

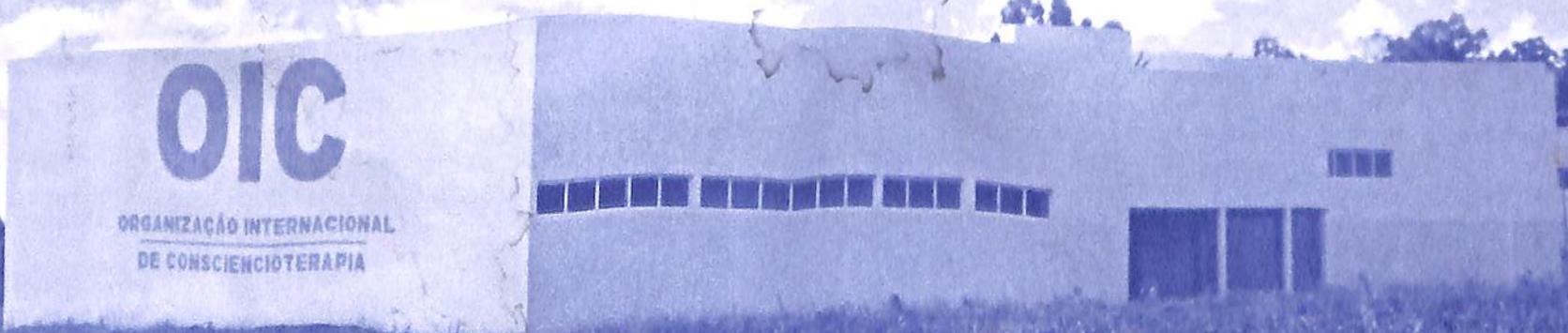
CONSCIENCIOTERAPIA EM FOCO

Ano 3 - nº 3 - setembro 2009

INAUGURAÇÃO DO *CAMPUS* OIC



- II Semana da Saúde Holossomática da Cognópolis – Inauguração do *Campus* OIC
- III Semana da Saúde Holossomática – *Campus* IAC em Portugal
- Atividades da OIC em Curitiba-PR
- Curso Modular: Saúde Conscencial em São Paulo-SP
- Histórico e Perspectivas da Consciencioterapia: Entrevista com o consciencioterapeuta Francisco Carvalho
- Mudança de Coordenação
- Seção Saúde
- OIC em números





Leonardo Paludeto e Roberta Ferreira

A OIC vem passando por muitas reestruturações neste ano de 2009. Uma delas é no modelo de gestão, que agora se consolida oficialmente com a coordenação geral da OIC sendo dupla. No último ano, Roberta Ferreira já vinha atuando na coordenação em parceria com Nario Takimoto, com vistas à substituição formal de coordenação e validação do novo modelo.

Na última Assembleia Geral, ocorrida no dia 26 de abril, foram eleitos os consciencioterapeutas Leonardo Paludeto e Roberta Ferreira. Um psicólogo e uma médica compõem agora a dupla coordenação geral da instituição. Este modelo permite maior abrangência da atuação, dando atenção tanto à expansão da Consciencioterapia quanto à estruturação da instituição e seu quadro de voluntários.

A gestão das coordenações tem duração de 3 anos, conforme previsto no estatuto da OIC. Na mesma ocasião, foram eleitas também as novas coordenações de áreas. Saiba quem são:

- Coordenação Administrativa: Alcir Alves
- Coordenação Campus: Celso Fior e Luiz Gonçalves
- Coordenação Consciencioterápica: Marco Almeida e Marília Takimoto
- Coordenação Financeira: Christovão Peres
- Coordenação Formação Técnica: Fátima Soares e Ivo Valente
- Coordenação Internacional: Patrícia Carvalho
- Coordenação Pesquisa: Adriana Chalita

AGRADECIMENTO

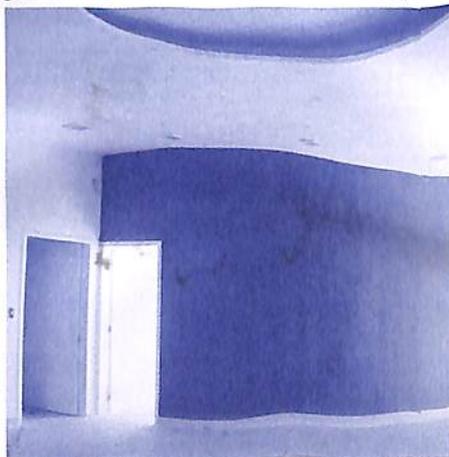
O professor, médico e consciencioterapeuta Nario Takimoto esteve à frente da Consciencioterapia antes mesmo do surgimento da OIC, coordenando desde 1998 os trabalhos desenvolvidos pelo NAIC (Núcleo de Assistência Integral à Consciência) no IIPC - Rio de Janeiro. Foi um dos principais responsáveis pela concretização da instituição em 2003 com a vinda da equipe de consciencioterapeutas para Foz do Iguaçu-PR. É também um proponente entusiasta do projeto *Campus OIC*. Após 11 anos na coordenação geral da instituição, ele passa agora a se dedicar com mais exclusividade às áreas clínica e científica da OIC.

Nario, muito obrigado pelos 11 anos de dedicação na coordenação geral da Consciencioterapia. Desejamos sucesso nos novos empreendimentos assistenciais!

CAMPUS OIC

A finalização da primeira etapa da construção do *Campus OIC* está a todo vapor. O novo prédio vai permitir aumentar significativamente o número de atendimentos prestados, bem como a qualidade e o bem-estar, propiciados por um ambiente mais amplo e planejado para atender as necessidades de seus usuários.

Serão duas salas para atendimento individual; de casal; de família; uma sala para atendimento de grupo; uma sala de reuniões; espaços exclusivos para agendamento e entrevistas com voluntários, evolucionistas e atividades do AVA; ampla área administrativa, recepção e espaços para almoxarifado. O prédio conta ainda com jardins de inverno, além do auditório multifuncional projetado especialmente para receber eventos de imersão energética.



Futura recepção do *Campus*

Além da nova estrutura física, apropriada para os trabalhos da Consciencioterapia, já é possível perceber as repercussões multidimensionais deste novo ambiente nos trabalhos da OIC. O padrão de energias, muito intenso e assistencial, reflete o matêmpense da Consciencioterapia. Aguardamos em breve sua visita!



Futuro Auditório onde foi realizada a I Qualificação Geral dos Voluntários OIC - Maio/09



SAIBA COMO SER CONSCIENCIOTERAPEUTA

A Consciencioterapia é a especialidade da Consciencilogia que tem por objetivo o estudo da consciência de modo integral visando as remissões de distúrbios e doenças da consciência. Para que essa especialidade possa continuar a se desenvolver é preciso que tenhamos mais profissionais técnicos em assistência consciencioterápica para auxiliar na materialização das ideias de ponta da Consciencioterapia que já vêm ocorrendo dentro da OIC.

Se você se identifica com a assistência promovida pela consciencioterapia e tem interesse em se tornar consciencioterapeuta, os requisitos são:

- ser formado em Medicina ou Psicologia;
- ser voluntário da Consciencilogia há pelo menos 1 ano;
- ser voluntário da OIC há pelo menos 6 meses;
- ser tenepessista há pelo menos 6 meses.

Para outras informações entre em contato através do e-mail: formacaotecnica@oic.org.br

**INAUGURAÇÃO DO CAMPUS OIC
& II SEMANA DA SAÚDE
HOLOSSOMÁTICA DA COGNÓPOLIS
EM 2009**

Prepare-se para participar da II Semana da Saúde que estamos construindo para toda CCCI. Na segunda semana de outubro/09 ocorrerá o primeiro evento no *Campus OIC - Foz do Iguaçu/PR*.

- Entre os dias 06/10 a 10/10 ocorrerão atividades integradas com outras instituições conscienciocêntricas, com foco em saúde.
- No dia 10/10 às 19 horas ocorrerá a solenidade de inauguração do *Campus OIC*. Terão também visitas técnicas às instalações e coquetel comemorativo.
- No dia 11/10 ocorrerá o III Simpósio de Autoconsciencioterapia, com mesas de debate, conferências e dinâmica com campo energético voltado para a autoconsciencioterapia.
- No dia 12/10 ocorrerá a Ação em Saúde Conscencial, com atividades gratuitas oferecidas por diversos profissionais ao público da CCCI.

Acompanhe os detalhes da programação deste evento no site da OIC: www.oic.org.br

**III SEMANA DA SAÚDE
HOLOSSOMÁTICA EM 2010**



Campus IAC – Evoramonte / Portugal

Preparam as malas, pois em outubro de 2010 a Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC) e a *International Academy of Consciousness (IAC)* aguardam em Portugal todos os pesquisadores interessados na Conscienciologia, na Saúde da Consciência e na Consciencioterapia. A programação do evento, cujo materpensene é Assistência Universalista, já está em andamento:

15 a 17/10: Curso Imersão Projeciote-rápica.

18 a 21/10: Eventos Integrados.

- atendimentos Consciencioterápicos Intensivos.
- *Workshops* de diversas Instituições Conscienciocêntricas.
- Dia da Saúde.
- Turismo conscencial.
- Atividades gratuitas.

• II Prêmio Global IAC para Contribuições Científicas em Conscienciologia (*Award*).

• Aniversário de 10 anos da IAC.

22 a 24/10: VI Jornada de Saúde da Consciência & IV Simpósio de Autoconsciencioterapia

25 a 27/10: Curso Práxis Multidimensional

Você pode participar escrevendo seu artigo! Confira abaixo informações da chamada de trabalhos:

**CHAMADA DE TRABALHOS
VI JORNADA DE SAÚDE DA
CONSCIÊNCIA & IV SIMPÓSIO DE
AUTOCONSCIENCIOTERAPIA**

Materpensene: Assistência Universalista
Evoramonte, Portugal, Evoramonte, *Campus IAC*
22, 23 e 24 de Outubro de 2010

Convidamos os pesquisadores interessados no tema da VI Jornada de Saúde da Consciência e do IV Simpósio de Autoconsciencioterapia a encaminharem suas pesquisas. Os dois eventos são abertos para todos interessados apresentarem suas contribuições à Conscienciologia, à Saúde da Consciência, à Consciencioterapia e às demais áreas e especialidades afins.

Acesse a chamada de trabalhos na íntegra e saiba mais sobre a temática, critérios e condições de envio em: www.oic.org.br
O prazo de envio é 28/09/2009.
Mais informações: pesquisa@oic.org.br



PROGRAMAÇÃO OIC 2009

**AUTOPROFILAXIA ATRAVÉS DA
AUTOCONSCIENCIOTERAPIA NA
PRÁTICA**

23, 24 e 25 de outubro – Porto Alegre/RS

Curso de imersão com 4 campos consciencioterápicos, onde o aluno terá a oportunidade de experimentar a autoconsciencioterapia através da aplicação de suas etapas e técnicas para o autodesassédio e ampliação da autopercepção. A partir de um trabalho individual, em grupo e multidimensional, o aluno tem a possibilidade de entrar em contato com sua realidade intraconscencial e promover reciclagens. É uma consciencioterapia intensiva de grupo (máx. 20 alunos). Voltado a pessoas que já tenham realizado CIP ou cursos similares em outras IAs, ou foram evolucionentes em atendimentos clínicos na OIC.

IMERSÃO PROJECIOTERAPICA
13, 14 e 15 de novembro – Vitória/ES

Curso de imersão de 3 dias, totalizando 20 horas, em ambiente otimizado para a vivência da autoprojecio-terapia, objetivando proporcionar aos participantes a homeostase holossomática necessária às reciclagens intraconscenciais.

**PALESTRAS GRATUITAS EM
CURITIBA**

Palestras gratuitas sobre Saúde Conscencial, sem pré-requisito, visando a divulgação da Consciencioterapia ao público em geral. Sempre um novo tema, bimestralmente, consulte os temas da programação no site da OIC.

**ATENDIMENTOS
CONSCIENCIOTERÁPICOS**

Regular: ocorre com periodicidade quinzenal, sendo sempre no mesmo dia da semana e horário agendados na entrevista inicial.

Intensivo: composto de cinco atendimentos consecutivos, em geral numa mesma semana, sendo um atendimento a cada dia sempre no mesmo horário.

Pontual Gratuito: consiste em um atendimento indicado a pessoas que procuram conhecer melhor a consciencioterapia ou àqueles que demandam atendimento de emergência. Os atendimentos gratuitos são abertos a qualquer interessado, mediante agendamento prévio e ocorrem toda 4ª feira à tarde.

**CONSCIENCIOTERAPIA
INSTITUCIONAL**

(Atendimento sob demanda, consulte-nos)

Atendimento consciencioterápico voltado às demandas institucionais, trabalhando em prol da saúde holossomática dos componentes da instituição para que haja mais saúde no ambiente de trabalho.

**ATENDIMENTOS INTENSIVOS:
UMA SEMANA PARA APROFUNDAR
NA AUTOCONSCIENCIOTERAPIA**

Os atendimentos consciencioterápicos intensivos permitem um aprofundamento na autoconsciencioterapia, através de uma série de cinco atendimentos consecutivos nos quais o evolucionente poderá promover as etapas de autoinvestigação, autodiagnóstico, autoenfrentamento e autossuperação, com focos específicos de trabalho.

Os atendimentos são diários, e ocorrem de 2ª a 6ª feira, sempre no mesmo horário. Os atendimentos podem ser agendados por residentes e não residentes de Foz do Iguaçu-PR, durante todas as semanas do ano. Não há pré-requisito de participação prévia em cursos da Conscienciologia.

Planeje sua viagem e invista em sua autossuperação! Mais informações e agendamento através dos telefones (45) 9921-6664 e (45) 9921-6566 ou do e-mail agendamento@oic.org.br

HISTÓRICO E PERSPECTIVAS DA CONSCIENCIOTERAPIA

Entrevista: Francisco Carvalho

Conheça a seguir como foi o histórico da Consciencioterapia, através da trajetória de quem acompanhou o surgimento desta especialidade dentro da Conscienciologia e participou da criação da OIC. O jornal Consciencioterapia em Foco entrevistou o médico e consciencioterapeuta Francisco Carvalho(FC), voluntário da Consciencioterapia desde 1992, e hoje o mais veterano dos consciencioterapeutas em atuação na OIC.

Como foi o surgimento da consciencioterapia no contexto das instituições conscienciocêntricas?

FC: Inicialmente o IIPC era a única instituição conscienciocêntrica. Havia muitos voluntários ali que atuavam na área de saúde e demonstravam interesse na especialidade Consciencioterapia - proposta pelo professor Waldo Vieira. Assim, como na ocasião estavam se formando grupos de pesquisas da consciência sobre vários temas, chamados GPCs, formou-se também o GPC Consciencioterapia. Fundado por volta de outubro de 1992 foi o primeiro movimento conjunto, intrafísico, mais específico sobre o tema. No início fazíamos reuniões de debates. Pouco tempo depois, a pedido do professor Waldo, surgiu a demanda de atuação de consciencioterapeutas nos ECP2's, sendo então o primeiro movimento mais concreto de atendimentos consciencioterápicos.

Como eram estes primeiros atendimentos consciencioterápicos?

FC: Foi criado em São Bernardo do Campo (SP) um núcleo de atendimento na clínica das psicólogas Zuleika Silva e Zenaide Dias, onde eu mesmo atuei algumas vezes. Na mesma época iniciaram-se atendimentos no Rio de Janeiro-RJ, com a psicóloga Silvia Felismino. Estive trabalhando com ela no Rio de Janeiro-RJ e em Belo Horizonte-MG por um bom tempo, onde atuava também o Rodolfo Guerra, médico de BH. Os atendimentos eram individuais, pontuais, com dois terapeutas, bem ao molde daquilo que a gente entendia que era o ideal para um atendimento dentro do Paradigma Consciencial, mas ainda eram muito com o foco na Psicologia e com grande influência dos conceitos espíritas, já que predominavam psicólogos no grupo e as experiências parapsíquicas de quase todos tinham origem dentro da linha espírita. A gente bancava as viagens, hospedagens e tudo mais. Tínhamos algumas regras bem definidas a serem cumpridas, pois, apesar

de sabermos que aquilo não era exatamente consciencioterapia, sabíamos que era o início de um caminho para chegar a algo mais profissional, grupal e institucional. Até que surgiu o NAIC (Núcleo de Assistência Integral à Consciência).

Como foi esta fase de transição do GPC para o NAIC?

FC: Nas reuniões do GPC fomos amadurecendo a ideia da criação de um núcleo, pois havia a necessidade de um espaço específico para a parte clínica. Foi quando surgiu a proposta de criação do NAIC feita pela professora Marina Thomaz. Quando fundamos o NAIC dentro do IIPC, em 1995, foram criadas salas no Rio de Janeiro-RJ e em Belo Horizonte-MG, pois já atendíamos nesses locais. Os atendimentos passaram a ser, de fato, institucionais.

Qual o impacto do NAIC para o grupo de voluntários?

FC: Havia um grupo grande de voluntários no GPC, mais de vinte pessoas. Porém poucas pessoas atuavam na área clínica: Zenaide, Zuleika, Sílvia, Rodolfo, Neide Lázaro, eu e mais alguns. Quando iniciaram os atendimentos de cunho institucional - com a criação do NAIC - aprofundamos na prática e começaram a surgir pressões inerentes ao processo de mudança. Nem todos permaneceram. É importante salientar que todas as pessoas que passaram por este processo inicial da Consciencioterapia deixaram um legado de história, de crescimento, de desenvolvimento, de contribuição e isso tem que ser considerado. Se não fossem elas, com aquela força e aquele empenho, talvez não estivéssemos onde estamos hoje.

Quais os principais avanços da consciencioterapia na época do NAIC?

FC: Em 1998, o NAIC passou a ser coordenado pelo médico Nario Takimoto. Uma das atividades implantadas neste ano foram as aulas para formar e capacitar os consciencioterapeutas, que depois deram origem ao Curso para Formação de Consciencioterapeutas (CFC), que temos hoje. Neste mesmo ano, cinco novos consciencioterapeutas se formaram. Pouco tempo depois surgiu o Programa de Aperfeiçoamento do Consciencioterapeuta (PAC). Eram reuniões quinzenais, que na época utilizávamos para discussões de casos, buscando soluções de modo geral para todos, consciencioterapeutas. Essas duas atividades foram tão relevantes para o

aperfeiçoamento do grupo que até hoje continuam fazendo parte dos critérios de trabalho na OIC. Nos anos seguintes as atividades continuaram crescendo: novos consciencioterapeutas se formaram e expandimos também internacionalmente, com atendimentos itinerantes em Portugal, no CIPRO (Congresso Internacional de Conscienciologia) de Barcelona e em Nova Iorque e isso só foi possível com a criação do NAIC e uma liderança mais especializada.

Como surgiu a ideia de criar a OIC?

FC: No momento em que investimos mais na parte científica, de pesquisa, análise, crítica, reavaliação e reestruturação, tanto de postura quanto de conduta, delineou-se mais claramente o que seria a Consciencioterapia e a formação em Consciencioterapia. Com esse crescimento fundamos a OIC em setembro de 2003. Se olharmos para trás veremos que andamos muito, mas sabemos que ainda temos muito que andar!

Como foi o processo de amadurecimento da Consciencioterapia e suas técnicas?

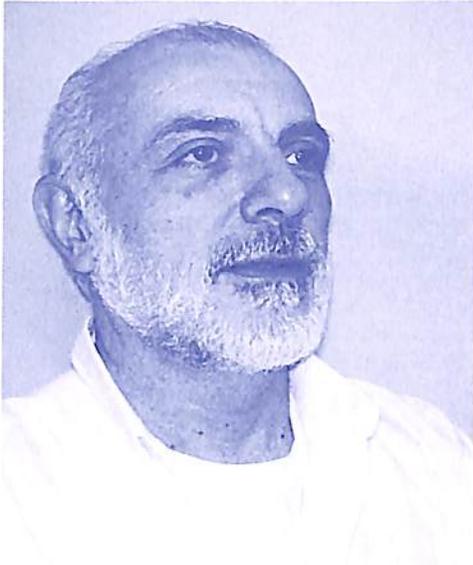
FC: O evoluciente foi a peça fundamental para o estímulo do desenvolvimento de todo o processo. Houve um momento, por exemplo, que se começou a falar muito em impactoterapia. Isso causou certo temor nas pessoas e percebemos com o tempo que aquilo não estava sendo adequado. A Consciencioterapia não deve causar temor. Ela tem que ser instrumento de clareamento, de aumento de discernimento. Foi neste contexto que surgiu a necessidade de se mudar o termo de "paciente" para "evoluciente", exatamente para ficar clara a necessidade da participação ativa do mesmo na dinamização do seu processo evolutivo.

E qual é a linha de trabalho atualmente?

FC: Percebemos que a Consciencioterapia tem que funcionar dentro do trinômio acolhimento-orientação-encaminhamento. Isso nos deu um norte, um diferencial. O predomínio da atuação da equipe hoje tem sido no acolhimento. Trabalhamos com este foco e percebemos que somente assim é possível trabalhar a orientação e o encaminhamento. Isso já fez uma diferença enorme favorecendo a resposta positiva dos evolucientes.

Uma pessoa que é leiga em conscienciologia tem condições de ser atendida pela OIC?

FC: Com certeza. Mesmo que seja de outras



Francisco Carvalho

culturas ou com diferentes graus de maturidade e lucidez, como casos de pessoas com problemas mentais ou psiquiátricos mais severos. Todas elas podem ser evolucionistas. Evolucionista é um *status* de evolução. Pense, por exemplo, no trinômio evolucionista–evolução–evolucionista. A evolução tem como epicentro o evolucionista e como razão o evolucionista. Assumirmos a condição de evolucionista, tanto os consciencioterapeutas quanto as pessoas que chegam até nós, e conquistar este *status*, é estarmos conectados à evolução e ao evolucionista.

Então, ser evolucionista é factível a quem quiser?

FC: Sim, essa condição de evolucionista é acessível a todos. Se o indivíduo assume esta condição consegue avançar e os resultados positivos acontecem. Quando ele não assume, não consegue vestir essa camisa, o resultado diminui. Mas há um resultado multidimensional, grupocármico, bioenergético, que às vezes a pessoa nem consegue avaliar no seu todo.

Como uma pessoa leiga em conscienciologia pode se beneficiar da consciencioterapia?

FC: O leigo muitas vezes vem encaminhado pelos pais, indicado por amigos ou conhece alguém que passou por aqui e se beneficiou. Outras vezes vem por curiosidade ou mesmo por um processo religioso ou místico. A consciencioterapia vai ter maior alcance quando a pessoa tiver o interesse acima da curiosidade. Se houver abertura para entender, procurar experimentar e ir além de si, um pouquinho que seja, então ela pode se beneficiar muito mais.

Pode ocorrer o inverso, uma pessoa conhecer muito de Conscienciologia e não se beneficiar da consciencioterapia?

FC: Com certeza. É a pessoa que chega, mas

“O grande diferencial que o Campus OIC vai nos trazer é o aperfeiçoamento e aprofundamento do atendimento clínico e, principalmente, da pesquisa. Vamos ter condições de estruturar e aproximar a Consciencioterapia daquilo que extrafisicamente já existe, porém que a gente ainda não conseguiu materializar... Dentro de algum tempo entendo que, inevitavelmente, teremos uma Universidade de Consciencioterapia.”

não assume sua condição de evolucionista. Ela tem que entender que faz parte de uma dinâmica multidimensional assistencial. Ela tem que mergulhar nisso. Quando mergulha, ela passa a ser assistida e começa a participar desse processo evolutivo como assistente, com suas energias, com suas mudanças. À medida em que ela promove uma mudança em seu microuniverso pessoal está fazendo assistência ao grupocarma dela. Quando se faz essa opção assistencial, na condição de minipeça dentro de um maximecanismo, a pessoa está como evolucionista, mas inevitavelmente se torna também assistente. Isso é que é o bacana, porque as mudanças que se promovem no ambiente são assistenciais. A cada passo evolutivo que damos estamos melhorando nosso grupo também.

Qual o padrão da equipe extrafísica que atua nos atendimentos de consciencioterapia?

FC: O que se percebe é que são várias equipes extrafísicas interligadas, com sincronia. Muitas delas têm especificidades: algumas mais especializadas em energias, outras no esclarecimento, outras em ampliar a percepção de conjunto. Ao mesmo tempo há um respeito entre as equipes. Isso é muito interessante porque ilustra como deve funcionar no intrafísico. Não temos ainda um grupo muito grande de consciencioterapeutas, mas já começamos a ver as especificidades e as especializações. Há pessoas que atuam melhor em atendimento de grupos, outras em atendimento individual, outras em atendimento de casal, ou de conscins mais jovens. São grupos que fazem parte de um mecanismo único muito mais amplo, tendo essa ideia da minipeça. Com o reconhecimento de sermos minipeças temos condição de ajudar muito mais!

Alguns evolucionistas relatam que nos atendimentos e nos cursos da OIC percebem muita rapidez em chegar a alguns insights, perceber processos de melhoria energética e de desassédio. A que você atribui essa velocidade?

FC: Para essas pessoas eu tiro o chapéu, pois a rapidez do resultado está muito relaciona-

da a elas mesmas. Não quero com isso tirar o mérito da consciencioterapia, não. É claro que a Consciencioterapia, a partir do momento em que começou a aprofundar mais no entendimento da consciência e de suas necessidades, conseguiu dar uma assistência mais específica ao que cada consciência precisa. Mas se não houver abertura pessoal, a consciencioterapia por si só não consegue dar a reposta. Ela pode dar os instrumentos para que o evolucionista faça seu processo da autoconsciencioterapia e consiga o resultado mais rápido. Já nos casos em que os evolucionistas não têm a resposta rápida temos que puxar a responsabilidade para nós, consciencioterapeutas, porque assim é que vamos conseguir crescer com a experiência. Precisamos reavaliar a clareza que estamos tendo sobre o caso e se isso está sendo suficiente para que possamos ajudar aquela pessoa a se perceber. Caso seja necessário, precisamos corrigir e aprofundar o entendimento.

Qual a principal responsabilidade da consciencioterapia em relação ao nosso grupo evolutivo atual?

FC: É a verbação, a teática. Eu penso que é através do exemplo que você vai conseguir fazer mais assistência. A resposta é relativamente simples, mas dura. O processo é esse, não vejo muita saída não.

Qual a importância da consciencioterapia na sua proéxis?

FC: A minha identificação com a consciencioterapia foi imediata. Ao ouvir a palavra, eu disse: “isso aí é pra mim”. Deste momento em diante não tive dúvidas em relação à minha proéxis. Até então a coisa mais séria que eu havia visto na vida era a Medicina, mas ao reconhecer a Consciencioterapia eu disse para mim mesmo: “isso é sério; isso é mais sério que a Medicina!”.

Como você vê o futuro da consciencioterapia?

FC: Quando formos para o Campus OIC, vamos com certeza compreender melhor o que é a Consciencioterapia, não só na condição do atendimento individual, grupal e de casal, mas como estrutura de ciência em si, em pesquisa e ensino. O grande diferencial que o Campus OIC vai nos trazer neste sentido é o aperfeiçoamento e aprofundamento do atendimento clínico e, principalmente, da pesquisa. Vamos ter condições de estruturar e aproximar a Consciencioterapia daquilo que extrafisicamente já existe, porém que a gente ainda não conseguiu materializar enquanto instituição de pesquisa, instituição clínica, escola, universidade. Dentro de algum tempo entendo que, inevitavelmente, teremos uma Universidade de Consciencioterapia.

VOLUNTARIADO OIC

I QUALIFICAÇÃO GERAL DOS VOLUNTÁRIOS OIC

Nos dias 01 e 02 de maio de 2009 ocorreu a I Qualificação Geral dos Voluntários OIC. Um evento marcante que reuniu 25 pessoas, nas instalações onde será o *Campus* da OIC. A proposta foi integrar a equipe de voluntários residentes tanto em Foz do Iguaçu-PR quanto em outras cidades, promovendo atividades grupais a fim de aumentar a visão de conjunto. A partir de dinâmicas conduzidas pela consciencioterapeuta Andréa Lindner, os voluntários apresentaram seu trabalho, deram e receberam *feedbacks* sobre cada uma das áreas. Esta atividade possibilitou conhecer as respectivas dificuldades e potencialidades, favorecendo uma visão mais integrada da instituição e identificando oportunidades de melhoria para um trabalho cada vez mais sinérgico e assistencial.

Os voluntários de Porto Alegre-RS e Santa Cruz do Oeste-PR marcaram presença, trazendo contribuições para a compreensão e expansão das atividades de voluntariado à distância. Para enriquecer o trabalho, foi realizada uma dinâmica bioenergética orientada pelo voluntário e epicon Alcir Alves. O evento foi um marco para o grupo, com saldo muito positivo. O setor de voluntários da OIC já planeja a II Qualificação Geral dos Voluntários OIC para o segundo semestre de 2009.



Dinâmica realizada durante a I Qualificação Geral dos Voluntários OIC.

VOLUNTÁRIOS À DISTÂNCIA

A V Jornada de Saúde da Consciência & III Simpósio de Autoconsciencioterapia em setembro de 2008 foi um marco em termos de expansão do voluntariado da OIC. A modalidade de voluntariado à distância

permitiu o ingresso imediato de 14 pessoas na instituição. Um verdadeiro *upgrade* para toda equipe e, sem dúvida, muita responsabilidade e trabalho pela frente.

Aproveitando a oportunidade do evento, foram realizadas entrevistas de voluntariado e treinamento, a fim de apresentar a instituição e o seu modo de funcionamento. Foram transmitidas informações sobre os atuais projetos da OIC, fluxos de trabalho da área de atendimentos e eventos e discutida a importância e papel do voluntário à distância, destacando a condição de ponto de apoio da instituição na cidade de origem.

A chegada de novos voluntários à distância na OIC nesse momento de transição para o *Campus* representa uma conquista evolutiva expressiva de união de forças em prol da expansão das atividades da Consciencioterapia. A OIC está se estruturando para atender cada vez melhor a demanda desses voluntários, engajando-os nas atividades regulares da instituição e qualificando-os para atuar como epicentros das atividades a serem desenvolvidas fora de Foz do Iguaçu-PR.

Conheça nossa equipe de voluntários à distância:

- Belo Horizonte, MG: Tânia Andrade.
- Cruzeiro do Oeste, PR: Sérgio Pereira Fernandes.
- Curitiba, PR: Arnaldo Schreiber, Eliana Moravski, Elizabete Schiavon, Luiz Tatemoto e Wilson de Souza.
- Frederico Westphalen, RS: Ana Rita Bonfanti.
- Manaus, AM: Eudésio Maciel e Miguel Rabelo Nunes.
- Porto Alegre, RS: Carolina Oderich.
- Rio de Janeiro, RJ: Antônio Leon, Adriano Oliveira e Juliana Puppim.
- São Paulo, SP: Alessandro Lozano.
- Porto, Portugal: Filipe Pires Picolo.

VOLUNTARIADO MULTIPROFISSIONAL

Hoje a OIC conta com voluntários de diversas áreas: arquitetura, assistência social, biologia, direito, administração, informática, comunicação social, turismo, fisioterapia, nutrição, psicologia, medicina, entre outros. Eles atuam na organização dos eventos, gestão

da instituição e no projeto *Campus*.

Com a mudança para o *Campus* e expansão das atividades da OIC, um desafio é lançado para você que se identifica com o nosso trabalho: venha descobrir novas áreas de atuação em consciencioterapia e ampliar a visão de conjunto sobre saúde consciencial.

Para ser voluntário da OIC é preciso já ter participado de pelo menos 1 dos cursos oferecidos pela instituição ou ter realizado atendimentos de consciencioterapia (regular ou intensivo).

Entre em contato conosco através do email: voluntarios@oic.org.br

SEÇÃO SAÚDE

SEÇÃO CONSCIENCIOTERAPIA DA REVISTA CONSCIENTIA

Você que é pesquisador(a) da saúde consciencial e da Consciencioterapia, voluntário(a) ou não da OIC, tem um espaço aberto para suas publicações: a Seção Consciencioterapia da Revista *Conscientia*. Uma seção específica para trabalhos nesse tema, publicou seu 3º artigo, *Superação da Labilidade Parapsíquica Através da Autopesquisa*, da pesquisadora Lillian Zolet.

Nas edições anteriores (Vol. 11, N. 3 e Vol. 12, N. 2), podem ser conferidos os trabalhos *Abertismo Consciencial para a Consciencioterapia e Técnica de Análise Algorítmica dos Materpensenes: Instrumento Autoconsciencioterápico*, das autoras Kátia Arakaki e Rosa Nader, respectivamente. Aos leitores que não tenham os exemplares, esses trabalhos poderão ser acessados, gratuitamente, através do site da Revista *Conscientia* que pode ter o acesso, também, através de link inserido no site do CEAEC, <http://www.ceaec.org>.

Para publicar seu trabalho em saúde consciencial ou em Consciencioterapia nessa seção, encaminhe-o para pesquisa@oic.org.br. A equipe de revisores da OIC estará disponível para avaliar e revisar o artigo enviado, acompanhando todo o processo e encaminhando-o para a apreciação da revista.

Estão todos convidados.

A MULHER E A TENSÃO PRÉ-MENSTRUAL

Carolina Leão Oderich*

ATENSÃO PRÉ-MENSTRUAL

A Tensão Pré-menstrual (TPM) se caracteriza por sinais e sintomas físicos e emocionais (síndrome) que antecedem a menstruação (de 3 a 10 dias antes) e persistem até os primeiros dias da menstruação, influenciando a vida profissional, pessoal e social das mulheres. A TPM atinge aproximadamente 75% das mulheres, mas apenas 8% têm sintomas muito intensos (Transtorno Disfórico Pré-menstrual) a ponto de poder incapacitá-las física e mentalmente.

Ela foi descrita a primeira vez por Hipócrates no Século V a.e.c., no tratado A Doença das Virgens no qual relata o sofrimento físico e mental no período que antecede a menstruação. Mas a primeira descrição científica foi feita somente em 1931 por Robert Frank (ginecologista norte-americano).

Pelo Paradigma Consciencial, a partir da autopesquisa é possível ampliar o nível de autoconhecimento e compreender a interação dos veículos de manifestação da consciência (soma, energossoma, psicossoma e mentalsoma). Por isso, quando se estudam os sintomas da TPM, percebe-se que esses sintomas não são somente físicos, mas também influenciam sobremaneira no aspecto emocional, mental e energético. Já foram descritos mais de 150 sintomas da TPM, dentre eles destacam-se:

- Depressão, pensamentos autodepreciativos;
- Ansiedade, tensão, nervosismo, excitação;
- Fraqueza afetiva, tristeza repentina, choro fácil, sentimento de rejeição;
- Raiva ou irritabilidade persistente, aumento dos conflitos interpessoais;
- Sensação de estar fora do próprio controle;
- Diminuição do interesse pelas atividades habituais;
- Sensação de dificuldade de concentração;
- Cansaço, falta de energia;
- Acentuada alteração do apetite (desejo maior por doces);
- Distúrbios do sono;
- Inchaço nas mamas e/ou sensibilidade mamária aumentada;
- Dor de cabeça;
- Dores musculares;
- Ganho de peso ou sensação de inchaço.

A TPM é predominantemente uma alteração do corpo físico que se expande para os demais veículos de manifestação da consciência. Estudando os mecanismos do Pensene (pensamento + sentimento + energia), percebe-se que o corpo físico com sintomas exacerbados da TPM acaba alterando o funcionamento do corpo das emoções e das energias, podendo deixar as mulheres muitas vezes irracionais em decorrência de seu desequilíbrio psicofisiológico.

ATÉ QUE PONTO O CORPO FÍSICO DOMINA AS MANIFESTAÇÕES DA CONSCIÊNCIA?

Por seus sintomas de instabilidade afetivo-emocional, a TPM poderá influenciar nos relacionamentos com amigos, família ou colegas de trabalho. Dependendo da intensidade, poderá ocasionar faltas ao trabalho, discussões com amigos, desentendimentos com a família e, em determinadas vezes, até o término de vínculos amorosos.

Deve-se prestar atenção para não se aproveitar desse momento e justificar manifestações de vitimização ou manipulação, quando a mulher usaria o seu estresse e labilidade emocional para conseguir vantagens nas relações interpessoais.

E QUAIS SERIAM AS CAUSAS DA TPM?

Existem algumas hipóteses para explicar as causas da TPM, dentre elas as influências hormonais do ciclo menstrual e a relação entre os hormônios sexuais femininos, as endorfinas e neurotransmissor (serotonina). Sabe-se hoje que os hormônios sexuais femininos exercem atividade cerebral na mulher.

Nos dias atuais, desde o advento do uso do anticoncepcional oral (contraceptivo), a mulher conquistou maior independência sexual. As exigências no trabalho, na família e as autoexigências quanto ao desempenho pessoal, levam a mulher a um nível maior de estresse, o que parece ser um fator estimulante e agravante da TPM.

No passado a mulher permanecia mais frequentemente no ciclo gravídico- puerperal (grávida ou amamentando). Portanto, não tinha ciclos menstruais frequentes. Talvez seja esse o motivo de se dizer que antigamente as mulheres tinham menos TPM. Todavia, algum grau de desconforto nesse período deve ser considerado normal, pois para ser considerada doença é importante que esses sintomas de fato interfiram nas atividades habituais da mulher e que os mesmos ocorram na fase pré-menstrual e não em todo o ciclo.

Quando sintomas muito graves estiverem presentes, é importante realizar o diagnóstico diferencial, que se divide em:

- Causas psiquiátricas: depressão, distímia, Transtorno de Ansiedade Generalizada, Transtorno de Pânico, Transtorno Bipolar, uso de drogas e álcool.
- Causas médicas: anemia, distúrbios autoimunes, hipotireoidismo, diabetes, epilepsia, endometriose, síndrome da fadiga crônica, doenças do colágeno.
- Causas conscienciais: assédio extrafísico, autoassédio, desequilíbrio bioenergético.

O tratamento dessa síndrome envolve dieta, exercícios físicos e uso de medicamentos, os quais devem ser receitados por um médico especialista.

CONSCIENCIOTERAPIA

A Consciencioterapia pode ajudar no tratamento através da abordagem conscienciológica, possibilitando a realização da Autoconsciencioterapia através das suas 4 etapas: autoinvestigação, autodiagnóstico, autoenfrentamento e autossuperação.

A Autoconsciencioterapia possibilitará à mulher um maior autoconhecimen-

to, identificação mais precisa de seus sintomas, do período agravante, das companhias extrafísicas que se manifestam e, inclusive, conhecer e praticar técnicas para autossuperação. Com esta abordagem, pode-se tirar proveito dos sintomas, na medida em que se aprofunda no íntimo da consciência.

Existem ações de autoprofilaxia dos sintomas agudos, dentre elas pode-se citar:

- 1) Utilizar a Técnica do Estado Vibracional para obter equilíbrio energético em qualquer fase do ciclo menstrual (estado de homeostase holossomática);
- 2) Conversar com o parceiro para que o mesmo acompanhe o ciclo menstrual da mulher, visando que o mesmo saiba preventivamente os momentos de maior possibilidade de dificuldade de interação do casal;
- 3) Estudar sobre a TPM e informar o parceiro, auxiliando-o na compreensão e na minimização de possível discriminação;
- 4) Comunicar aos familiares e conhecidos mais próximos quando estiver entrando na TPM aos primeiros sintomas observados;
- 5) Atender as demandas básicas do corpo físico (alimentação saudável, sono satisfatório, exercício físico);
- 6) Realizar um diário pessoal com todos os sintomas ao longo do mês para avaliar se aquela percepção de estresse é sempre no período pré-menstrual ou se na verdade existe durante todo o ciclo e se intensifica nesse período. Por exemplo, a TPM pode exacerbar os sintomas da depressão já existente.

Avaliando-se a TPM do ponto de vista evolutivo, sendo uma característica exclusiva do corpo feminino, pode-se questionar o motivo de tanta complexidade. Uma das hipóteses que a autora apresenta aqui é se a TPM seria uma oportunidade evolutiva para as mulheres, pois apesar de esses sintomas exacerbarem alguns pontos negativos da personalidade de cada uma, também é um momento ímpar para um maior autoconhecimento quanto aos patopenses, companhias extrafísicas e carências físicas e energéticas.

Sendo assim, as mulheres podem tirar proveito de todas as especificidades próprias do seu soma, compreendendo esse momento do ciclo menstrual, que é um tanto turbulento, mas propício para a descoberta de características peculiares da personalidade feminina. Sendo um caminho para a ampliação do nível de lucidez (a partir da autopesquisa) quanto à realidade intrafísica, multimilênar e multidimensional.

(*A autora é médica formada pela FFFCMPA, realizando especialização em Ginecologia e Obstetrícia pelo Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA). Mestranda em Ciências Médicas pela UFRGS e pós-graduada em Uroginecologia e Gestação de Alto-Risco pelo HCPA. Voluntária da OIC e do HPC. Docente em Conscienciológica pelo HPC. Contato: caroderich@gmail.com

OIC EM NÚMEROS

Confira o balancete dos eventos realizados nos últimos 12 meses:

2º semestre/2008

Ação em Saúde Conscencial
Foz do Iguaçu/PR
10/08/08 - 116 alunos

Curso Imersão Projecioterápica
Foz do Iguaçu/PR - epíscopo Nario Takimoto
29 a 31/08/08 - 29 alunos
05 a 07/12/08 - 30 alunos

V Jornada de Saúde da Consciência & II Simpósio de Autoconsciencioterapia
Foz do Iguaçu/PR
05 a 07/09/08 - 117 alunos

Curso Autoprofilaxia através da Autoconsciencioterapia na Prática
Porto Alegre/RS - prof. Marília Takimoto e Francisco Carvalho.
1ª a 16/11/08 - 8 alunos

1º semestre de 2009

Palestra Saúde Conscencial
São Paulo/SP - prof. Roberta Ferreira e Rose Carvalho
08/02, 07/03 e 07/05/09

Curitiba/PR - prof. Fátima Soares
07/03/09 - 27 alunos

Curso Autoprofilaxia através da Autoconsciencioterapia na Prática
São Paulo/SP - prof. Roberta Ferreira e Marco Almeida
20, 21 e 22/03/09 - 14 alunos

Imersão Projecioterápica
Natal/RN - epíscopo Nario Takimoto
27, 28 e 29/03/09 - 51 alunos

Curso Autoimagem Saudável
Recife/PE - prof. Leonardo Paludeto
30 e 31/03/09 - 24 alunos

Palestra Saúde Emocional
Curitiba/PR - prof. Roberta Ferreira
25/04/09 - 60 alunos

Curso Modular em Saúde Conscencial
São Paulo/SP - vários professores
Início em 09 e 10/05/09 - 36 alunos

Palestra Relacionamentos Saudáveis
Curitiba/PR - prof. Marília Takimoto
23/05/09 - 35 alunos

Curso Autoprofilaxia através da Autoconsciencioterapia na Prática
Rio de Janeiro/RJ - prof. Marília Takimoto e Marco Almeida
24, 25 e 26/04/09 - 23 alunos

Palestra e Curso Autoimagem Saudável
Curitiba PR - prof. Ivo Valente
Palestra 27/06/09 - 40 alunos
Curso 28/06/09 - 11 alunos

PANORAMA DAS ATIVIDADES JÁ REALIZADAS PELA OIC:

I SEMANA DA SAÚDE HOLOSSOMÁTICA DA COGNÓPOLIS E AÇÃO EM SAÚDE CONSCENCIAL DE 2008

Em 10 de agosto de 2008, das 8h às 18h, no auditório do Discernimentum, ocorreu a Ação em Saúde Conscencial. Esse dia se caracterizou pela realização de atendimentos e palestras voltadas para a saúde somática, financeira, ambiental e jurídica, e sobre zooconvivialidade e fitoconvivialidade. A proposta era de atender e prestar esclarecimentos para além das demandas da saúde do soma, ampliando a visão de saúde limitada apenas ao corpo físico.

Ao todo, foram 46 profissionais que disponibilizaram-se para assistir os participantes da Ação em Saúde Conscencial, dentre eles: médicos, dentista, educadores físicos, fisioterapeutas, enfermeiros, nutricionistas, profissionais de estética e estilo pessoal, médica veterinária, advogados, arquitetos, consultores financeiros, bióloga e administradores.

Esse evento também contou com a parceria da Secretaria Municipal de Saúde de Foz do Iguaçu que forneceu equipe de enfermagem para realização de vacinação contra rubéola, uma campanha nacional daquele período. Vale conferir o saldo positivo dessa atividade:

- 120 pessoas atendidas na Ação em Saúde Conscencial;
- 60 pessoas vacinadas;
- 140 pessoas responderam ao questionário sobre saúde na Ação em Saúde Conscencial.

Vale ressaltar que todo o dia transcorreu em clima de alegria e satisfação, mostrando que a assistência pode ser feita de maneira descontraída e em confraternização. E, no período de 29 de agosto a 07 de setembro de 2008 foi realizada em Foz do Iguaçu a I Semana da Saúde Holossomática da Cognópolis. Um evento de muito sucesso que contou com:

- 402 participantes no total da Semana da Saúde Holossomática da Cognópolis;
- 117 participantes na V Jornada de Saúde da Consciência e II Simpósio de Autoconsciencioterapia;
- 64 participantes nos Workshops das ICs;
- 39 participantes nas Palestras Gratuitas;
- 29 participantes no Curso Imersão Projecioterápica;
- 153 participantes nas oficinas e outras atividades ao longo da Semana.

Mais que números, o clima de interação mentalsomática, cientificidade e confraternização caracterizou toda a Semana.

OIC PARTICIPOU DA IV SEMANA DA MAXIPROÉXIS E VII BALANÇO EXISTENCIAL DA APEX

A OIC esteve presente na IV Semana da Maxiproéxis e VII Balanço Existencial, evento promovido pela Associação Internacional de Programação Existencial (APEX) no início do ano. No dia 23 de fevereiro de 2009 a OIC participou de uma oficina com 3 horas de duração.

Estavam presentes cerca de 120 alunos e 10 consciencioteapeutas. O objetivo do trabalho foi, através da autoconsciencioterapia, identificar e compreender irracionalidades e dificuldades, além de trafores e facilidades no desempenho da proéxis pessoal e grupal e estimular enfrentamento das correções necessárias. Para tanto, além de esclarecimentos sobre autoconsciencioterapia e sua aplicação no balanço existencial, foram realizados exercícios bioenergéticos e dinâmicos em grupo. Através desta dinâmica, os participantes puderam evocar o holopense do curso intermissivo e dos amparadores, propiciando campos de autorreflexão com posterior discussão em grupo, sob orientação de consciencioteapeutas.

Kíria Meurer, consciencióloga e jornalista, residente em Florianópolis, participou do evento. Seu relato demonstra o alcance assistencial da atividade: "A oficina foi extremamente produtiva. O campo otimizado me ajudou a traçar novas metas para dinamizar minha proéxis. A dinâmica ampliou a compreensão e a autoconfiança do grupo, fiquei impressionada com a velocidade e a objetividade do trabalho promovido pelos consciencioteapeutas."

OIC REALIZA ATIVIDADES MENSIAIS EM CURITIBA

Desde março de 2009 a OIC vem realizando mensalmente palestras gratuitas em Curitiba-PR. Já foram realizadas diversas dinâmicas com mais de 120 alunos atendidos. Esta expansão da assistência consciencioterápica tem sido possível devido ao trabalho constante da equipe dos seis voluntários da OIC em Curitiba.

OIC INICIOU CURSO MODULAR SAÚDE CONSCENCIAL EM SÃO PAULO

Nos dias 09 e 10 de maio de 2009, deu-se início ao 1º módulo, da primeira turma do Curso Modular em Saúde Conscencial. Este curso de longa duração, com 22 módulos, ocorre na cidade de São Paulo e conta com o apoio da equipe de voluntários da Aracê - SP. Tem como principal objetivo a ampliação da percepção da saúde consciencial dos participantes. Pelo fato de ser uma consciencioterapia em grupo, o curso é conduzido por consciencioteapeutas e todos os módulos contam com atividades de campo energético com foco na autoconsciencioterapia.

EXPEDIENTE

Redação: Andréa Lindner e Viviane Ribeiro.

Colaboradores: Diversos voluntários, de todas as áreas da OIC, contribuíram para a confecção das matérias.

Diagramação: Gregory Hirata.

Fotos: Equipe OIC.

Tiragem: 1500 unidades.

Realização: OIC.

Jornalista responsável: Alexandre Nonato (Mtb 5233-PR).

Endereço: Rua Rui Barbosa, nº 820, sala 503, Centro, Foz do Iguaçu - Paraná - Brasil - Cep: 85851-170 - Telefone: 55 (45) 3025.1404

E-mail: comunicacao@oic.org.br

Site: www.oic.org.br