



Revista Transdisciplinar

Uma oportunidade para o Livre Pensar

Vol. 16 - Ano 8 - Nº 16 – 2º semestre/2020

<http://revistatransdisciplinar.com.br/>

ISSN 2317-8612

www.artezen.org

3 – VOCÊ SE AUTOPESQUISA?

Kacianni Ferreira*

Toda pesquisa começa pela dúvida e avança com a consequente investigação de um tema específico a ser delimitado.

Geralmente, fazemos heteropesquisas, ou seja, pesquisamos sobre os outros, sobre fatos e acontecimentos que envolvem outras pessoas. Mas quem pesquisa sobre si mesmo? Quem investe em autoconhecimento?

Autopesquisa, nada mais é que a pesquisa na qual o pesquisador é o laboratório, o objeto de estudo e a própria tese.

E para que serve a AUTOPESQUISA?

A autopesquisa promove mudanças e reciclagens pessoais, além de autodiagnósticos, contribuindo para a eliminação de interprisões (emoções e relacionamentos patológicos), resultando em autoconhecimento e autodomínio.

Alguns elementos estruturantes da autopesquisa são: vontade, autodisponibilidade, coragem, desassombro, autenticidade, autoenfrentamento, autocrítica, autoavaliação, interassistencialidade, deslavragem cerebral, reciclagens conscienciais, entre outros.

A base da AUTOPESQUISA é a autoinvestigação através da autoexperimentação, ou seja, é você pesquisar a si mesmo, através de suas experiências pessoais. Afinal, o que é mais importante que você se conhecer e ter autodomínio sobre seus atos, pensamentos, emoções e ações? Isso não

tem preço!

Se você quer identificar suas dificuldades, potencialidades, apegos e aversões, se quer superar limitações e ter autodomínio, eis algumas dicas:

1. Desapegue-se, de modo natural, sem alienação, de coisas, grupos e pessoas que não lhe ajudam a progredir e ser melhor.
2. Não busque encontrar culpados ou salvadores dos seus problemas, não terceirize seus erros e responsabilidades a ninguém. Isso é autocorrupção.
3. Identifique e assuma seus talentos e opte por atividades com relevância evolutiva.
4. Retome o comando de sua vida, através da vontade inquebrantável de melhorar a si mesmo e de ajudar outras pessoas, sem nenhum interesse por trás disso.
5. Estabeleça rotinas úteis e interassistenciais.
6. Elimine bagulhos energéticos. Faça uma limpeza em todos os ambientes de sua casa. Retire e doe coisas sem utilidades para você, mas que servirão para outras pessoas.
7. Qualifique seus pensamentos e sentimentos, pensando e agindo sempre de modo correto, com integridade e exemplarismo.

* **Kacianni Ferreira** – Professora, reeducadora, pesquisadora e escritora. Graduada em Educação Artística. Especialista em Cultura e Arte Barroca. Especialista em Educação. Ministra cursos e oficinas sobre arte mentalsomática, autopesquisa, gestação consciencial, conscienciologia, consciência corporal, potencialização das qualidades pessoais, ectoplasmia, técnicas bioenergéticas de autodefesa consciencial, prioridades evolutivas, entre outros. Nasceu em Teresina/PI. Reside em Natal desde 1993. kacianni@hotmail.com

Se você está com algum conflito, depressão, mágoa, sentimentos e pensamentos negativos, investigue o motivo, pois pode ser fruto de sua imaginação ou de sua imaturidade consciencial ou, ainda, do ego inflado. São muitas possibilidades. Reflita sobre todas elas.

Invista em autopesquisa, por proporcionar autoconhecimento. Invista em você, mas quem pode ajudá-lo(a) é você mesmo(a).

E não espere tempo ideal. O melhor momento é aqui, agora, já! Autopesquise-se!

Natal/RN, 25/02/2020.

Para ampliar o assunto:

<http://pt.conscienciopedia.org/index.php/Autopesquisa>

http://www.tertuliaconscienciologia.org/index.php?option=com_content&task=view&id=73&Itemid=100