

VIAGEM DE FÉRIAS (HOMEOSTATICOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. A *viagem de férias* é o deslocamento intrafísico, de lazer, realizado durante o período de descanso anual ou semestral do estudante ou trabalhador, objetivando a quebra da rotina e o esparecimento, favorecendo a saúde holossomática para novo período de trabalho.

Tematologia. Tema central neutro.

Etimologia. O termo *viagem* procede do idioma Provençal, *viatge*, e este do idioma Latim, *viaticum*, “provisões ou dinheiro para viagem”. Surgiu no Século XIV. O vocábulo *férias* tem origem no idioma Latim, *feriae*, “dias nos quais os romanos não trabalhavam por razões religiosas”.

Sinonimologia: 1. Viagem recreativa. 2. Turismo. 3. Dromomania sadia. 4. Excursão. 5. Lazer alhures.

Cognatologia. Eis, na ordem alfabética, 10 cognatos derivados do vocábulo *viagem*: *viagear*; *viagíssimo*; *viajada*; *viajadeiro*; *viajado*; *viajante*; *viajão*; *viajar*; *Viajologia*; *viajor*.

Neologia. As duas expressões compostas *viagem de férias profilática* e *viagem de férias terapêutica* são neologismos técnicos da Homeostaticologia.

Antonimologia: 1. Viagem a trabalho. 2. Férias em casa. 3. Ausência de férias. 4. *Workaholism*. 5. Turismo existencial.

Estrangeirismologia: o *savoir-vivre*; o *dolce far niente*; o *relaxing*; o movimento *slow travel*; o *backpacker*; o *flashpacking*; o *geeky traveler*; as *nanobreaks*; a *staycation*.

Atributologia: predomínio dos sentidos somáticos, notadamente do autodiscernimento quanto ao emprego sadio do corpo físico na vida humana.

Megapensenologia. Eis 3 megapensenes trivocabulares relativos ao tema: – *Férias*: *afrouxamento pensênico*. *Miniférias*: *saúde consciencial*. *Maxiférias*: *doença crônica*.

Filosofia: o Anti-*workaholism*; o Antiescravagismo; o Antiabsenteísmo; o Hedonismo.

II. Fatuística

Pensenologia: o holopensene pessoal do equilíbrio; os equilibriopensenes; a equilibriopensenidade; os ortopensenes; a ortopensenidade; os lucidopensenes; a lucidopensenidade; os conviviopensenes; a conviviopensenidade; a variação holopensênica visando a saúde consciencial; o desanuviamento do holopensene pessoal; a pensenidade hígida; a otimização do holopensene organizacional com as viagens de férias dos funcionários.

Fatologia: a viagem de férias; a mudança de ambiente; o distanciamento da pressão, dos problemas e conflitos do trabalho; a quebra da rotina; a organização prévia à viagem de férias; as orientações pertinentes ao substituto no ambiente de trabalho profissional; a arrumação doméstica antecedendo a viagem; a boa acomodação de crianças e *pets* para viajar com tranquilidade; a pesquisa e análise de empresas de viagem idôneas; a escolha do destino evitando as superlotações desgastantes; o planejamento da viagem; o cronograma da viagem; a arrumação dos documentos da viagem com segurança; a antecedência nos preparativos; o período de descontração; o contato com novos estímulos; a Higiene Mental; os passeios revigorantes; o cansaço sadio de passear; o refazimento holossomático; o aumento da disposição; o contato com pessoas afins; o tempo livre dedicado aos interesses pessoais; os autocuidados; o relógio, os telefonemas e os *E-mails* dispensados; a perda da noção do horário; o desfrutar da paisagem; as refeições feitas com calma; a experimentação do movimento *slow*; o espaço mental para as novidades; a compra de *souvenirs* para amigos e familiares; a degustação da culinária local; a vida vista sob outro prisma; a minimização das dificuldades cotidianas; a reorganização consciencial.

Parafatologia: a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; a interação bioenergética com a Natureza; a desintoxicação energética; a desassimilação das energias; a compensação energética; a soltura holossomática; a atuação dos amparadores a partir da descontração do viajante; o *oásis* bioenergético da *Cognópolis*; a manutenção da prática da tenepes nas férias; o domínio energético exigido na Higiene Consciencial; o autencapsulamento em holopenses nocivos; a volitação revigorante do projetor lúcido; a megaeuforização como férias permanentes.

III. Detalhismo

Principiologia: o *princípio da preservação da vida*; o *princípio do ócio criativo*.

Codigologia: as cláusulas do *código pessoal de Cosmoética* (CPC) referentes à manutenção da saúde holossomática; o *código duplista de Cosmoética* (CDC) respeitando os limites conscienciais do(a) duplista mais necessitado de viagem de férias.

Teoriologia: a *teoria e prática da existência humana sadia*.

Tecnologia: as *técnicas de viagem*; a *técnica de viver evolutivamente*.

Voluntariologia: o *voluntário bem disposto* depois da viagem de férias.

Laboratoriologia: os *laboratórios conscienciológicos de autopesquisa* do balneário bioenergético do *Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC).

Efeitologia: o *efeito autodesassediador da viagem de férias*; o *efeito da olorização semelhante ao de viagem de férias*; os *efeitos profiláticos da viagem de férias*.

Neossinapsologia: as *neossinapses necessárias ao workaholic para abordar a viagem de férias enquanto investimento na saúde e não desperdício de tempo*.

Ciclogia: o *ciclo trabalho-férias*; o *ciclo viagem-retorno*; o *ciclo vital juventude-maturidade-velhice*; o *ciclo poupar-viajar*; o *ciclo ser convidado-convidar*; o *ciclo parada-aceleração*; o *ciclo da autorganização*; o *ciclo viajar-compartilhar*.

Enumerologia: as *férias escolares*; as *férias do trabalho*; as *férias da rotina doméstica*; as *férias da cidade grande*; as *férias anuais do empregado*; as *férias prolongadas do aposentado*; as *férias coletivas nas empresas*.

Binomiologia: o *binômio lazer-prazer*; o *binômio férias-descontração*; o *binômio viagem de férias-lua-de-mel*; o *binômio leitura de guias-contato com lugares*; o *binômio mapa-orientação*; o *binômio companheiro de viagem-duplista*; o *binômio viagem de férias-gescons*.

Interaciologia: a *interação estresse patológico-doença genética*; a *interação workaholism-abreviamento da vida*; a *interação trabalho sem pausa-queda da produtividade*; a *interação competitividade profissional-medo de tirar férias*; as *interações intergeracionais na viagem de férias em família*; as *novas interações com pessoas, ambientes, ideias, realizadas durante viagem de férias*; a *interação companhias intrafísicas-companhias extrafísicas*.

Crescendologia: o *crescendo profilático Higiene Mental-Higiene Consciencial*; o *crescendo nosográfico cansaço-estresse patológico-estafa*; o *crescendo euforin-primener-cipriene*.

Trinomiologia: o *trinômio autorganização-saúde-longevidade*; o *trinômio deslocamento intrafísico-mudança holopensênica-renovação consciencial*; o *trinômio viagem de férias-reflexões-reciclagens*; o *trinômio passear-conversar-gargalhar*; o *trinômio viagem-gastronomia-cultura*.

Antagonismologia: o *antagonismo miniférias / maxiférias*; o *antagonismo viagem de férias / viagem de mudança*; o *antagonismo autoculpa / férias*; o *antagonismo vida vegetativa / vida ativa*; o *antagonismo viagem de férias / itinerância interassistencial*; o *antagonismo viagem de férias / Cuidadologia*; o *antagonismo boavidismo / compléxis*.

Paradoxologia: o *paradoxo de a viagem de férias aumentar a produtividade no trabalho*; o *paradoxo da viagem de férias gerar estresse negativo quando mal planejada*.

Politicologia: a *Política Mundial de Saúde Mental*; as *políticas públicas para a promoção da saúde da população através de viagens*; as *políticas organizacionais de férias e viagens*.

Legislogia: as *leis trabalhistas de descanso laboral*; as *leis da Fisiologia Humana*; a *lei do maior esforço* aplicada com critérios.

Filiologia: a *somatofilia*; a *equilibriofilia*; a *proexofilia*.

Fobiologia: a hedonofobia; a interaciofobia; a disciplinofobia.

Sindromologia: o combate à *síndrome do stress*, à *síndrome da robéxis*, à *síndrome de burnout* e à *síndrome do exaurimento energético*.

Maniologia: a dromomania sadia evitando a riscomania doentia.

Mitologia: a superação do *mito da invulnerabilidade consciencial*.

Holotecologia: a somatoteca; a nosoteca; a terapeutoteca.

Interdisciplinologia: a Homeostaticologia; a Viajologia; a Intrafiscologia; a Conviviolgia; a Duplologia; a Holossomatologia; a Gerontologia; a Prevenciologia; a Terapeuticologia; a Higienologia; a Consciencioterapia.

IV. Perfilologia

Elencologia: a conscin estudante; o ser pró-saúde; a pessoa trabalhadora.

Masculinologia: o acoplamentista; o agente retrocognitor; o amparador intrafísico; o atacadista consciencial; o autodecisor; o intermissivista; o cognopolita; o compassageiro evolutivo; o completista; o comunicólogo; o conscienciólogo; o conscienciômetra; o consciencioterapeuta; o macrossômata; o conviviólogo; o duplista; o duplólogo; o proexista; o proexólogo; o reeducador; o epcion lúcido; o escritor; o evoluciente; o exemplarista; o intelectual; o reciclante existencial; o inversor existencial; o maxidissidente ideológico; o tenepessista; o ofiexista; o parapercepcionista; o pesquisador; o projetor consciente; o sistemata; o tertuliano; o verbetólogo; o voluntário; o tocador de obra; o homem de ação.

Femininologia: a acoplamentista; a agente retrocognitora; a amparadora intrafísica; a atacadista consciencial; a autodecisora; a intermissivista; a cognopolita; a compassageira evolutiva; a completista; a comunicóloga; a consciencióloga; a conscienciômetra; a consciencioterapeuta; a macrossômata; a convivióloga; a duplista; a duplóloga; a proexista; a proexóloga; a reeducadora; a epcion lúcida; a escritora; a evoluciente; a exemplarista; a intelectual; a reciclante existencial; a inversora existencial; a maxidissidente ideológica; a tenepessista; a ofiexista; a parapercepcionista; a pesquisadora; a projetora consciente; a sistemata; a tertuliana; a verbetóloga; a voluntária; a tocadora de obra; a mulher de ação.

Hominologia: o *Homo sapiens sanus*; o *Homo sapiens homeostaticus*; o *Homo sapiens somaticus*; o *Homo sapiens biophilicus*; o *Homo sapiens aequilibratus*; o *Homo sapiens orthopensenicus*; o *Homo sapiens interassistentialis*.

V. Argumentologia

Exemplologia: viagem de férias *profilática* = aquela visando a manutenção da saúde holossomática; viagem de férias *terapêutica* = aquela de recuperação da saúde holossomática.

Culturologia: a *cultura do bem-estar*; a *cultura da qualidade de vida*.

Taxologia. Eis, na ordem alfabética, 33 exemplos de modalidades turísticas disponíveis para os viajantes de férias:

01. **Turismo alternativo:** as modalidades não convencionais.
02. **Turismo cemiterial:** as obras de artes e curiosidade mórbida sobre cemitérios.
03. **Turismo científico:** a realização de estudos e pesquisas científicas em campo.
04. **Turismo cultural:** o conhecimento de povos e culturas.
05. **Turismo da miséria:** a experimentação da pobreza em condições de luxo.
06. **Turismo da terceira idade:** o foco nas necessidades e comportamentos dos idosos.
07. **Turismo de aventura:** os desafios e as viagens arrojadas.

08. **Turismo de bem-estar e saúde:** a melhora das condições físicas ou intraconscien-
ciais.
09. **Turismo de compras:** o abastecimento do estoque dos consumidores.
10. **Turismo de elite:** os serviços personalizados direcionados à classe social alta.
11. **Turismo de incentivo:** os programas objetivando premiar equipes e funcionários.
12. **Turismo de massa:** as modalidades turísticas com grande quantidade de pessoas,
em geral, de classes de baixa renda.
13. **Turismo de nudismo:** o grupo de naturalistas nudistas.
14. **Turismo de sol e praia:** a recreação, entretenimento, descanso em regiões de praias.
15. **Turismo doméstico:** as viagens no próprio país.
16. **Turismo ecológico:** a visita aos atrativos da Natureza.
17. **Turismo econômico:** as excursões a preços populares.
18. **Turismo enológico:** a degustação de vinhos em determinada região.
19. **Turismo equestre:** o uso de cavalos para locomoção.
20. **Turismo espacial:** as excursões para fora da Terra, ainda somente para milionários.
21. **Turismo esportivo:** os programas específicos de práticas esportivas.
22. **Turismo feminino:** o público-alvo exclusivo de mulheres.
23. **Turismo gastronômico:** a degustação de pratos típicos em determinada região.
24. **Turismo internacional:** as viagens para outros países.
25. **Turismo itinerante:** a parada em várias cidades diferentes dentro de mesmo roteiro.
26. **Turismo jovem:** o praticado pelos jovens.
27. **Turismo náutico:** as atividades relacionadas à navegação no mar, rios ou lagos,
com diferentes embarcações.
28. **Turismo pedestre:** a modalidade turística em caminhos não-pavimentados sinali-
zados.
29. **Turismo popular:** os centros turísticos e recreativos de baixo custo próximo às
grandes cidades.
30. **Turismo religioso:** a visitação de santuários ou monumentos religiosos.
31. **Turismo rural:** os serviços turísticos em ambiente campestre.
32. **Turismo seletivo:** o específico para pessoas de alta renda.
33. **Turismo temático:** os roteiros feitos por museus e instituições educacionais.

VI. Acabativa

Remissologia. Pelos critérios da *Mentalsomatologia*, eis, por exemplo, na ordem alfabética, 15 verbetes da *Enciclopédia da Conscienciologia*, e respectivas especialidades e temas centrais, evidenciando relação estreita com a viagem de férias, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Antissomática:** Somatologia; Nosográfico.
02. **Autodesempenho proexológico:** Proexologia; Homeostático.
03. **Autodisposição:** Experimentologia; Neutro.
04. **Automotivação:** Psicossomatologia; Homeostático.
05. **Bem-estar:** Homeostaticologia; Homeostático.
06. **Cansaço:** Consciencioterapia; Neutro.
07. **Compatibilidade automotivação-trabalho:** Experimentologia; Homeostático.
08. **Equilibrilogia:** Homeostaticologia; Homeostático.
09. **Eustresse:** Homeostaticologia; Homeostático.
10. **Fitoconvivialidade:** Conviviologia; Homeostático.
11. **Longevidade produtiva:** Intrafisiologia; Homeostático.
12. **Parada produtiva:** Autexperimentologia; Homeostático.
13. **Pé-de-meia somático:** Somatologia; Homeostático.
14. **Técnica do trinômio automotivação-trabalho-lazer:** Intrafisiologia; Neutro.
15. **Workaholism:** Parapatologia; Nosográfico.

ANTES DA VIVÊNCIA PLENA DO TRINÔMIO AUTOMOTIVAÇÃO-TRABALHO-LAZER, A VIAGEM DE FÉRIAS BEM PLANEJADA AINDA É RECURSO BENÉFICO PARA O PRÉ-SE-RENÃO FAZER A HIGIENE MENTAL DA ROTINA LABORAL.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, mantém a homeostase holossomática produtiva o tempo todo? Já pensou em tirar férias e viajar?

Bibliografia Específica:

1. **Arakaki, Kátia;** *Viagens Internacionais: O Nomadismo da Conscienciologia*; pref. Simone de La Tour; revisores Cathia Caporali; *et al.*; 308 p.; 7 seções; 33 caps.; 13 abrevs.; 13 *E-mails*; 123 enus.; 1 foto; 1 microbiografia; miniglos. 106 termos; 1 tab.; 8 *websites*; glos. 155 termos; 244 refs.; alf.; geo.; ono.; 21 x 14 cm; br.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2005; páginas 36 a 38.

2. **Vieira, Waldo;** *Manual dos Megapensenes Trivocabulares*; revisores Adriana Lopes; Antonio Pitaguari; & Lourdes Pinheiro; 378 p.; 3 seções; 49 citações; 85 elementos linguísticos; 18 *E-mails*; 110 enus.; 200 fórmulas; 2 fotos; 14 ilus.; 1 microbiografia; 2 pontoações; 1 técnica; 4.672 temas; 53 variáveis; 1 verbete enciclopédico; 16 *websites*; glos. 12.576 termos (megapensenes trivocabulares); 9 refs.; 1 anexo; 27,5 x 21 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2009; página 192.

K. A.