

■ ABORDAGENS CONSCIENCIOTERÁPICAS

Mecanismo de Funcionamento Conscencial Homeostático: o Trafor da Gratidão

Mecanismo de Funcionamiento Conscencial; el Trafor de la Gratitud
Consciential Functioning Mechanism: the Strongtrait of Gratitude

Karine Brito

Consciencioterapeuta, graduada em Psicologia, doutora em Psicologia Clínica e mestre em Psicologia Social, do Trabalho e das Organizações, karine.unb@gmail.com

RESUMO. Neste artigo, a autora descreve proposta de mecanismo de funcionamento conscencial homeostático fundamentado na gratidão, com ênfase nos aspectos práticos e holossomáticos. Revisa, inicialmente, literatura sobre descrição de mecanismos conscienciais homeostáticos à luz da Consciencioterapeuticologia. Apresenta descrição do *modus operandi* da gratidão, abordando de modo sistematizado três reações cosmoéticas: *reconhecer, expressar e retribuir*. Recomenda paraprofilaxias em cada uma das etapas da vivência da gratidão, visando ao desenvolvimento desse trafor. Por fim, elenca indicações paraclínicas de heterajuda pertinentes ao processo autoconsciencioterápico, destacando os efeitos conscienciais benignos de adentrar de modo deliberado e lúcido no universo da Homeostaticologia.

Palavras-chave: consciencioterapia; gratidão; homeostasia.

RESUMEN. En este artículo, la autora describe una propuesta de mecanismo de funcionamiento conscencial homeostático basado en la gratitud, con énfasis en los aspectos prácticos y holosomáticos. Inicialmente, revisa la literatura sobre la descripción de mecanismos conscienciales homeostáticos, a la luz de la Consciencioterapeuticología. Presenta una descripción del *modus operandi* de la gratitud, abordando sistemáticamente tres reacciones cosmoéticas: *reconocer, expresar y devolver*. Recomienda profilaxis en cada una de las etapas de la vivencia de la gratitud, con vistas a desarrollar este trafor. Por último, enumera las indicaciones paraclínicas de heteroayuda pertinentes al proceso autoconsciencioterápico, destacando los efectos conscienciales benignos de entrar deliberada y lúcidamente en el universo de la Homeostaticología.

Palabras clave: consciencioterapia; gratitud; homeostasis.

ABSTRACT. In this article, the author describes a proposal for a consciential homeostatic functioning mechanism based on gratitude, with an emphasis on practical and holosomatic aspects. Initially, reviews the literature on the description of consciential mechanisms homeostatic, in

the light of Conscientiotherapeuticology. Presents a description of the modus operandi of gratitude, systematically addressing three cosmoe-thical reactions: recognising, expressing and giving back. Recommends prophylaxis at each of the stages of experiencing gratitude, with a view to developing this strongtrait. Finally, lists paraclinical indications for heterohelp that are pertinent to the self-conscienciotherapeutic process, highlighting the benign consencial effects of deliberately and lucidly entering the universe of Homeostaticology.

Keywords: conscientiotherapy; gratitude; homeostase.

INTRODUÇÃO

Objetivo. O presente artigo objetiva fornecer descrição pormenorizada da proposta de modelo operacional do traço-força da gratidão, propícia ao desenvolvimento e otimização desse mecanismo de funcionamento consencial homeostático.

Verbetes. Tal proposta, elaborada originalmente no livro *Gratidão: Reconhecer, Expressar e Retribuir* (Brito, 2024), foi concebida com base no verbete seminal *Gratidão* (Vieira, 2023, p. 17.491).

Gratidão. No verbete supracitado, a gratidão é definida por Vieira como sendo “a qualidade ou trafor, expresso em palavras, gestos ou atitudes, de quem é grato ou do estado de reconhecimento espontâneo da conscin ao autor, ou autora, do benefício, auxílio, favor, obséquio, intercessão fraterna ou serviço relevante”.

Ingratidão. A contrapartida nosográfica desse mecanismo, com a descrição de proposta de modelo operacional patológico do traço-fardo da ingratidão, não constitui objeto de estudo deste trabalho, podendo ser consultado na íntegra na referido livro desta autora.

Substituição. Dada a relevância da substituição lúcida de mecanismos patológicos por mecanismos hígidos, o artigo visa também fomentar a descrição técnica de *modus operandi* homeostático no âmbito da Conscienciotherapeuticologia.

Metodologia. A elaboração deste trabalho foi realizada com base em Brito (2024), além de pesquisas bibliográficas na literatura especializada da consciencioterapia, a exemplo do *Dicionário de Conscienciotherapeuticologia* (Almeida; Haymann & Remedios, 2022).

I. MECANISMO CONSCIENTIAL HOMEOSTÁTICO

Homeostaticologia. A descrição de mecanismos conscienais para fisiológicos ou homeostáticos está circunscrita ao universo da Homeostaticologia. Refere-se a “padrões cosmoéticos e promotores do equilíbrio e da saúde consencial (Almeida; Haymann & Remedios, 2022, p. 539).

Mecanismo. Segundo a referência acima, o mecanismo de funcionamento consencial homeostático é o “Padrão de manifestação cosmoético e pró-evolutivo do evolu-

ciente perante determinado fato, parafato, realidade ou pararrealidade do Cosmos, mantenedor e gerador de saúde consciencial”.

“Para a consciencioterapia, o diagnóstico dos mecanismos de funcionamento homeostáticos é tão importante quanto a identificação dos parapatológicos. Isso se deve ao fato de a superação ocorrer por meio dos recursos já hauridos pela consciência. Como é essencial encontrar o veio patológico, também é importante ajudar o evoluciente a identificar e utilizar os traços-força pessoais”. (Almeida; Haymann & Remedios, 2022, p. 540).

Descrição. A descrição do *modus operandi* de um traço consciencial fornece informações sobre o jeito de pensar, sentir e agir da pessoa, ou seja, a forma singular de funcionar diante das realidades intra e extrafísica. Tal movimento da consciência tende a se repetir ao longo das múltiplas vidas.

Cinética. Quando a cinética intraconsciencial é parafisiológica, a conscin, mediante autesforços, pode alcançar novos patamares recinológicos. Quando parafisiopatológica, é passível de ser tratada por meio do investimento autoconsciencioterápico.

Autocognição. A descrição de mecanismo consciencial homeostático amplia a autocognição quanto ao momento evolutivo pessoal. O autodiscernimento aplicado ao movimento da consciência possibilita o manejo lúcido de elementos intraconscienciais, incluindo o autenfrentamento de trafores e o desenvolvimento de trafores e trafois.

Padrão. Neste artigo, apresenta-se proposta de *modus operandi* para desenvolvimento do trafor da gratidão. Ao detalhar a parafisiologia, pretende-se delinear possível padrão de manifestação consciencial homeostático de vivência dessa qualidade, sem ser, entretanto, exaustivo.

II. *MODUS OPERANDI* CONSCIENCIAL HOMEOSTÁTICO DA GRATIDÃO

Concepção. A técnica do mecanismo homeostático da gratidão está descrita com base em dois aspectos fundamentais:

1. **Holossoma.** O *modus operandi* consciencial da gratidão foi elaborado com base nos quatro veículos de manifestação: soma, energossoma, psicossoma e mentalsoma.
2. **Reações.** O desenvolvimento da gratidão englobou as três reações cosmoéticas inerentes à vivência desse trafor: reconhecer, expressar e retribuir.

Observação. É digno de nota que “na prática, é difícil separar as manifestações específicas e intrínsecas de cada veículo consciencial” (Almeida; Haymann & Remedios, 2022, p. 539). Portanto, tal separação tem fins didáticos apenas.

Finalidade. O mecanismo de funcionamento consciencial homeostático pode ser considerado: (1) *profilático*, quando conserva o estado de harmonia; (2) *terapêutico*, quando implicado no autenfrentamento de distúrbios e patologias. O primeiro caso refere-se ao desenvolvimento intraconsciencial do trafor da gratidão; o segundo, aos autesforços para remissão da ingratidão.

Traço-base. A proposta descrita neste artigo está relacionada diretamente ao traço-base da gratidão, ou seja, traço-força. É importante destacar que “Cada consciência possui inúmeros mecanismos de funcionamento ligados a diferentes traços” (Almeida; Haymann & Remedios, 2022, p. 539). Nesse sentido, não há um único e exclusivo mecanismo de funcionamento da gratidão para todas as consciências.

Técnica. Para elaboração da descrição do mecanismo de funcionamento consciencial homeostático da gratidão, utilizou-se a *Técnica da descrição do mecanismo de funcionamento consciencial*. De acordo com Almeida, Haymann & Remedios (2022, p. 913), esse recurso consciencioterápico é “indicado para anatomizar qualquer categoria de mecanismo de funcionamento do autoconsciencioterapeuta, seja ele neutro, patológico ou homeostático, perante a cosmoética”.

Intenção. A intenção subjacente ao modelo apresentado a seguir é mostrar a vivência da conscin, cujo sentimento reativo de gratidão é despertado em razão de ajuda recebida, configurando manifestação homeostática. Não são consideradas aqui reações nosográficas perante as ajudas recebidas, típicas das manifestações da conscin ingrata, na categoria de *assistido insatisfazível* (Vieira, 2023, p. 2.724).

Definição. De acordo com Brito (2024, p. 79), a gratidão é “um sentimento interconsciencial, fruto das autorreflexões sobre a interdependência sadia e a necessidade evolutiva de revezamento interassistencial entre assistido e assistente, ao optar pelo reconhecimento, expressão e retribuição dos recebimentos, qualificando o convívio cosmoético”. Tal definição foi a base para elaboração do mecanismo para fisiológico da gratidão utilizado neste artigo.

Diagrama. As reações *intraconscienciais* e *interconscienciais* mapeadas com relação ao trafor da gratidão foram descritas no diagrama 1, sistematizado abaixo (Brito, 2024, p. 169):

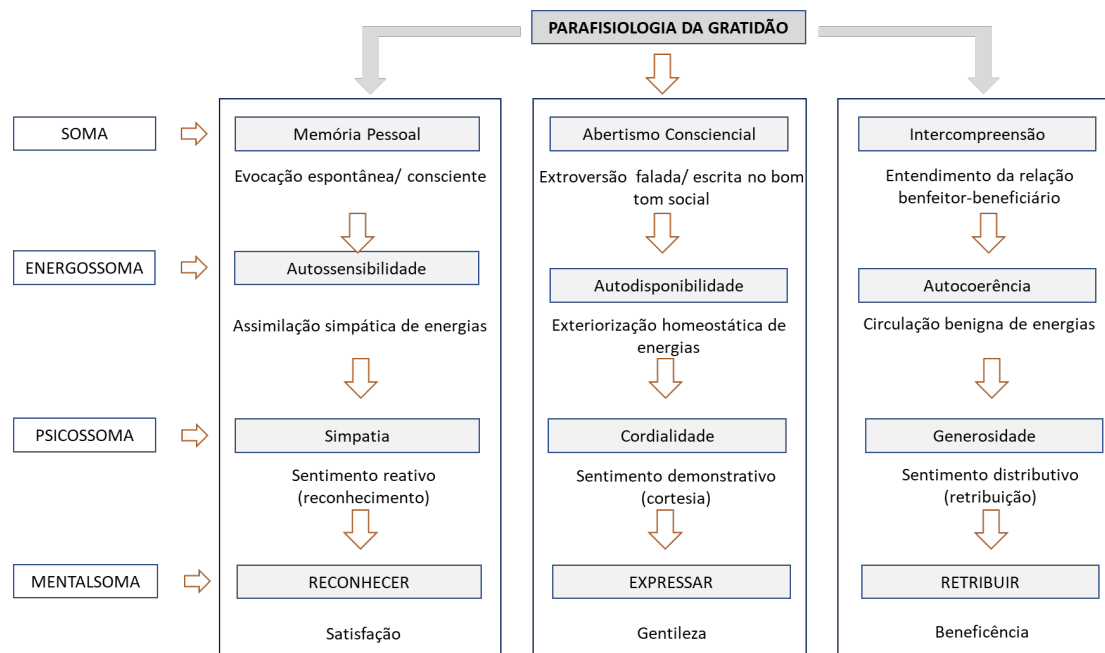


DIAGRAMA 1. PARAFISIOLOGIA DA GRATIDÃO.

Descrição. Para ampliação da autocognição sobre o tema, a descrição de cada etapa do mecanismo consciencial homeostático supracitado foi disposta na tabela a seguir:

TABELA 1. *MODUS OPERANDI* DA GRATIDÃO (RECONHECER).

REAÇÃO	HOLOSSOMA	DESCRIÇÃO DO MECANISMO DE FUNCIONAMENTO
Reconhecer	Soma	Evocação de experiências já vividas, de modo espontâneo/ consciente pelo uso do atributo da memória pessoal.
	Energossoma	Assimilação simpática de energias (assim) entre assistente e assistido, possibilitando perceber as intenções do benfeitor.
	Psicossoma	Sentimento reativo de reconhecimento pela benesse recebida quando a intenção do assistente é vista como positiva, ou seja, desinteressada, inegoica ou altruística.
	Mentalsoma	Cognição para valorizar o benfeitor e não somente a ajuda recebida, gerando sensação íntima de contentamento.

Fonte: autoria própria.

Intraconsciencial. A etapa do reconhecimento é crucial no desenvolvimento da gratidão. Essa condição é intraconsciencial, atrelada a processos psicológicos básicos como a percepção, o pensamento, o raciocínio, a atenção e, sobretudo, a memória.

Trafores. No desenvolvimento da gratidão, é importante identificar outros trafores pessoais capazes de auxiliar o evoluciente no reconhecimento das benesses recebidas, a exemplo do abertismo consciencial.

Evitaciologia. Sob a perspectiva autoconsciencioterápica, cabe evitar, na etapa de reconhecimento, os três aspectos listados abaixo:

1. Tendência ao esquecimento das benesses;
2. Incúria na desassimilação de energias;
3. Apriosismos patológicos relacionados à ajuda recebida e ao benfeitor.

Paraprofilaxia. A conscin lúcida pode adotar comportamentos homeostáticos paraprofiláticos para favorecer o desenvolvimento do trafor da gratidão nesta fase, a saber:

1. Exercitar a memória no dia a dia, registrando as benesses recebidas;
2. Trabalhar as energias e promover desassins, evitando julgar erroneamente as intenções alheias;
3. Adotar o apriorismo sadio em relação às ajudas recebidas e ao benfeitor.

Expressão. A segunda etapa da vivência da gratidão é tornar extraconsciencial o reconhecimento intraconsciencial esmiuçado antes, conforme descrito na tabela abaixo:

TABELA 2. *MODUS OPERANDI* DA GRATIDÃO (EXPRESSAR).

REAÇÃO	HOLOSSOMA	DESCRIÇÃO DO MECANISMO DE FUNCIONAMENTO
Expressar	Soma	Opção deliberada por tornar público o agradecimento ao usar a extroversão pessoal falada/escrita/gestual.
	Energossoma	Exteriorização de energias homeostáticas ao externalizar a intraconsciencialidade com intenção qualificada.
	Psicossoma	Sentimento demonstrativo de cordialidade pela ajuda recebida do benfeitor, autor do obséquio.
	Mentalsoma	Cognição para expressar o agradecimento de modo sincero e cosmoético, denotando polidez no trato interconsciencial.

Fonte: autoria própria.

Extraconsciencial. A expressão de agradecimento é reação socialmente esperada como de bom-tom. Quem não agradece pode ser considerado mal-educado e ingrato. Há pessoas que preferem guardar para si o reconhecimento da benesse, sem compartilhar seu contentamento com o benfeitor, seja por timidez (introversão), por ignorância ou mesmo por mero orgulho.

Ciclo. A conscin, ao agradecer honestamente ao benfeitor pela benesse recebida, movimenta o *ciclo dar-receber-retribuir*. Passa a experimentar tonalidades afetivas mais homeostáticas, estabelecendo holopensene hígido favorável à conexão com os amparadores.

Evitaciologia. Em termos autoconsciencioterápicos, na *etapa de expressão* do agradecimento, cabe evitar as três atitudes abaixo:

1. Postergação intencional da expressão de agradecimento;
2. Abstencionismo energético ao agradecer, fazendo isso *da boca para fora*;
3. Acepção de pessoas, com seletividade na expressão sincera do agradecimento.

Paraprofilaxia. Alguns comportamentos homeostáticos paraprofiláticos podem ser adotados de modo deliberado pela conscin na *etapa de expressão* da vivência da gratidão, a saber:

1. Prontidão para expressar o agradecimento, identificando motivos sinceros para agradecer de modo oportuno;
2. Ao agradecer, encher a expressão de agradecimento com as melhores energias;
3. Fazer a acepção evolutiva irrestrita, com expressão universalista do agradecimento.

Retribuição. A última etapa, também de caráter extraconsciencial, envolve a aca-bativa na vivência da gratidão, sintetizada pela retribuição, conforme descrição a seguir:

TABELA 3. *MODUS OPERANDI* DA GRATIDÃO (RETRIBUIR).

REAÇÃO	HOLOSSOMA	DESCRIÇÃO DO MECANISMO DE FUNCIONAMENTO
Retribuir	Soma	Intercompreensão quanto à obrigação cosmoética da gratidão no âmbito da Cerebrologia e quanto à necessidade evolutiva de revezamento dos papéis de assistido e assistente.
	Energossoma	Circulação de energias com padrão de benignidade, assumindo postura de reciprocidade interassistencial.
	Psicossoma	Sentimento distributivo de generosidade, com postura de doação cosmoética perante o benfeitor, ora assistido.
	Mentalsoma	Cognição para fazer a retribuição intencional, de modo direto ou indireto, gerando sensação de satisfação íntima.

Fonte: autoria própria.

Omissão. A etapa de retribuição, quando implementada, permite a vivência integral do *ciclo dar-receber-retribuir*, possibilitando o revezamento dos papéis assistido-assistente. Contudo, muitas consciências “pulam” essa etapa, o que denota *omissão deficitária* interassistencial.

Cognição. A noção pessoal de gratidão é desenvolvida ao longo das múltiplas vidas. A condição inicial de reconhecimento e a condição de demonstração de agradecimento são a base para o desenvolvimento de laços de gratidão, os quais são forjados na *seriéxis* pela retribuição. Só assim a consciência torna-se genuinamente grata, sobrepujando a sociabilidade pessoal, meramente intrafísica, adentrando a interassistencialidade lúcida rumo à megafraternidade.

Evitaciologia. Em termos autoconsciencioterápicos, cabe, nesta última etapa, evitar os três aspectos abaixo, a saber:

1. Conceber apenas o direito à gratidão e *fazer vista grossa* ao paradever da gratidão;
2. *Fechar-se em copas*, sem retribuir por estar autointoxicado com o recebimento;
3. Esquivar-se da retribuição por avareza, desafeição ou instinto patológico de vingança.

Paraprofilaxia. Nesta fase, alguns comportamentos homeostáticos paraprofiláticos podem ser adotados pela consciência lúcida, a saber:

1. Compreender que todos são potencialmente merecedores e manifestantes da gratidão, não há privilégios capazes de isentar a consciência da retribuição na evolução;
2. Aprender a valorizar os recebimentos, pequenos e grandes. O autenfrentamento sincero das reações de hostilidade e ressentimento ajuda a eliminar tais autointoxicações;
3. O sentimento distributivo de generosidade impele a consciência a fazer a opção lúcida pela retribuição, por meio da autodoação cosmoética na vivência do *binômio admiração-discordância*.

Vivenciologia. A gratidão é sentimento elevado circunscrito ao universo da Vivenciologia, pois requer a autexperimentação lúcida de três reações cosmoéticas: reconhecer, expressar e retribuir. Nesse sentido, é condição *sine qua non* na descrição do mecanismo de funcionamento consciencial homeostático da gratidão contemplar as três dimensões, levando em conta a natureza holossomática dessa experiência, sem desconsiderar as inter-relações veiculares subjacentes.

III. INDICAÇÕES PARACLÍNICAS

Paraterapeuticologia. O desenvolvimento lúcido da gratidão tem feito parte da autoconsciencioterapia e do dia a dia desta autora enquanto forma de autenfrentamento do tráfegar da ingratidão. Portanto, a descrição e a vivência do mecanismo de funcionamento consciencial supracitado tem sido a mola propulsora para sobrepujar as reações pessoais pró-ingratidão no microuniverso consciencial.

Paraclinicologia. Tendo em vista a dinamicidade da consciência, desafios evolutivos podem surgir no caminho, sinalizando *pontos cegos* a serem trabalhos na autoconsciencioterapia. A heterajuda clínica, com finalidade terapêutica, é recurso técnico fundamental para superar vestígios de ingratidão e demais tráfegares limitantes da manifestação genuína do orgulho.

Autexperimentação. A conscin grata é aberta à realização de experimentos autoconsciencioterápicos capazes de investigar em detalhes as *reações pró-gratidão* e as *reações pró-ingratidão*.

Autocognição. Para ampliar a autocognição sobre o *modus operandi* para fisiológico e para fisiopatológico, é fundamental “colocar-se em condições reais de autenfrentamento e testar o nível das autossuperações alcançadas” (Almeida; Haymann & Remedios, 2022, p. 407). No caso, vale fazer tais autexperimentos provocados em cada etapa da vivência da gratidão, a fim de extrair aprendizados valiosos no curso evolutivo do desenvolvimento desse trafor.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Lucidez. A consciência lúcida para o *modus operandi* consciencial pessoal nas trocas diuturnas pró-evolutivas entre conscins e consciexes está mais predisposta a desenvolver o trafor da gratidão.

Reconciliação. A reparação dos débitos grupocármicos é um dos efeitos conscienciais benéficos mais significativos do cultivo autoconsciente dos laços de gratidão, pois requer o revezamento dos papéis de assistido e assistente e superação das autovitimações.

Higidez. A dissecação da para fisiologia autopensênica da gratidão torna o desenvolvimento desse trafor acessível a qualquer consciência interessada em implementar, de modo intencional, mecanismos intraconscienciais hígidos, qualificando o padrão de manifestação cosmoético.

Expansão. A descrição do mecanismo consciencial homeostático da gratidão traz elementos para desenvolvimento dessa nobre qualidade. No entanto, conforme Almeida,

Haymann & Remedios (2022, p. 914), “Após descrever a espinha dorsal do mecanismo, a conscin tem a possibilidade de expandi-lo, estudando a interação com o temperamento, a pensenidade, o materpensene, o holopensene pessoal, os valores, os princípios, outros traços e as companhias extrafísicas”. O estudo de tais conexões pode constituir agenda de pesquisa futura sobre a temática da gratidão no universo da Homeostaticologia.

Mecanismos. A ampliação da autocognição a partir da compreensão dos mecanismos nosográfico e homeostático possibilita à conscin sofisticar a compreensão da para fisiologia e da para fisiopatologia autopensênicas, levando ao autenfrentamento da ingrati dão e a opção lúcida pelo desenvolvimento da gratidão nesta vida humana.

BIBLIOGRAFIA ESPECÍFICA

1. Almeida, Marco; Haymann, Maximiliano; & Remedios, Juliana; Orgs.; *Dicionário de Consciencioterapeuticologia com Termos Multilíngues Equivalentes: 400 Verbetes Prescritivos*; ed. Liege Trentin; Maximiliano Haymann; & Sissi Lopes; neologistas multilíngues: Equipe de Idiomas da OIC; revisores: Equipe de Revisores da OIC; 1.412 p.; 25 E-mails; 845 enus.; 50 especialidades; glos. 400 termos (al., esp., fr., ing.); 54 microbiografias; 3 quadros sinópticos; 1 tab.; 142 técnicas; 26 websites; glos. 38 termos (miniléxico dos campos paracientíficos); 161 filmes; 1.100 refs.; 111 webgrafias; 4 apênds. (1 apênd.: BEE da Consciencioterapeuticologia: 575 refs.); alf. (al., esp., fr., ing.); 28,5 x 22 x 7 cm; enc.; Associação Internacional Editares; & Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC); Foz do Iguaçu, PR; 2022; páginas 84, 119, 136, 146, 157, 166, 183, 189, 475, 537, 539, 540, 678, 703, 712 e 1.062 a 1.064.

2. Brito, Karine; *Gratidão: Reconhecer, Expressar e Retribuir*; ed. Cristina Ellwanger; pref. Marina Thomaz; revisoras Ercília Monção; & Helena Alves de Araújo; 328 p.; 6 seções; 43 caps.; 18 citações; 80 enus.; 5 técnicas; 7 notas; 98 refs.; 3 webgrafias; 23,5 x 15,5 cm; br.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2024; páginas 1 a 328.

WEBGRAFIA ESPECÍFICA

1. Vieira, Waldo; *Assistido Insatisfazível* (N. 4.451; 12.04.2018); *Gratidão* (N. 569; 14.06.2007); Verbetes; In: Vieira, Waldo; Org.; *Enciclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; Vol. Digital Único (PDF); CCXL + 34.372 p.; 3 E-mails; 11.129 enus.; 727 especialidades; 1 foto; glos. 6.500 termos (verbetes); 1 ilus.; 1.001 microbiografias; 417 tabs.; 25 websites; 22.474 bibliografias específicas; 1.048 filmografias específicas; 125 videografias específicas; 1.860 webgrafias específicas; alf.; 10ª Ed. rev. e aum.; Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica (ENCYCLOSSAPIENS); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2023; páginas 2.724 a 2.728 e 17.491 a 17.495; disponível em: <<https://encyclossapiens.space/ec/ECDigital10.pdf>>; acesso em: 23.03.2025; 18h36.

CITE ESTE ARTIGO:

Bruto, Karine; *Mecanismo de Funcionamento Consciencial Homeostático: o Trafor da Gratidão*; Artigo; XVII Jornada de Consciencioterapeuticologia; Foz do Iguaçu, PR; 30-31.08.2025; *Conscientiotherapia*; Revista; Anuário; Ano 14; N. 17; Seção: *Abordagens Consciencioterápicas*; 1 E-mail; 7 enus.; 1 diagrama; 1 microbiografia; 3 tabs.; 1 técnica; 2 refs.; 1 webgrafia; Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC); Foz do Iguaçu, PR; Setembro, 2025; páginas 201 a 209.