necessário correlacionar 3 parâmetros: *status*, autoestima e imagem. Abaixo suas definições:

1. **Status** – uma avaliação real, autêntica e objetiva da consciência com base em provas representativas; o *status* de um indivíduo em um grupo social.

2. **Autoestima** – O que o indivíduo acredita sobre seu *status*. O grau com que as qualidades e características contidas no *autoconceito* da consciência são percebidas como positivas. Reflete a autoimagem física de uma pessoa, a visão de suas realizações e capacidades e os valores e sucesso percebido em viver a altura delas, bem como as formas como os outros vêem e respondem àquela pessoa. Quanto mais positiva a percepção cumulativa dessas qualidades e características, mais alta a autoestima da pessoa. Um grau alto ou razoável de autoestima é considerado um ingrediente importante da saúde mental, enquanto baixa autoestima e sentimentos de inutilidade são sintomas depressivos comuns. A autoimagem é o componente descritivo do *autoconceito* enquanto a autoestima é o componente valorativo.

3. **Imagem** – O que os outros acreditam sobre seu *status*.

**Desalinhamento.** Existem alguns conceitos que descrevem a variedade de desalinhamentos entre o *status* autêntico, a autoestima, e a imagem que os outros têm sobre o *status* de uma pessoa. Embora não sendo o orgulho propriamente dito, ajudam a entendê-lo, pois refletem as diferentes formas do orgulhoso funcionar.

**Conceitos.** Eis, a seguir, 7 conceitos com objetivo de avaliar as diferentes formas do orgulhoso funcionar.

1. **Húbris:** Autoestima incrivelmente elevada, autoestima superior ao *status* autêntico. A consciência avalia o *status* como sendo exageradamente alto e rejeita comparações baseadas em evidências com o *status* autêntico. É uma incapacidade de reconhecer os próprios defeitos. Sinônimos

incluem vaidade, arrogância, egoísmo e narcisismo. Pode ser causada por seu ponto de vista em primeira pessoa. Na tragédia grega, o *húbris* é especificamente o orgulho presunçoso e arrogante que leva à destruição do protagonista.

2. **Jactância:** Projetando seu *status* como maior do que acredita que seja. Tentar criar uma imagem que excede a autoestima. Sinônimos incluem orgulho falso, imodéstia, ostentação, vanglória, exibido, e o *sabe tudo*.

3. **Orgulho teimoso:** O indivíduo não tem certeza do seu *status* real, assim se agarra a uma posição como uma tentativa de mostrar força. Pode se manifestar como uma relutância em se desculpar ou assumir a responsabilidade pelas próprias ações. A causa provável é autoestima frágil ou variável; está insegura quanto ao seu *status*, porque não está confiante que seu *status* autêntico seja alto. Sinônimo: *cabeça dura*.

4. **Falsa modéstia:** Uma tentativa insincera para projetar uma imagem de *status* menor do que a autoestima ou *status* autêntico.

5. **Desprezo:** Sentir-se superior aos outros. Autoestima do indivíduo superior à imagem que tem do outro.

6. **Humilhação:** Uma mudança de imagem refletindo uma diminuição no que os outros acreditam sobre seu *status*. A humilhação pública é o resultado de um insulto e é geralmente dolorosa o suficiente para provocar raiva. Se a pessoa acredita que o insulto se justifica, então, a humilhação pode resultar em vergonha, em vez de raiva. Sinônimos incluem sentindo-se tolo, dor e desgraça.

7. **Sofrósina:** Virtude de ser moderado, comedido, sensato, modesto; moderação, prudência, sensatez.

**Tabela.** Estes termos e suas relações com avaliações da estatura estão resumidos na tabela a seguir:

Termo	Autoestima – o que acredito	Imagem – o que acreditam
Húbris	Irrealisticamente alto	----
Jactante	Inseguro ou baixa	Irrealisticamente alto
Teimoso	Inseguro	----
Humilhação	Mereço melhor	Declinando
Falsa Modéstia	Inseguro	Baixa irrealisticamente
Desprezo	Excede a imagem do outro	----
Sofrósina	Realístico	----

Fonte: [www.emotionalcompetency.com/pride.htm](http://www.emotionalcompetency.com/pride.htm)

**Tipologia.** Eis, a seguir, os 4 principais tipos ou motivos de orgulho que segundo Reinhold Niebuhr, a história ajuda-nos a identificar nas manifestações conscienciais.

## 1. Orgulho do Poder

**Definição.** É o orgulho oriundo da aquisição ou da manifestação de poder pela consciência.

**Ego.** Segundo Niebuhr, o homem inseguro perante suas limitações naturais sente o desejo de conseguir poder para se sentir seguro. No orgulho de poder, o ego humano assume uma autossuficiência e autodomínio que ignora as “vicissitudes da história”, ou seja, os altos e baixos a que todos estamos predispostos.

**Mecanismo.** Neste mecanismo de autoengano, a consciência fixa-se no poder temporal, pensando que o *status quo* permanecerá para sempre.

**Facetas.** Este tipo de orgulho pode ser dividido em duas facetas quase sempre presentes ao mesmo tempo: o poder relacionado à gestão ou comando de pessoas e o poder financeiro, quando o dinheiro compra suas necessidades.

**Pesquisa.** Pesquisa conduzida pelo professor Albrecht Enders, da escola de negócios suíça IMD, afirma que líderes narcisistas e egocêntricos arriscam mais e com isso tornam as empresas mais inovadoras. Isto acontece, pois o desejo de chamar atenção faz com que o CEO tome decisões menos seguras ou arriscadas, o que ajuda as organizações a superar a inércia que normalmente domina empresas já estabelecidas. No entanto, o potencial para a consagração através de decisões onde outros vêem risco excessivo pode cegá-los.

**Fraqueza.** Nestas duas modalidades a consciência procura eliminar as fraquezas ganhando mais e mais poder com o objetivo de tornar-se invulnerável.

**Perfil.** Indivíduos com este perfil costumam ser extremamente bélicos nas relações por acharem que estão sempre sendo atacados. Vivem os lemas: *Matar ou morrer* e *Matar um leão por dia*.

**Insegurança.** Costumam ser inseguros, sempre desconfiados da intenção das outras pessoas, pois na realidade as avalia em função do seu mecanismo de funcionamento ou o que faria se estivesse na posição delas. O problema é que ninguém é invulnerável principalmente quando se trata do mundo corporativo e/ou quando se trata de inovações.

**Sabotagem.** Como tem outros competidores, para que esta consciência tenha “segurança”, ela precisa eliminar os outros concorrentes, normalmente, através de mecanismo de sabotagem de projetos e roubo de ideias. Este orgulho da ambição desmedida pode levar à ganância.

**Ditaduras.** O mecanismo de orgulho envolvendo o poder temporal é muito comum entre ditadores.

## 2. Orgulho Intelectual

**Definição.** É o orgulho oriundo da manifestação intelectual da consciência.

**Justificativa.** Orgulho intelectual apesar de ser menos bélico do que o orgulho de poder, muitas vezes é conectado a ele. Em outras palavras, cada grupo poderoso procura justificativas ideológicas para a sua forma de atuação. Segundo Niebuhr, a insegurança é fator fundamental para o desenvolvimento do orgulho intelectual e como tal deve ser eliminada.

**Crença.** Neste caso, o indivíduo ou um grupo de pessoas, inseguros a respeito de suas convicções agem com o objetivo que sua “crença” ganhe mais adeptos. Em parte significaria que estão certos, e ao mesmo tempo mostraria que outras correntes ideológicas estão erradas.

**Mecanismos utilizados:** lavagem cerebral, sedução, intimidação, negação, crítica excessiva, patrulhamento ideológico.

## 3. Orgulho da Moralidade, Virtude e Justiça Própria

**Definição.** É o orgulho oriundo das manifestações conscienciais relacionadas com seus valores morais.

**Moral.** Orgulho moral é mais facilmente reconhecível nos julgamentos hipócritas. Quando pessoas são julgadas somente a partir dos critérios de outras, frequentemente consideram suas opiniões como sendo superiores, o que pode ser um erro.

**Risco.** O risco desse mecanismo é quando alguém que não esteja de acordo com o padrão moral ou modelo idealizado se torne a essência do negativo e por isso a intolerância é “legitimada”. Este mecanismo é responsável por grandes tragédias e crueldades na história da humanidade.

**Lutas.** Toda história de lutas raciais, nacionais, religiosas entre outras, são exemplos de como funciona este mecanismo.

#### 4. Orgulho Espiritual

**Definição.** É o orgulho oriundo das manifestações conscienciais relacionadas à sua espiritualidade / religiosidade.

**Excelência.** O orgulho espiritual é a forma por excelência do orgulho. Aqui as pessoas reivindicam legitimação religiosa para sua intolerância. Esta forma de orgulho é uma extensão do orgulho moral, mas colocada em uma moldura religiosa.

### III. AUTOCONSCIENCIOTERAPIA

**Definição.** A *Autoconsciencioterapia* é o fundamento terapêutico da Consciencioterapia onde o evoluciente assume a responsabilidade pelo processo autoterapêutico sem dependências espúrias.

**Autoaplicação.** Segundo Takimoto (2006) *Autoconsciencioterapia* é a autoaplicação dos conhecimentos conscienciológicos, através de métodos e técnicas consciencioterápicas, visando à autoevolução através da mudança do holopense pessoal. A própria consciência é terapeuta dela mesma.

**Etapas.** Ela se desenvolve em 4 etapas: autoinvestigação, autodiagnóstico, autoenfrentamento e autossuperação.

**Dificultador.** Tendo como orientação as quatro etapas da Autoconsciencioterapia, este autor explica porque pensa que o orgulho pode ser um agente dificultador da autoevolução, através de teoria e principalmente de fatos e situações vivenciadas tanto na qualidade de protagonista quanto na de espectador, onde o orgulho era o tema central.

#### Autoinvestigação

**Definição.** A *autoinvestigação* é a pesquisa direta de si mesmo, analisando traços pessoais, qualidades e estruturas da própria personalidade, objetivando acelerar o autoconhecimento, as crises planejadas, a homeostase holossomática relativa e a evolução, para o próprio bem e de todos os demais.

**Mecanismos.** É a partir da autoinvestigação que a consciência começa a conhecer e entender os mecanismos de funcionamento, ações e reações aos estímulos intrínsecos e extrínsecos.

**Trafor.** Quando a consciência começa a entender estes mecanismos fica mais fácil utilizar os trafores a seu favor na superação dos trafores.

**Prática.** Na prática, a autoinvestigação pode ser iniciada através da autoobservação associada a registros, da conscin interessada na autoevolução ou em técnicas conscienciológicas, sejam elas conscienciométricas ou autoconsciencioterápicas especificamente. O importante é procurar entender quais são os mecanismos de funcionamento e o que, no aqui-agora evolutivo, constitui maior entrave ou dificultador à evolução.

**Técnicas.** A Consciencioterapia possui inúmeras técnicas autoinvestigativas, o importante é o autoinvestigador procurar entender as mais adequadas ao seu caso. Nário Takimoto em seu artigo *Princípios Teáticos da Autoconsciencioterapia* descreve um conjunto de técnicas que podem ser aplicadas em cada etapa da autoconsciencioterapia.

**Principais.** Entre as principais técnicas autoinvestigativas podemos citar:

1. *Técnica do enfrentamento do mal-estar* (TAKIMOTO, 2006)

**Materpensene.** O materpensene é a identificação das reações psicossomáticas e energossomáticas.

**Procedimentos.** 1. Identificar e listar todo desconforto e mal-estar sentido. 2. Identificar e anotar a origem destes. 3. Analisar toda a listagem. 4. Sintetizar o materpensene de cada desconforto ou mal-estar. 5. Agrupar os materpensenes por semelhança. 6. Identificar uma área principal a ser trabalhada.

**Exemplo.**

Desconforto	Materpensene	Área
Quando recebe <i>feedback</i> .	Baixa autoestima	Orgulho
Quando se é questionado por um subordinado.	Superioridade	Orgulho
Quando se é questionado por alguém de classe social inferior.	Desprezo	Orgulho

2. *Técnica de qualificação da intenção* (TAKIMOTO, 2006)

**Materpensene.** O materpensene é a identificação das próprias autocorrupções.

**Procedimentos.** 1. Perguntar a si próprio: Por quê? Para quê? Para quem? 2. Repetir as 3 perguntas no questionamento das próprias respostas. 3. Repetir até ter autoconvicção ou perceber a própria fissura na cosmoética.

**Exemplo.** Através desta técnica, a pessoa pode perguntar para si mesma, por exemplo, por que fico irritado quando um subordinado me questiona? Se ela chegar à conclusão que existe um senso de superioridade atuando nesta condição, ela vai conseguir responder as próximas perguntas.

**Questionário.** Para ajudar na autoinvestigação, abaixo um questionário com 17 perguntas, com o objetivo da pessoa se pesquisar e observar qual o nível de orgulho manifesto em seu dia a dia.

01. Já te disseram que você tem dificuldade de reconhecer seus erros?
02. Já te disseram que você é uma pessoa difícil para dar *feedback*?
03. Já te disseram que você é muito reativo?
04. Você é tímido?
05. Você tem dificuldade de se expor em público?
06. Você tem dificuldade de intervir com suas ideias em um debate público?
07. Você tem dificuldade de ser voto vencido?
08. Você realiza voluntariamente algum trabalho considerado subalterno, sem interesses espúrios?
09. Você escreve artigos ou livros, expondo seus pensamentos para debate e críticas?
10. Já te disseram que você é egoísta?
11. Já te disseram que você é rancoroso (a)?
12. Você tem dificuldade de receber críticas?
13. Você se retrata em público?
14. Você finge conhecer temas e assuntos que de fato ignora? Qual a frequência?
15. Você frequentemente se gaba, mesmo que só mentalmente, de suas ações, pensando que é o máximo? Tipo: eu sou o cara ou sou muito bom?
16. Você já ofereceu uma comenda para você mesmo?
17. Você já ficou feliz pelas conquistas dos seus amigos? Caso sim, só quando são inferiores às suas?

**Observação.** Observe como se enquadra você em cada uma das perguntas acima e procure se autoavaliar quanto ao grau do seu orgulho patológico.

**Manifestação.** Como o orgulho se manifesta em você? Húbris, Jactância, Teimosia, Falsa-modéstia ou Desprezo.

## Autodiagnóstico

**Definição.** O *autodiagnóstico* é a fase da autoconsciencioterapia na qual o evoluciente reconhece as suas parapatologias e compreende a parafisiopatologia de seus sintomas. Para que isso aconteça é imprescindível que ele tenha autossinceridade.

**Técnicas.** Abaixo algumas das técnicas que podem ser utilizadas para aprofundamento no autodiagnóstico.

### 1. Técnica da Autorreflexão de 5 horas

**Definição.** É a técnica de a consciência lúcida se dispor a recolher-se em holopensene tranquilo, desligar-se do mundo exterior, sem quaisquer anotações, e refletir profundamente sobre os temas mais relevantes e prioritários do momento evolutivo e da reciclagem existencial, durante 5 horas consecutivas. (VIERA, 2009).

**Insights.** Durante a autorreflexão a consciência pode ficar mais predisposta à conexão com os amparadores e com isso ter *insights* sobre a parafisiopatologia de seus traumas, através do aprofundamento da autoinvestigação.

**Listagem.** Após a autorreflexão de 5 horas, pode ser utilizada a técnica de listagem de ações e reações frente a diversas situações do dia a dia. Nesta técnica a consciência procura ficar mais atenta a como age e reage, com o objetivo de saber o que está por trás destes comportamentos e quais são os mecanismos de funcionamento.

**Exemplo:** A pessoa que percebe que a insinceridade se manifesta com maior intensidade quando na presença de figura de poder.

**Autoestima.** Este mecanismo de funcionamento pode acontecer em função da insegurança em relação à sua autoestima.

**Desprezo.** De alguma forma ela despreza outros que considera não estarem em seu mesmo patamar. Por isso, pensa que se demonstrar fraqueza para a figura de poder em função de não ter atingido determinada meta ou objetivo combinado previamente, que este também o desprezará.

### 2. Técnica da Checagem Pensênica (TAKIMOTO, 2006)

**Materpensene.** O materpensene desta técnica é a autocognição constante dos próprios pensenes.

**Procedimentos.** 1. O que estou pensando? 2. O que estou sentindo? 3. Como está minha energia? 4. Este pensene é meu? 5. Registro de cada percepção.

**Utilidade.** Esta técnica é muito útil no caso da consciência orgulhosa, pois muitas vezes não há manifestação exterior, somente em seus pensenes.

**Exemplos:** 1 – A pessoa que já percebeu que é orgulhosa ou está investigando este traço e começa a registrar seus pensenes, com o tempo começa observar que está sempre se autoelogiando. Estes autoelogios servem para estabelecer um desnível entre ela e as demais. 2 – Outro pensene que pode se repetir é o da personalidade que fica sempre esperando elogios, das outras pessoas, pelas suas ações. Ela pode até se sacrificar em função de um grupo, mas não através do altruísmo real, uma vez que sempre há uma intenção secundária de ser reconhecida e elogiada.

**Artista.** Este mecanismo tem relação com os artistas que estão sempre esperando o aplauso de sua platéia.

**Cardiochacralidade.** Esta forma de funcionar sempre esperando afeto através de elogios das outras pessoas, em hipótese, pode ser responsável pelo bloqueio ou descompensação cardiochacral que tanto o artista quanto o orgulhoso podem ter.

**Mecanismo.** Quando a consciência fica na dependência de outra, seja para receber afeto ou qualquer coisa, significa que tira força de si mesma e deposita no outro. Como a questão do orgulho tem relação direta com a afetividade, o local acometido é o cardiochakra que passa a apresentar um bloqueio ou descompensação.

**Ectopia.** Esta forma de funcionamento pode levar à ectopia proexológica, pois a conscin faz aquilo que vai dar mais aplausos ou reconhecimento, e não o que deve realmente fazer.

**Bom mocismo.** Também explica, em parte, o bom-mocismo, onde a consciência procura ser sempre gentil e não confrontar os outros para também receber sua aprovação.

**Acanhamento.** Do ato de encolher-se igual ao cão, também acontece quando o indivíduo fica sempre esperando algo do outro.

**Conexão.** Temos um conjunto de manifestações, descritas acima, que podem acontecer a partir do momento que a consciência submete seu maior poder, a vontade, em função de outro(a) ou outros(as).

### 3. Técnica da Identificação de Pseudoganhos (TAKIMOTO, 2006)

**Materpensene.** O materpensene é a identificação da fissura de cosmoética.

**Procedimentos.** Listar todos os possíveis ganhos que podem existir com determinada situação.

**Camuflagem.** A pessoa que percebe ser orgulhosa em relação a alguma característica, para camuflar sua baixa autoestima em relação a outro traço consciencial e com isso se nivelar com as demais.

**Exemplo.** A pessoa fisicamente bonita que valoriza em excesso a estética, como maneira de camuflar insegurança em relação à cultura.

## Autoenfrentamento

**Definição.** O *autoenfrentamento* é a etapa da autoconsciencioterapia cujo objetivo é a consciência colocar-se frente a frente ou encarar a si mesma, através do posicionamento íntimo cosmoético, elaborando autoprescrições a serem realizadas ao modo de paraterapêutica, visando o alívio ou remissão das parapatologias autodiagnosticadas. (MACHADO, 2008).

**Autoinocorrupibilidade.** Importante para a pessoa que esteja nesta fase, utilizar a técnica do que não presta, não presta mesmo (VIEIRA, 1994). A repetição daquilo que sabe estar errado evidencia alto grau de corrupção. A partir da autoinocorrupibilidade surge a necessidade da conscin ser autoimperdoadora, a fim de evitar desculpas esfarrapadas ou justificativas que em princípio podem ser até verdadeiras, mas no fundo evidenciam a autocorrupção. Neste sentido vale a pena entender sobre a síndrome de enfrentamento do megatrafar que será descrita mais adiante.

**Resultados.** A partir do autoenfrentamento a consciência tem que ter claro para ela, que caso queira resultados diferentes do que vem apresentando até um determinado momento, tem que pesenizar e agir diferente do que vem fazendo. Neste sentido, pode significar ter que abrir mão de modelos mentais, pensamentos, ações, ambientes, companhias intra e extrafísicas.

**Desconexão.** A desconexão de companhias extrafísicas que não estão ajudando naquele momento evolutivo ou atrapalham na condição de guia extrafísica cega ou mesmo assediadora faz parte da Autoconsciencioterapia.

**Técnicas.** Abaixo algumas das técnicas que podem ser utilizadas no autoenfrentamento.

### 1. Técnica da Ação pelas Pequenas Coisas (TAKIMOTO, 2006)

**Materpensene.** O materpensene desta técnica é começar a agir agora.

**Procedimentos:** 1. Identificar alguma ação, mesmo que pequena, que só dependa da vontade do próprio evoluciente. 2. Iniciar a ação imediatamente.

**Exemplo:** A pessoa que apresenta o mecanismo de orgulho relacionado à insinceridade. A pessoa nesta situação vai agir como se estivesse em eterno juramento, prometendo para si mesma “falar a verdade, somente a verdade e nada mais do que a verdade.”

## 2. Técnica da Ação pela Prioridade (TAKIMOTO, 2006)

**Materpensene.** O materpensene desta técnica é a priorização das ações.

**Procedimentos:** 1. Analisar o autoenfrentamento maior. 2. Dissecá-lo em ações menores. 3. Iniciar pela ação mais simples.

**Exemplo:** Se em função de orgulho ferido a pessoa gerou alguma inimizade, deve procurar recompor esta condição o mais rápido possível através da autorretratação. Importante salientar que se o desafeto aconteceu em público, as escusas também devem ser, se possível, no mesmo ambiente.

## Autossuperação

**Definição.** A *autossuperação* é a fase da Autoconsciencioterapia onde se supera a dificuldade, após a persistência nos autoenfrentamentos diários, gerando satisfação íntima e motivação para manter-se no ciclo consciencioterápico.

**Espiral.** Importante lembrar que pela espiral evolutiva, as situações sempre voltam a acontecer de maneira mais requintadas, sutis e menos ostensivas. O orgulho crasso assim como outros traços conscienciais, vão se refinando. Por isso é importante a consciência manter sua Autoconsciencioterapia em dia. Um ponto não trabalhado, que ficou para trás, pode servir de meio para uma regressão consciencial.

**Antídotos.** Patopenses relacionados ao orgulho podem ser evitados a partir de 3 procedimentos antídotos a seguir:

1. Valorização das conquistas dos outros.
2. Autoconsciência das próprias falhas.
3. Recins constantes para aumentar o próprio *status* genuíno.

## IV. CONSIDERAÇÕES FINAIS

**Dificuldade.** Muitas vezes as pessoas têm dificuldade em aprofundar seu autoconhecimento porque isto afeta diretamente sua autoestima e seus preconceitos.

**Insegurança.** É como se a pessoa ficasse insegura em quem vai gostar dela, porque talvez ela mesma deixe de se gostar caso perceba como realmente funciona.

**Dica.** Uma dica que pode ajudar a pessoa a diminuir esta insegurança em relação às pessoas é entender que elas já gostam ou não de você independente do quanto se conheça.

**Reciclagem.** Na realidade, com maior autoconhecimento a consciência terá oportunidade de iniciar suas reciclagens intraconscienciais e com isso melhorar sua autoestima.

**Paradoxo.** Modéstia é essencial para a aprendizagem e aprendizagem é essencial para o crescimento pessoal continuado. Paradoxalmente, o orgulho é o resultado desse crescimento originado pela modéstia e ele dificulta a aprendizagem.

**Solucionática.** Pessoas bem ajustadas aprendem a se movimentar com rapidez e habilidade do orgulho à modéstia para continuar sua evolução.

**Conclusão.** Evolui mais rápido quem, apesar de valorizar suas conquistas pessoais entende que sempre pode melhorar através da interassistencialidade, mantendo sua sofrósina.

## V. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Anotações pessoais;** *Curso para Formação de Consciencioterapeutas*; OIC; Foz do Iguaçu, PR; 2011.
- Balona, Málu;** *Autocura através da Reconciliação: Um Estudo Prático sobre a Afetividade*; Rio de Janeiro; Instituto Internacional de Projeiologia e Conscienciologia; 2003.
- Beaumont, Leland R.;** <http://www.emotionalcompetency.com/pride.htm>; setembro de 2011.
- Idem;** <http://www.emotionalcompetency.com/stature.htm>; setembro de 2011.
- Conscienciopedia;** [http://pt.conscienciopedia.org/Bin%C3%B4mio\\_admira%C3%A7%C3%A3o-discord%C3%A2ncia](http://pt.conscienciopedia.org/Bin%C3%B4mio_admira%C3%A7%C3%A3o-discord%C3%A2ncia); outubro de 2011.
- Cooper, Terry D.;** *Sin, Pride & Self-Acceptance: The Problem of Identity in Theology & Psychology*; Kindle Edition; 2003.
- Enders, Albrecht;** *Bright side of narcissistic CEOs*; artigo; Shanghai daily; 2011; 1p.
- Haymann, Maximiliano;** *Síndrome do Ostracismo: Mecanismos e Autossuperação*; 218 p.; 1ª edição; Foz do Iguaçu, PR; Associação Internacional Editares; 2011.
- <http://www.diariodasaude.com.br/news.php?article=cinco-emocoes-voce-nunca-soube-tinha&id=4911>, novembro de 2011.
- Luft, Joseph; Ingham, Harrington;** *The Johari Window: a Graphic Model for Interpersonal Relations*; Los Angeles; University of California (UCLA), Western Training Laboratory for Group Development; 1955.
- Machado, César;** *A importância do Auto-enfrentamento na Autoconsciencioterapia*; Anais do II Simpósio de Autoconsciencioterapia / V Jornada de Saúde da Consciência; Artigo; 11 p.; 26 enus.; 3 técnicas; 8 refs.; *Conscientia*; Revista; Vol. 12; N. 1; Associação Internacional do Centro dos Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; Janeiro/Março, 2008; páginas 7 a 17.
- Takimoto, Nario;** *Princípios Teáticos da Consciencioterapia*; In: *Proceedings of the 4th Consciential Health Meeting (Anais da IV Jornada de Saúde da Consciência)*; realização OIC; *Journal of Conscientiology*; IAC; V. 9; N. 33-S; Supplement; 2006.
- VandenBos, Gary R.,** organizador; *Dicionário de Psicologia da APA*; trad. Daniel Bueno, Maria Adriana Veríssimo Veronese; Maria Cristina Monteiro; revisão técnica Maria Lucia Tiellet Nunes; Giana Bitencourt Frizzo; Porto Alegre; *Artmed*; 2010; 1040p.; 28 cm.
- Vieira, Waldo;** *Enciclopédia da Conscienciologia*; em elaboração; Verbetes: Prova do Orgulho e Técnica da Autorreflexão de 5 horas.
- Idem;** *700 Experimentos da Conscienciologia*; 1058 p.; 700 caps.; 300 testes; 8 índices; 2 tabs.; 600 enu.; ono.; 5.116 refs.; geo.; glos. 280 termos; alf.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; 1a. edição; Rio de Janeiro, RJ; Instituto Internacional de Projeiologia; 1994.
- Wikipédia;** <http://pt.wikipedia.org/wiki/Orgulho>, setembro de 2011.

## FILMOGRAFIA

*Pride and Prejudice* (br / pt: Orgulho e Preconceito) um filme franco-britânico de 2005, do gênero drama, dirigido por Joe Wright e com roteiro baseado no livro homônimo de Jane Austen. Lançado no Reino Unido em 16 de setembro de 2005, o filme foi nomeado a quatro Óscar.

Dr. Jessica Tracy – The Nature of Pride

<http://www.youtube.com/watch?v=Sv0cBLEDSYg>