

AUTOSSUPERAÇÃO DO EMOCIONALISMO (MENTALSOMATOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. A *autossuperação do emocionalismo* é o processo no qual a conscin, homem ou mulher, analisa, reconhece, reflete, reestrutura, regula, flexibiliza e dosa as emoções, priorizando os sentimentos elevados, visando o equilíbrio autopensênico e a interassistencialidade.

Tematologia. Tema central homeostático.

Etimologia. O elemento de composição *auto* procede do idioma Grego, *autós*, “eu mesmo; por si próprio”. O termo *superação* vem do idioma Latim, *superatio*, “ação de vencer; alcançar; conseguir”, de *superare*, “elevar-se acima de; superar-se”. Apareceu no Século XVI. O vocábulo *emocional* provém do idioma Francês, *émotion*, “perturbação moral”, derivado de *émouvoir*, e este do idioma Francês Antigo, *motion*, com origem no idioma Latim, *motio*, “movimento; perturbação (febre)”. Surgiu em 1922.

Sinonimologia: 1. Ultrapassagem do emocionalismo. 2. Autossuperação da conflitividade emocional. 3. Regulação emocional. 4. Transposição pessoal do sentimentalismo. 5. Reciclagem do temperamento emotivo. 6. Autossuperação do desequilíbrio psicossomático. 7. Recin das emoções.

Neologia. As 3 expressões compostas *autossuperação do emocionalismo*, *autossuperação básica do emocionalismo* e *autossuperação avançada do emocionalismo* são neologismos técnicos da Mentalsomatologia.

Antonimologia: 1. Autopreservação do emocionalismo. 2. Preservação da emotividade. 3. Conservação do temperamento emocional. 4. Apreço pela emotividade. 5. Acomodação ao desequilíbrio emocional. 6. Estima pela performance sentimental. 7. Autorrepressão emocional.

Estrangeirismologia: o *Autorreflexarium*; o *know-how* conquistado; o *curriculum vitae* cognitivo.

Atributologia: domínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto à teática da *inteligência evolutiva* (IE).

Megapensenologia. Eis 5 megapenses trivocabulares relativos ao tema: – *Ortopensenedade: desintoxicante emocional. Autossuperação emotiva: autorganização. Sentimento: emoção racional. Metapensene: domínio emocional. Autossuperação emocional: autoconsciência.*

Citaciologia: – *A razão nasce da emoção e vive da sua morte* (Henri Paul Hyacinthe Wallon, 1879–1962).

Ortopensatologia: – “**Emoções.** Não se foge das próprias **emoções**, o mais inteligente é dosar os seus efeitos”.

II. Fatuística

Pensenologia: o holopensene pessoal do autoconhecimento psicossomático; o holopensene pessoal da autassistencialidade mentalsomática; o holopensene pessoal da racionalidade cosmoética; o autodomínio dos pensenes; o holopensene da Autoconsciencioterapia; os reciclopensenes; a reciclopensenedade; o holopensene interassistencial; os voliciopensenes; a voliciopensenedade; os ortopensenes; a ortopensenedade; os prioropensenes; a prioropensenedade; os evolucio-pensenes; a evolucio-pensenedade.

Fatologia: a autossuperação do emocionalismo; a análise e o entendimento das próprias emoções; as sensações de emotividade incômodas no soma; a aceitação, validação, reestruturação cognitiva e gerenciamento da fisiologia das emoções pela autopesquisa; a identificação e reestruturação dos esquemas cognitivos autolimitantes; a acalmia íntima para a reorganização psicossomática; o desafio da autopacificação gradativa; os sinais pessoais dos autocritérios para a discriminação emocional; a autotransposição das impulsividades sustentando a superação da emotivi-

dade; a terapia cognitiva comportamental; a autogestão emocional a partir da Consciencioterapia; a autoconscienciometria contínua na análise dos fatos e parafatos; a autogestão das emoções exacerbadas, catastróficas, dominadoras; a eliminação das paixões; o discernimento autocrítico permanente visando à autogestão da emotividade; a criteriométrica dos emocionalismos; a racionalidade enquanto primoprioridade, colocada acima da emoção; a estratégia de sobrepairar o momento grave na busca de isenção e equilíbrio; a superação dos gargalos evolutivos; a terapêutica do comportamento desequilibrado; o autodesassédio permitindo a ampliação da autoconsciencialidade na reeducação psicossomática; as desdramatizações ampliando a lucidez; a sensatez melhorando as autodecisões; a autocapacitação e flexibilização emocional; o calculismo cosmoético aplicado na cotidianidade objetivando a vitória sobre o emocionalismo; a conquista do predomínio dos sentimentos elevados; a autorganização consciencial; a faculdade de avaliar as realidades sensatamente com base na *inteligência evolutiva*; o primado evoluído do mentalsoma.

Parafatologia: as cicatrizes psicossomáticas; as reações emocionais acarretando consequências energéticas; as emoções dificultando o autodesenvolvimento parapsíquico; os condicionamentos emocionais intrafísicos refletidos nas reações extrafísicas da conscin; a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; os desbloqueios psicossomáticos a partir da eliminação dos emocionalismos; as autossuperações promovendo resiliência paraperceptiva; as autocompensações bioenergéticas contribuindo para a lucidez no enfrentamento do emocionalismo diário; o uso da sinalética energética e parapsíquica pessoal no controle emocional; a prontidão energética; a autoconscientização multidimensional (AM) e a lucidez na mediação dos conflitos; as recins promovendo reeducação no diagnóstico paraperceptivo das emoções; a importância da assim-dessim e das iscagens interconscienciais lúcidas; a prática diária da tenepes auxiliando na auto-cognição paraperceptiva; o paradesassédio por meio da aceitação, validação e reestruturação cognitiva; a assunção do parapsiquismo intelectual pela cognição; a predominância da força da paragenética pessoal sobre a ativação das emoções; a superação de doença automimética pluriexistencial alimentada pelas emoções; as auto e heterorretrações multidimensionais ocorridas a partir do curso *Programa Verbetografia da Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); a conexão com as *Centrais Extrafísicas*.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo autorredução psicossomática–autorredução cognitiva*; o *sinergismo reorganização pensênica–ajuste psicossomático*; o *sinergismo da autopen-senização sadia continuada*; o *sinergismo da autorganização permanente*; o *sinergismo catalítico evolutivo*.

Principiologia: o *princípio do exemplarismo pessoal* (PEP); o *princípio da descrença* (PD) aplicado às próprias interpretações dos fatos e parafatos; o *princípio profilático de pensenizar antes de agir*; o *princípio da espiral evolutiva*.

Codigologia: o *código pessoal de Cosmoética* (CPC); o *código grupal de Cosmoética* (CGC); o *código de conduta parassocial*.

Teoriologia: a *teoria da Higiene Consciencial*; a *teoria holossomática*; a *teoria da saúde integral*; a *teoria do autorrevezamento multiexistencial*; a *teoria do Homo sapiens serenissimus*.

Tecnologia: a *técnica da autochecagem contínua do emocionalismo*; as *técnicas cognitivo-comportamentais* no desenvolvimento de habilidades metacognitivas; as *técnicas de desenvolvimento de habilidades sociais*; as *técnicas de mediação de conflitos*; a *técnica da recéxis*; a *técnica da recin*; a *técnica da autorreflexão de 5 horas*; a *técnica da imobilidade física vígil* (IFV).

Voluntariologia: os desafios do *voluntariado conscienciológico* contribuindo na autogestão da emoção.

Laboratoriologia: o *laboratório conscienciológico da Autopenologia*; o *laboratório conscienciológico da Autorganizaciologia*; o *laboratório conscienciológico da Autoconsciencio-*

terapia; o laboratório conscienciológico da Automentalsomatologia; o laboratório conscienciológico do estado vibracional; o laboratório conscienciológico da Autopesquisologia; o laboratório conscienciológico da Autorreeducaciologia; o laboratório conscienciológico da Autocosmoeticologia; o laboratório conscienciológico Serenarium.

Colegiologia: o Colégio Invisível da Consciencioterapia; o Colégio Invisível da Assistenciologia; o Colégio Invisível da Recexologia; o Colégio Invisível da Evoluciolgia; o Colégio Invisível dos Serenões.

Efeitologia: o efeito em ricochete das ações humanas; os efeitos colaterais das palavras; o efeito evolutivo da autopesquisa; o efeito abrasivo do autoconflito; os efeitos dos enfrentamentos maduros nas autorreciclagens existenciais frequentes; o efeito compassivo da interassistência.

Neossinapsologia: os bagulhos autopensênicos atravancando a dinâmica geradora de neossinapses; a flexibilidade cognitiva contribuindo para a formação de neossinapses; as neossinapses geradas pelas neoinformações; as neossinapses paraterapêuticas.

Ciclogia: o ciclo nosográfico de sustentação das emoções patológicas no dia a dia; o ciclo evolutivo da autorreeducação cognitiva; o ciclo autopesquisístico dando início às recins; o ciclo aceitação–validação–reestruturação cognitiva–superção; o ciclo de resolução de problemas.

Enumerologia: a reflexão acerca das emoções; a reanálise das emoções; a reorganização das emoções; a reestruturação das emoções; a flexibilização das emoções; a redosificação das emoções; a reciclagem das emoções.

Binomiologia: o binômio autodiscernimento-autossuperção; o binômio patológico emoção-comoção; o binômio consciencioterapia-recin; o binômio ortopeniedade-resolutividade; o binômio inteligência interpessoal–habilidades sociais; o binômio serenidade-benignidade.

Interaciologia: a interação pensamento-emoção; a interação emoção-sentimento; a interação Paragenética-Genética-Mesologia; a interação autorreflexão retilínea–autodespeticidade consciencial.

Crescendologia: o crescendo vontade-determinação-autossuperção; o crescendo das autossuperações psicossomáticas; o crescendo evolutivo emoção primária–sentimento elevado; o crescendo evolutivo paciência-emoção–paciência-raciocínio.

Trinomiologia: o trinômio autodisciplina-autorreeducação-autossuperção; o trinômio autanálise-autenfrentamento-autossuperção; o trinômio autoconflitividade-autodesequilíbrio-emocionalidade; o trinômio dos megapoderes conscienciais vontade-intencionalidade-autorganização.

Polinomiologia: o polinômio vivenciar-pesquisar-refletir-reestruturar-superar; o polinômio pesquisístico captação-reflexão-cognição-superção.

Antagonismologia: o antagonismo psicossoma / mentalssoma; o antagonismo apego / desapego; o antagonismo emoções efêmeras / sentimentos elevados; o antagonismo ações impulsivas / atitudes refletidas.

Politicologia: a cognocracia; a lucidocracia; a reeducaciocracia; a cosmoeticocracia; a despertocracia; a evoluciocracia; a serenocracia.

Legislogia: a lei do maior esforço aplicada às autossuperações; as leis da Cosmoética.

Filiologia: a superacifilia; a pesquisofilia; a experimentofilia; a evoluciofilia; a neofilia; a decidofilia; a energofilia; a raciocinofilia; a conscienciofilia.

Fobiologia: a priorofobia.

Sindromologia: a síndrome da ectopia afetiva (SEA); a síndrome da robotização consciencial; a síndrome da indisciplina autopensênica; a insegurança cognitiva na síndrome da apriorismose; o descarte da síndrome do ansiosismo; a remoção da síndrome do perfeccionismo; a superação da síndrome da procrastinação.

Maniologia: a autocorruptomania; a apriorismomania; o combate à mania do exagero.

Mitologia: o mito de o controle emocional ser sinônimo de robotização.

Holotecologia: a mentalsomatoteca; a pensenoteca; a cognoteca; a logicoteca; a analiticoteca; a criticoteca; a argumentoteca; a intelectoteca.

Interdisciplinologia: a Mentalsomatologia; a Autorreeducaciologia; a Ortopensologia; a Autoconscienciologia; a Homeostaticologia; a Equilibrilogia; a Harmoniologia; a Intrafisiologia; a Conviviologia; a Etologia; a Holomaturologia; a Cosmoeticologia; a Serenologia.

IV. Perfilologia

Elencologia: a conscin lúcida; a isca humana lúcida; a conscin autorrealinhada; a conscin autorreeducadora; o ser desperto; o ser interassistencial; a conscin enciclopedista.

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 epicon lúcido; o escritor; o evoluciente; o exemplarista; o intelectual; o reciclante existencial; o inversor existencial; o maxidissidente ideológico; o tenepessista; o ofiexista; o parapercepciólogista; 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 epicon lúcida; a escritora; a evoluciente; a exemplarista; a intelectual; a reciclante existencial; a inversora existencial; a maxidissidente ideológica; a tenepessista; a ofiexista; a parapercepciólogista; 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 mentalsomaticus*; o *Homo sapiens emotionalis*; o *Homo sapiens rationabilis*; o *Homo sapiens logicus*; o *Homo sapiens orthopensenicus*; o *Homo sapiens autolucidus*; o *Homo sapiens reflexivus*; o *Homo sapiens intellectualis*; o *Homo sapiens epicentricus*; o *Homo sapiens serenissimus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: autossuperação *básica* do emocionalismo = a evidenciada na autorganização mentalsomática sobrepondo às imaturidades emocionais, de modo ainda circunscrito aos interesses pessoais; autossuperação *avançada* do emocionalismo = a evidenciada na autorganização mentalsomática sobrepondo às imaturidades emocionais objetivando, a tares interassistencial cosmoética.

Culturologia: a *cultura da mentalsomaticidade*; a *cultura da reciclagem*; a *cultura da interassistencialidade*.

VI. Acabativa

Remissilogia. 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 autossuperação do emocionalismo, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Acalmia mental:** Mentalsomatologia; Homeostático.
02. **Análise de ideias:** Mentalsomatologia; Neutro.
03. **Autoconfiança intelectual:** Mentalsomatologia; Neutro.

04. **Autodiscernimento:** Holomaturologia; Homeostático.
05. **Autodiscernimento afetivo:** Mentalsomatologia; Homeostático.
06. **Autodiscernimento energético:** Energossomatologia; Homeostático.
07. **Autorganização consciencial:** Autorganizaciologia; Neutro.
08. **Calculismo cosmoético:** Cosmoeticologia; Homeostático.
09. **Código pessoal de Cosmoética:** Cosmoeticologia; Homeostático.
10. **Compreensibilidade:** Holomaturologia; Homeostático.
11. **Eustresse:** Homeostaticologia; Homeostático.
12. **Eufimia:** Homeostaticologia; Homeostático.
13. **Harmonia existencial:** Harmoniologia; Homeostático.
14. **Ortopensividade:** Cosmoeticologia; Homeostático.
15. **Tranquilidade:** Serenologia; Homeostático.

A AUTOSSUPERAÇÃO DO EMOCIONALISMO EXIGE CORAGEM DA CONSCIN PARA RECONHECER, REFLETIR E DOSAR AS EMOÇÕES, CONQUISTANDO A ACALMIA ÍNTIMA, PILAR DA MENTALSOMATICIDADE COSMOVISIOLÓGICA.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, costuma refletir sobre os males do emocionalismo? Já constatou a existência de emoções exageradas nas próprias manifestações diárias?

Bibliografia Específica:

1. **Leboeuf, Henri;** *Cosmovisão no Voluntariado Conscienciológico*; Artigo; *II Jornada de Administração Conscienciológica*; São Paulo, SP; 12-15.10.06; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 10; N. 1; Seção: *Temas da Conscienciologia*; 1 *E-mail*; 14 enus.; 1 microbiografia; 11 refs.; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; Janeiro-Março, 2006; páginas 78 a 87.

2. **Vieira, Waldo;** *Léxico de Ortopensatas*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 2 Vols.; 1.800 p.; Vols. 1 e 2; 1 *blog*; 652 conceitos analógicos; 22 *E-mails*; 19 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 17 fotos; glos. 6.476 termos; 1.811 megapensenes trivocabulares; 1 microbiografia; 20.800 ortopensatas; 2 tabs.; 120 técnicas lexicográficas; 19 *websites*; 28,5 x 22 x 10 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2014; página 578.

F. H.