

RECICLAGEM DA AUTOVITIMIZAÇÃO (AUTORRECEXOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. A *reciclagem da autovitimização* é o ato ou efeito de a conscin, homem ou mulher, superar o hábito cronicificado de queixar-se, lamentar-se, depreciar-se, transformando os pensenes doentios, ainda ostensivos na vida atual, a partir do esforço ou empenho contínuo, naqueles capazes de promover comportamentos lúcidos, maduros, objetivando o auto e heterode-sassédios e a melhoria das energias conscienciais.

Tematologia. Tema central homeostático.

Etimologia. O prefixo *re* deriva do idioma Latim, *re*, “retrocesso; retorno; recuo; repetição; iteração; reforço; intensificação”. O termo *ciclo* procede do idioma Latim, *cyclus*, “período de anos”, e este do idioma Grego, *kyklós*, “círculo; roda; esfera”. Surgiu no Século XVIII. O elemento de composição *auto* provém do idioma Grego, *autós*, “eu mesmo; por si próprio”. O vocábulo *vítima* vem do idioma Latim, *victima*, “vítima; animal que está para ser imolado”. Apareceu em 1572.

Sinonimologia: 1. Ultrapassagem da autovitimização. 2. Sobrepujamento da baixa autestima. 3. Reprocessamento do megatrafar autodepreciativo. 4. Autossuperação do queixismo. 5. Reperspectivação dos autotrafores.

Neologia. As 3 expressões compostas *reciclagem da autovitimização*, *reciclagem básica da autovitimização* e *reciclagem avançada da autovitimização* são neologismos técnicos da Autorrecoxologia.

Antonimologia: 1. Manutenção do rebaixamento do autoconceito. 2. Cronicificação do autossofrimento. 3. Sustentação da autodepreciação. 4. Conservação do sentimento de menos valia. 5. Negação de si mesmo e dos talentos pessoais.

Estrangeirismologia: a *reformatio in melius*; o *breakthrough* autevolutivo; o *upgrade* intraconsciencial; o *Recexarium*; a *nouvelle joie de vivre*; o *turning point* irreversível; o *move ahead* do pesquisador; o *tour de force* na recéxis e recin; o *follow up* das autorreciclagens.

Atributologia: predomínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto à Antivitimologia.

Megapensologia. Eis 4 megapensenes trivocabulares relativos ao tema: – *Autovitimização: torpor evolutivo. Reciclar é interassistir. Antivitimização: autajuste fino. Antiqueixismo: Cosmoética aplicada.*

Citaciologia. Eis citação pertinente ao tema: – *Omnia vincit amor* (O amor vence tudo; Publius Vergilius Maro, 70–19 a.e.c.).

II. Fatuística

Pensenologia: o holopensene pessoal da reciclagem; a neopensenidade alavancadora da autestima; a requalificação da autopensenidade vitimizada; os autopensenes renovados pela Conscienciometria; a Preceptoria de Ortopensenidade orientando a reestruturação pensênica; os reciclopensenes; a reciclopensenidade; o holopensene da reciclagem do materpensene pessoal; os ortopensenes; a ortopensenidade; os harmonopensenes da reciclagem prazerosa; a harmonopensenidade; os neopensenes; a neopensenidade; a retilinearidade pensênica a respeito de si mesmo e dos outros; os benignopensenes a respeito da autafetividade; a benignopensenidade; os evolucio-pensenes; a evolucio-pensenidade; o realinhamento da bússola consciencial mediante a reciclagem da autopensenidade.

Fatologia: a reciclagem da autovitimização; o autenfrentamento do sentimento de menos valia; a autorreconciliação; o apaziguamento íntimo; o autocontrole da insegurança quanto ao devir; a restauração da autoimagem fragmentada; o encontro com a Conscienciologia e o início das

recéxis e recins; a fixação no *loc* interno; o autassédio abrindo brecha para o heterassédio; o trabalho energético diário; as autopesquisas orientando as transformações pessoais; a escrita de artigos e o início do desbloqueio mentalsomático; a docência conscienciológica; a tranquilidade íntima e a segurança pessoal desenvolvida com a tenepes; a inspiração para a escrita de verbetes e do 1º livro; o autocontrole do perfeccionismo; o abandono dos queixumes cronicificados; a substituição das amizades ociosas pelas amizades evolutivas; o entendimento racional da autovitimização estagnadora da autevolução; o autorrefreamento da emocionalidade exacerbada; a minimização da impaciência e da ansiedade; o sobreaparelhamento dos perturbados emocionais, a exemplo do medo; o “total desconhecimento” quanto à autovitimização, levando a conscin a se tornar refém de si mesma; a ansiedade; a insônia; a insatisfação íntima; a depressão; o ressentimento e a mágoa paralisando as potencialidades pessoais; a elaboração da listagem dos credores, propiciando a gratidão; o inventário, desde a infância até o atual momento, das situações de mágoa e a providência do perdão libertário; a dificuldade de lidar com os problemas do dia a dia; a autocorrupção franca; a autestima fragmentada; a desarmonia consigo mesmo reverberando no entorno; a carência afetiva; a estigmatização de vítima; o timbre de voz choroso; a reatividade pré-humana; a insegurança íntima atuando ao modo de substrato da subserviência; o porão consciencial; a venda nos olhos e a ignorância quanto à Cosmoeticologia; as tendências túbias; a ausência de posicionamento firme e cosmoético; a falta de autocrítica; a autopercuciência desenvolvida no aprofundamento da análise dos trafores, trafares e trafais; o continuísmo das autorreciclagens desencadeadas pelos cursos da *Associação Internacional de Consciometria (CONSCIUS)*; a autobenignidade respaldando o resgate da autoconfiança; o ato de desejar o melhor para todos; a postura pessoal assistencial; o aprendizado de se relacionar com as conscins pelos trafores e não pelos trafares; a participação em cursos de Conscienciologia; as neoposturas cosmoéticas conquistadas através do descarte de redes neuronais anacrônicas e envilecidas; a Higiene Consciencial; a tenepes inspiradora de temas para verbetes; a vontade decisiva de mudar; a conscientização quanto à importância e eficácia do entendimento da postura de autoimperdoamento e do heteroperdoamento; a satisfação íntima resultante das autorreciclagens; o entendimento de a serialidade permitir conceber o amor, intercambiar o respeito, exercitar o perdão, desenvolver a compreensão e desencadear a generosidade.

Parafatologia: a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; o desenvolvimento do automitridatismo através do trabalho energético diário; o fortalecimento da autodefesa energética através do estado vibracional; o arco voltaico desbloqueador dos chacras encefálicos; os acoplamentos com consciências autovitimizadas; a assim e a desassim; a sinalética energética e parapsíquica pessoal precursora dos acoplamentos; a percepção das energias gravitantes nos chacras superiores; o trabalho energético autodesassediador; o desgaste energético desencadeado pela fixação no *loc* externo; os banhos energéticos patrocinados pelos amparadores corroborando a certeza de estar seguindo a rota evolutiva; a melhoria das energias da psicofera pessoal carregada; a projeção educativa e reciclogênica, a respeito da mágoa e da necessidade de perdão; o estreitamento assistencial com as equipes extrafísicas das dinâmicas parapsíquicas e do curso *Aco-plantamentarium*, da *Associação Internacional do Centro de Altos estudos da Conscienciologia (CEAEC)*; os ataques extrafísicos no período pós-tenepes e o posicionamento firme, cosmoético; a clarividência observada no curso *Extensão em Conscienciologia e Projeciologia I (ECP1)* do *Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC)*, evidenciadora da aceleração da História Pessoal; a força energética do exemplarismo e da mudança pessoal.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo autodesassédio-antivitimização*; o *sinergismo autestima revigorada-força presencial evidenciada*; o *sinergismo ortopensenidade-saúde consciencial*; o *sinergismo alegria vibrante-energia consciencial radiante*; o *sinergismo desassediador resultante das autorreciclagens*; o *sinergismo da autossuperação dos queixumes*; o *sinergismo da inteligência evolutiva (IE)* na elaboração das neoposturas mentaissomáticas.

Principiologia: o princípio cosmoético de não se acumpliciar com os próprios erros; o entendimento do princípio de os amparadores não oferecerem privilégios; o princípio da intransferibilidade das autorresponsabilidades pelos atos cometidos; o princípio cosmoético de os fatos orientarem as autopesquisas; o princípio popular “querer é poder”; o princípio cosmoético de dar o melhor de si sem esperar retribuição.

Codigologia: o código pessoal de Cosmoética (CPC) direcionando a reeducação das posturas autovitimizantes e das manifestações do autodescontrole emocional; a atualização do CPC resultante da autorreciclagem e da neorreestruturação pensênica.

Teoriologia: a teoria das reconciliações interconscienciais acelerarem a autevolução; a teoria de as automimeses dispensáveis reforçarem condutas antiproéxis.

Tecnologia: as técnicas da Higiene Consciencial; a técnica de mais 1 ano de vida intrafísica; a técnica do arco voltaico craniochacral; a técnica da autodefesa energética por meio do EV; a técnica da imobilidade física vígil (IFV).

Voluntariologia: o voluntariado conscienciológico favorecendo a superação da autovitimização.

Laboratoriologia: o laboratório conscienciológico da imobilidade física vígil (IFV); o laboratório conscienciológico da Autocosmoeticologia; o laboratório conscienciológico da Consciencimetrologia; o laboratório conscienciológico da Autopensenologia; o laboratório conscienciológico da Autorretrocogniciologia; o laboratório conscienciológico da Tenepesso-logia.

Colegiologia: o Colégio Invisível da Cosmoeticologia; o Colégio Invisível da Consciencioterapia; o Colégio Invisível da Homeostaticologia; o Colégio Invisível da Mentalsomatologia; o Colégio Invisível da Despertologia.

Efeitologia: o efeito desassediador da desdramatização da autovitimização; o efeito apaziguador da anticonflituosidade consigo mesmo; o efeito da racionalidade do mentalsoma sobre as ações do psicossoma; o efeito da postura antiqúeixa; o efeito salutar da autestima revigorada; o efeito das autossuperações na construção da neopensenidade; o efeito da Consciencimetrologia na atualização de cons autovitimizadores; o efeito do sobrepassamento cosmoético; o efeito auto e heterodesassediador do perdão.

Neossinapsologia: as neossinapses decorrentes da conscientização do autovalor ínsito; as neossinapses provenientes da assunção dos trafores; as neossinapses resultantes da desdramatização das emoções tóxicas; as neossinapses reforçadoras da autestima; as neossinapses fortalecedoras do comportamento autovalorativo nas próximas vidas.

Ciclogia: o ciclo autopesquisa-autenfrentamento-autossuperação dos trafores; o ciclo desdramatização-racionalização-antivitimização; o ciclo autorreconhecimento da autovitimização-ação-libertação; o ciclo autesforço-superação das lamúrias-mudança de ego; a libertação do ciclo milenar megatrafar-autovitimização.

Enumerologia: a extinção dos queixumes; a extinção do catastrofismo; a extinção das autocorrupções; a extinção dos emocionalismos; a extinção da baixa autestima; a extinção dos patopenses; a extinção das mágoas seculares.

Binomiologia: o binômio recéxis-recin; o binômio autodesassédio-heterodesassédio; o binômio desdramatização-antivitimização; o binômio perdão-libertação; o binômio autenfrentamento-antivitimização; o binômio antiemocionalidade-racionalidade; o binômio autopesquisa-mudança de ego; o binômio antivitimização-autobenignidade; o binômio reperspectivação pensênica-libertação da autovitimização.

Interaciologia: a interação autassédio-autovitimização; a interação mágoa-interprisão; a interação vontade-intencionalidade; a interação vontade-decisão proativa; a interação reciclagem-renovação pessoal; a interação autopesquisa-reciclagem intraconsciencial; a interação racionalidade-desdramatização da autovitimização.

Crescendologia: o crescendo das autossuperações dos trafores; o crescendo intenção-renovação pessoal; o crescendo decisão-transformação; o crescendo do poder da vontade; o crescendo das autorreciclagens; o crescendo reflexão-reciclagem da autovitimização; o crescendo da autossuperação libertária da autovitimização.

Trinomiologia: o *trinômio lucidez-discernimento-antivitimização*; o *trinômio vontade-decisão-renovação*; o *trinômio autopesquisa-heteropesquisa-multipesquisa*; o *trinômio autestima-autoconfiança-equilíbrio emocional*; o *trinômio equilíbrio emocional-introspeção consciencial-renovação consciencial*.

Polinomiologia: o *polinômio autoinvestigação-autodiagnóstico-autenfrentamento-autossuperação*; o *polinômio neopensenes-neocomportamentos-neossinapses-paraneossinapses*.

Antagonismologia: o *antagonismo traforismo / trafarismo*; o *antagonismo autevolução / autovitimização*; o *antagonismo autestima / autovitimização*; o *antagonismo autocorrupção / autossuperação*; o *antagonismo descontrole emocional / pacificação íntima*; o *antagonismo autassedialidade / ortopensenidade*.

Paradoxologia: o *paradoxo de buscar o amor por meio do discurso autovitimizado*.

Politicologia: a *reciclocracia*; a *conscienciocracia*; a *autassistenciocracia*; a *proexocracia*; a *lucidocracia*; a *autopesquisocracia*; a *evolucioocracia*.

Legislogia: a *lei da atração entre os afins*; a *lei do maior esforço* aplicada ao propósito de remissão do estigma da autovitimização; a *lei de talião*.

Filiologia: a *autocriticofilia*; a *autodeterminofilia*; a *autorreciclofilia*; a *cosmoeticofilia*; a *paciençiofilia*; a *interassistenciologia*; a *autopesquisofilia*.

Fobiologia: a *heterocriticofobia*; a *autocriticofobia*; a *decidofobia*; a *fobia aos acertos e retratações grupocármicas*.

Síndromologia: a *síndrome da autovitimização*; a *síndrome da subestimação*; a *síndrome do justiceiro*.

Maniologia: a *nosomania*; a *mania de acreditar “o inferno serem os outros”*.

Mitologia: o *mito da renovação sem autesforço*; o *mito da aceleração evolutiva sem autodesassédio*; o *mito da perfeição*; o *mito da Fênix*.

Holotecologia: a *recoxoteca*; a *psicossomatoteca*; a *criticoteca*; a *experimentoteca*; a *assistencioteca*; a *evolucioteca*; a *cosmoeticoteca*.

Interdisciplinologia: a *Autorrecoxologia*; a *Antivitimologia*; a *Cosmoeticologia*; a *Autodiscernimentologia*; a *Autodisciplinologia*; a *Autopesquisologia*; a *Pensenologia*; a *Conscienciometrologia*; a *Autodeterminologia*; a *Conviviologia*.

IV. Perfilologia

Elencologia: a *conscin autovitimizada*; a *consréu ressomada*; a *conscin auto e heterasse-diada*; a *conscin mal humorada*; a *conscin temperamental*; a *conscin autodesassediada*; o *ser interassistencial*; a *isca humana inconsciente*; a *isca humana lúcida*; o *ser desperto*; a *conscin neofllica*; a *conscin proativa*; a *conscin liberta*; a *conscin libertária*; a *conscin enciclopedista*; o *ser desperto*; o *ser interassistencial*; a *conscin autoconscienciômetra*.

Masculinologia: o *algoz*; o *pré-serenão vulgar*; o *reciclante existencial*; o *projeter consciente*; o *tenepessista*; o *inversor existencial*; o *autodecisor*; o *agente retrocognitor*; o *intermissivista*; o *proexista*; o *evoluciente*; o *conscienciômetra*; o *exemplarista*; o *autopesquisador*; o *voluntário*; o *homem de ação*; o *agente retrocognitor*; o *conscienciólogo*; o *verbetógrafo*; o *tertuliano*; o *teletertuliano*.

Femininologia: a *algoz*; a *pré-serenona vulgar*; a *reciclante existencial*; a *projetora consciente*; a *tenepessista*; a *inversora existencial*; a *autodecisora*; a *agente retrocognitora*; a *intermissivista*; a *proexista*; a *evoluciente*; a *conscienciômetra*; a *exemplarista*; a *autopesquisadora*; a *voluntária*; a *mulher de ação*; a *agente retrocognitora*; a *consciencióloga*; a *verbetógrafa*; a *tertuliana*; a *teletertuliana*.

Hominologia: o *Homo sapiens autovictimatus*; o *Homo sapiens reclamator*; o *Homo sapiens mutator*; o *Homo sapiens recyclans*; o *Homo sapiens autocriticus*; o *Homo sapiens ortho-*

pensenicus; o *Homo sapiens lucidus*; o *Homo sapiens autorreeducator*; o *Homo sapiens vigilans*; o *Homo sapiens autocohaerens*; o *Homo sapiens holomaturologus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: reciclagem *básica* da autovitimização = o emprego lúcido do mentalso-ma sobrepondo o psicossoma, frente às tendências queixosas e autodepreciativas; reciclagem *avançada* da autovitimização = o desenvolvimento de neossinapses capazes de gerar a remissão parcial ou total do queixismo e do juízo de autodepreciação na vida atual e nas vindouras.

Culturologia: a substituição *da cultura patológica da autovitimização* pela *cultura da interassistencialidade cosmoética*; a *cultura da Conscienciometria* evidenciando as fissuras conscienciais a serem superadas; a *cultura da Autopesquisologia* favorecendo a conscientização dos autenganos; a *cultura da autorrenovação*; a *cultura da erradicação do porão consciencial*; a *cultura da autorrecuperação dos cons*; a *cultura da Recexologia*; a *cultura da Higiene Consciencial*.

Caracterologia. Sob a ótica da *Autopesquisologia*, eis, por exemplo, em ordem alfabética, 25 manifestações conscienciais, nosográficas, observáveis na conscin portadora da *síndrome da autovitimização*:

01. **Ansiosismo.**
02. **Atuação no *loc* externo.**
03. **Autassedialidade.**
04. **Autodesrespeito.**
05. **Autopiedade.**
06. **Baixa autestima.**
07. **Carência afetiva doentia.**
08. **Catastrofismo.**
09. **Dificuldade na identificação dos próprios trafores.**
10. **Eleição de alguém como algoz.**
11. **Emocionalismo exacerbado.**
12. **Entraves para constituir a dupla evolutiva.**
13. **Heterassedialidade.**
14. **Insatisfação íntima.**
15. **Insegurança pessoal.**
16. **Perfeccionismo.**
17. **Poliqueixismo.**
18. **Pouca tolerância às frustrações.**
19. **Propensão aos ataques extrafísicos.**
20. **Pusilanimidade.**
21. **Reatividade à heterocrítica.**
22. **Responsabilização de outrem pelos fracassos pessoais.**
23. **Rigidez pensênica.**
24. **Senso de derrotismo.**
25. **Vampirização energética.**

Sintomatologia. Sob a perspectiva da *Fisiologia*, eis, por exemplo, em ordem alfabética, 10 manifestações psicossomáticas oriundas da autovitimização:

01. **Baixa imunidade.**
02. **Depressão.**
03. **Doenças autoimunes.**
04. **Emoções tóxicas.**
05. **Humor instável.**

06. **Insônia cronicificada.**
07. **Memória comprometida.**
08. **Obnubilação mental.**
09. *Síndrome do intestino irritável.*
10. **Transtornos afetivos.**

Bloqueios. Sob o enfoque da *Holossomatologia*, a conscin autovitimizada pode apresentar bloqueios nos chacras ou descompensação energética com graves repercussões no soma, além do bloqueio mentalsomático, impedidor da livre manifestação da criatividade, da capacidade de retórica e estilística e da interlocução inteligente em prejuízo das produções gesconárias de alto nível.

Taxologia. Pelo prisma da *Autopriorologia*, eis por exemplo, na ordem alfabética, 15 ações prioritárias evolutivas específicas, desafiadoras à conscin com manifestação de autovitimização:

01. **Atitudes pró-despeticidade.**
02. **Autoconscienciometria.**
03. **Autodesassedialidade.**
04. **Autotares constante.**
05. **Docência.**
06. **Domínio das bioenergias.**
07. **Exercitação da interassistência:** tenepes.
08. **Higiene consciencial.**
09. **Mapeamento da sinalética energética e parapsíquica.**
10. **Mitridatismo energético.**
11. *Labcon pessoal*
12. **Pensenidade hígida.**
13. **Prática da desassimilação simpática.**
14. **Produção de gescons:** artigos; cursos; livro.
15. **Teática do código pessoal de Cosmoética.**

Terapeuticologia. Sob a ótica da *Autoconsciencioterapia*, eis, por exemplo, em ordem alfabética, 10 ações, alavancadoras da reciclagem da autovitimização, promovidas pela conscin autoconsciente quanto à necessidade de mudança íntima:

01. **Autenfrentamento.** Reconhece o padrão pessoal, nosográfico, de atuação pensênico e assume a decisão de mudar, enfrentando os desafios das neocondutas.
02. **Autodiscernimento.** Utiliza a *inteligência evolutiva* (IE) para dinamizar a autevolucão apoiando-se nos trafores para fazer as autorreciclagens e sair do padrão da autovitimização.
03. **Autoimperdoamento.** Autorresponsabiliza-se pela maior parte dos desacertos existenciais, sem autculpas. É severa consigo mesma, mas sem rigidez ou castração, eliminando as autocorrupções.
04. **Coerência.** Norteia a conduta pessoal pela auto coerência, eliminando gradativamente os comportamentos dissonantes com o *código pessoal de Cosmoética*.
05. **Cognição.** Elimina a condição de vítima por entender a alternância do *ciclo doentio algoz-vítima*.
06. **Desassédio.** Atua com o mentalsoma na lida dos fatos e ocorrências do dia a dia, nos contrafluxos e nas frustrações pessoais, evitando o auto e heterassédios.
07. **Exemplarismo.** Adota a teática da tares, pelo exemplo pessoal, estimulando a geração de parassinapses para a remissão do estigma da autovitimização nas próximas existências.
08. **Interassistência.** Emprega parte do tempo cronológico na assistência. Compreende ser esse o caminho para superação da autovitimização.

09. **Ortopenssenização.** Esforça-se para reestruturar, reorganizar e ressignificar a neopenssenidade sadia, a fim de promover as novas condutas fortalecedoras das neossinapses e das parassinapses.

10. **Priorização.** Administra bem o tempo cronológico, com disciplina e autorganização, visando à aceleração da aut-evolução.

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 reciclagem da autovitimização, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Antivitimologia:** Holomaturologia; Homeostático.
02. **Assepsia energética:** Paraassepsiologia; Homeostático.
03. **Autestima revigorada:** Autocogniciologia; Neutro.
04. **Autodesassediabilidade:** Autoconsciencioterapia; Homeostático.
05. **Autoimperdoador:** Holomaturologia; Homeostático.
06. **Autoperdoador:** Parapatologia; Nosográfico.
07. **Autovitimização:** Parapatologia; Nosográfico.
08. **Eutímia:** Homeostaticologia; Homeostático.
09. **Higiene Conscin:** Paraassepsiologia; Homeostático.
10. **Opção pelo autodesassédio:** Voliciologia; Homeostático.
11. **Recin:** Recexologia; Homeostático.
12. **Reconciliação íntima:** Homeostaticologia; Homeostático.
13. **Resgate da autestima:** Holomaturologia; Homeostático.
14. **Trafar desafiador:** Autodesafiologia; Neutro.
15. **Transformismo:** Autorrecexologia; Homeostático.

SOMOS AGENTES DA PRÓPRIA EVOLUÇÃO. IMPORTA, À CONSCIN AUTOIMPERDOADORA, PROMOVER A CURA DA AUTOVITIMIZAÇÃO, EXERCITANDO A INTELIGÊNCIA EVOLUTIVA, DEIXANDO DE SER ALGOZ DE SI MESMA.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, identifica em si, traços de autovitimização? Em caso positivo, quais prejuízos evolutivos tal patologia vem causando à consecução da proéxis pessoal? Já pensou em promover ações para remissão ou cura definitiva da autovitimização?

Filmografia Específica:

1. *A Felicidade não se compra.* **Título Original:** *It's a Wonderful Life*. **País:** EUA. **Data:** 1947. **Duração:** 129 min. **Gênero:** Drama. **Idade** (censura): Livre. **Idioma:** Inglês. **Cor:** Preto e branco. **Legendado:** Português. **Elenco:** James Stewart; Donna Reed; Lionel Barrymore; Thomas Mitchell; Henry Travers; Ward Bond; Beulah Bondi; Frank Faley; Gloria Grahame; & Samuel S. Hinds. **Produção:** Frank Capra. **Roteiro:** Frank Capra; Jo Swerling; Dalton Trumbo; Clifford Odets; & Michael Wilson. **Fotografia:** Joseph F. Biroc. **Música:** Dimitri Tiomkin. **Montagem:** William Hornbeck. **Companhia:** Liberty Films; & RKO Radio Pictures Inc. **Distribuidora:** Versátil Digital Filmes. **Sinopse:** Em Bedford Falls, no Natal, George Bailey (James Stewart), tendo sempre ajudado a todos, pensa em se suicidar saltando de determinada ponte em razão das maquinações de Henry Potter (Lionel Barrymore), o homem mais rico da região. Mas tantas pessoas oram por George, fazendo Clarence (Henry Travers), anjo esperando há 220 anos para ganhar asas, ser mandado à Terra para tentar fazê-lo mudar de ideia, demonstrando a importância do protagonista através de *flashbacks*.

2. *Uma Segunda Chance.* **Título Original:** *Regarding Henry*. **País:** EUA. **Data:** 1991. **Duração:** 108 min. **Gênero:** Drama. **Idade** (censura): 12. **Idioma:** Inglês. **Cor:** Colorido. **Legendado:** Português (em DVD). **Direção:** Mike Nichols. **Elenco:** Harrison Ford; Annette Bening; Michael Haley; Stanley Swerdlow; Julie Follansbee; Rebecca Miller; Bruce Altman; Elizabeth Wilson; Donald Moffat; Kamian Allen. **Produção:** J.J. Abrams *et al.* **Direção de arte:** Dan Da-

vis. William A. Elliott. **Roteiro:** J.J. Abrams. **Fotografia:** Giuseppe Rotunno. **Música:** Hans Zimmer. **Figurino:** Ann Roth. **Edição:** Sam O'Steen. **Estúdio:** Paramount Pictures. **Distribuidora:** CIC Vídeo. **Sinopse:** Henry Turner, advogado em Nova York, bem-sucedido, porém cruel, sem escrúpulos, deseja vencer sempre, mesmo à custa da esposa e filha. Baileado, fica incapaz e sem memória. Agora, enfrentando novo começo, Henry vai enxergar a dura verdade sobre o complexo estranho: ele mesmo.

Bibliografia Específica:

01. **Balona**, Málu; *Autocura através da Reconciliação: Um Estudo Prático sobre a Afetividade*; apres. Daniel Muniz; pref. Cristina Arakaki; revisores Alexander Steiner; *et al.*; 354 p.; 2 seções; 11 caps.; 20 cenografias; 18 *E-mails*; 1 entrevista; 56 enus.; 2 escalas; 3 esquemas; 125 expressões e ditos populares; 72 filmes; 1 foto; 10 gráfs.; 6 ilus.; 25 infográficos; 1 microbiografia; 5 quadros sinópticos; 4 questionários; 2 tabs.; 17 técnicas; 5 teorias; 15 *websites*; 2 apênds.; glos. 86 termos; 324 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; 3ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2009; páginas 196, 201, 227 e 256.

02. **Idem**; *Binômio Autovitimização-Autobenignidade Aplicado à Autocuroterapia*; Artigo; *Conscientia*; Revista; Trimestral; *V Jornada de Saúde da Consciência*; Vol. 12; N. 1; *Centro de Altos Estudos da Consciência* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR.; Janeiro-Março, 2008; páginas 62 a 73.

03. **Bowen**, Will; *Pare de Reclamar e Concentre-se nas Coisas Boas (A Complaint Free World)*; revisores Luis Américo Costa; *et al.*; trad. Lúvia Almeida; 140 p.; 4 partes; 8 caps.; 21 x 14 cm; br.; *Sextante*; Rio de Janeiro, RJ; 2009; páginas 23, 33 a 35, 43, 77, 79, 87, 91 a 92, 95 a 96, 110 a 111 e 113.

04. **Branden**, Nathaniel; *Auto-estima: Liberdade e Responsabilidade (Taking Responsibility)*; trad. Maria Silvia Mourão Netto; 256 p.; 8 caps.; 16,5 x 11; br. 3ª Ed.; *Saraiva*; São Paulo, SP; 2000; páginas 11, 12, 15, 17, 30, 31, 33 a 37, 49, 53, 55 a 58, 61, 64 a 66, 69, 74 a 76, 81 a 83, 85 a 93, 97, 100, 101, 104, 106, 109, 120, 122 a 124, 127 a 129, 159, 167, 234 a 236.

05. **Carvalho**, Juliana; *Pensenograma: Proposta de Método para Estudo de Pensividade*; Artigo; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 15; N. 1; Seção: *Temas da Conscienciologia*; *Centro de Altos Estudos da Consciência* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR.; Janeiro-Março, 2011; páginas 92 a 103.

06. **Carvalho**, Patrícia; *O Significado do Perdão para a Assistência*; Artigo; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 9; N. 4; Seção: *Temas da Conscienciologia*; *Centro de Altos Estudos da Consciência* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR.; Outubro-Dezembro, 2005; páginas 341 a 353.

07. **Ferreira**, Lucas; *Técnica do Antiporão Consencial*; Artigo; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 9; N. 2; Seção: *Temas da Conscienciologia*; *Centro de Altos Estudos da Consciência* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR.; Abril-Junho, 2005; páginas 111 a 131.

08. **Frankl**, Viktor E.; *Em Busca de Sentido: Um Psicólogo no Campo de Concentração (Ein Psycholog erlebt das Konzentrationslager)* revisora Helga H. Reinhold; trad. Walter O. Schulupp; & Carlos C. Avline; 136 p.; 3 partes; 59 caps.; 16,5 x 10,5; br.; 24ª Ed.; *Sinodal*; São Leopoldo, RS; 2007; páginas 76, 77, 80, 81, 95 e 125.

09. **Guzzi**, Flávia; *Mudar ou Mudar: Relatos de uma Reciclante Existencial*; revisoras: Ana Luiza Rezende; *et al.*; 255 p.; 14 caps.; 16,5 X 11; br; 2ª Ed. revisada; *Instituto Internacional de Projeiologia e Conscienciologia* (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 2000; páginas 72 a 73, 78, 79 a 83, 133, 137, 143, 149 e 153.

10. **Psique Ciência & Vida**; Redação; *Fisiologia da Mágoa*; Revista; Mensário; Ano IX; N. 109; 1 ilus; 3 fotos; São Paulo, SP; S.D.; páginas 44 a 47.

11. **Psique Ciência & Vida**; Redação; *Liberção das Mágoas: a Decisão é sua!*; Artigo; Revista; Mensário; Ano IX; N. 109; Seção: *Dossiê*; 7 fotos; São Paulo, SP; S.D.; páginas 36 a 43.

12. **Ramiro**, Marta; *Reciclagem da Autovitimização: de Vítima de Si Mesmo a Interassistente na Pré-Intermissão*; Artigo; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 18; N. 2; Seção: *Temas da Conscienciologia*; *Centro de Altos Estudos da Consciência* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR.; Outubro-Dezembro, 2014; páginas 166 a 177.

13. **Stamateas**, Bernardo; *Emoções Tóxicas: Como se Livrar dos Sentimentos que fazem Mal a Você (Emociones Tóxicas)*; revisores: Margarida Seltmann; & Joanna Barrão Ferreira; trad. Marcelo Barbão; 203 p.; 15 caps.; 18 x 12; br; *Thomas Nelson Brasil*; Rio de Janeiro, RJ; 2010; páginas 10 a 22, 35 a 47, 57, 64 a 64, 71 a 73, 79 e 80.

14. **Tanuri**, Vera; *Perdão: Opção Cosmoética de Seguir em Frente*; pref. Adriana de Lacerda Rocha; revisoras Kao Pei Ru; & Adriana Corrêa; 164p.; 19 caps.; 16 *E-mails*; 110 enus.; 3 tabs.; 16 *websites*; 1 epíl.; glos. 65 termos; 9 filmes; 86 refs.; 2 anexos; alf.; br.; 23 x 16 cm.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2016; páginas 39, 59, 60, 73, 94 e 95.

15. **Vicenzi**, Luciano; *Coragem para Evoluir*; revisoras Giselle Salles; *et al.*; 199 p. 9 caps.; 16,5 x 10,5; br; 2ª Ed.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; páginas 59, 67 a 69, 98 a 107, 111, 117 a 119.

16. **Vieira**, Waldo; *700 Experimentos da Conscienciologia*; 1.058 p.; 700 caps.; 147 abrevs.; 600 enus.; 8 índices; 2 tabs.; 300 testes; glos. 280 termos; 5.116 refs.; alf.; geo.; ono.; 28,5 x 21,5 x 7cm; enc.; *Instituto Internacional de Projeiologia*; RJ; 1994; página 684.

Webgrafia Específica:

1. **Alves**, Marisa de Abreu; *Auto-estima*; Artigo; *Psicólogos em São Paulo*; disponível em: <<http://www.marisapsicologa.com.br/auto-estima.html>>; acesso em: 08.09.15.

2. **Lucas**, Miguel; *Abandone a Mentalidade de Vítima*; Artigo; Escola de Psicologia; 18.04.13; 6 enus.; 6 fotos; disponível em: <<http://www.escolapsicologia.com/abandone-a-mentalidade-de-vitima>>; acesso em 21.08.15.

3. **Idem**, Miguel; *Pense Positivo:Insista no Pensamento Positivo*; Artigo; *Escola de Psicologia*; 10.01.13; 5 enus.; 1 fotos; 2 ilus.; disponível em: <<http://www.escolapsicologia.com/pense-positivo-insista-no-pensamento-positivo>>; acesso em 21.08.15.

4. **Magalhães**, Fernando Lima; *Auto-estima*; Artigo; *Dr. Fernando Lima Magalhães*; 27.05.15; 3 enus.; 2 ilus; disponível em: <<http://www.fernandomagalhaes.pt/autoestima.html>>; acesso em: 08.09.15.

5. **Nápoli**, Lucas; *Você é Profeta do seu Próprio Sofrimento?*; Artigo; *Psicanálise em Humanês*; 02.03.14; 1 enu.; disponível em: <<http://lucasnapoli.com/tag/auto-vitimizacao/>>; acesso em: 21.08.15.

Videografia Específica:

1. **Martins**, Eduardo; *Higiene Conscencial*; *Video da Conscienciologia*; Youtube; 15.05.10; disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=yys_AcW10S0>; acesso em: 22.08.15.

V. L. R.