

# Gratidão Reciclogênica: Ferramenta Potencializadora do Mentalsoma Elevado

Recyclogenic Gratitude: A Potentiator Tool of the Elevated Mentalsoma

Gratitud Reciclogénica: Herramienta Potencializadora del Mentalsoma Elevado

Renata Abreu\*

\* Graduada em Administração de Empresas. Especializada em Gestão Corporativa e Pessoas e Especialista em Psicologia Positiva. Voluntária da *Associação Internacional de Parapsiquismo Internacional (ASSIPI)*.

renata.assipi@gmail.com

## Palavras-chave

Interassistencialidade  
Reciclogenia  
Sentimento elevado

## Keywords

Interassistentiality  
Recyclogeny  
Elevated sentiment

## Palabras-clave

Interasistencialidad  
Reciclogenia  
Sentimiento elevado

## Resumo:

Sob a ótica do paradigma consciencial, o artigo objetiva apresentar o conceito da gratidão reciclogênica aplicada na vida cotidiana, fornecendo técnicas e práticas para a potencialização desse sentimento elevado. Considera uma abordagem metodológica fundamentada na autopesquisa e nas autorreciclagens vivenciadas pela autora, além de estudos científicos no campo da psicologia positiva ilustrando benefícios como aumento da autoconfiança, autocontrole, capacidade de autossuperação e bem-estar, de modo a fundamentar a capacidade transformadora da gratidão no desenvolvimento do mentalsoma e do ciclo interassistencial.

## Abstract:

From the perspective of the consciencial paradigm, the article aims to introduce the concept of recyclogenic gratitude applied in everyday life, providing techniques and practices to enhance that elevated feeling. It considers a methodological approach founded on self-research and self-recycling experienced by the author, in addition to scientific studies in the field of positive psychology illustrating benefits such as enhancing of self-confidence, self-control, capacity of self-overcoming and well-being, in a way to substantiate the transformative capacity of gratitude in the development of the mentalsoma and interassistential cycle.

## Resumen:

Desde la óptica del paradigma consciencial, el artículo objetiva presentar el concepto de gratitud reciclogénica aplicada en la vida cotidiana, ofreciendo técnicas y prácticas para la potencialización de ese sentimiento elevado. Considerado un abordaje metodológico, es fundamentado en la autopesquisa y en los autorreciclajes vivenciados por la autora, además de estudios científicos en el campo de la Psicología positiva, ilustrando beneficios tales como: aumento de autoconfianza, autocontrol, capacidad de autosuperación y bienestar, a modo de fundamentar la capacidad transformadora de la gratitud en el desarrollo del mentalsoma y del ciclo interasistencial.

Artigo recebido em: 11.09.2016.

Aprovado para publicação em: 04.12.2017.

## INTRODUÇÃO

**Contextualização.** O conceito de gratidão está presente em diferentes períodos da História, na condição de virtude, e central em discussões sobre a natureza humana, sendo objeto de estudo de religiosos, filósofos, teólogos e escritores em diversas culturas. Nas pesquisas da Conscienciologia, no entanto, é entendida enquanto sentimento elevado na manifestação da consciência no rumo da prevalência evoluída do mentalsoma.

**Objetivo.** O artigo objetiva apresentar pesquisa da autora propondo o conceito e os benefícios da gratidão reciclogênica vivenciada enquanto técnica geradora de reciclagem intraconsciencial (recin) e transformadora no desenvolvimento do mentalsoma e do ciclo interassistencial.

---

**Compartilhamento.** De modo complementar, visa compartilhar práticas auxiliares de fácil aplicabilidade cotidiana para potencialização do sentimento elevado de gratidão.

**Motivação.** A proposta de escrita do artigo surgiu durante o processo de reciclagem intraconscencial da autora, que utiliza a casuística pessoal como base no estudo apresentado. Dentro desse contexto, busca assis-tir conscins que por ventura tenham interesse na prática de tal sentimento.

**Metodologia.** A metodologia de pesquisa é pautada na observação pessoal e em análises de pesquisas ci-entíficas da ciência tradicional e conscienciológica, considerando livros teóricos, sites, artigos e estudos aca-dêmicos, especialmente os que se encontram referenciados no final do artigo na bibliografia específica e na bibliografia complementar.

**Estrutura.** O desenvolvimento do trabalho está estruturado nas 4 seções, elencadas a seguir:

1. Gratidão e seus efeitos
2. Técnicas e práticas para desenvolvimento da gratidão
3. Gratidão aplicada à reciclagem intraconscencial
4. Gratidão nas adversidades

## I. GRATIDÃO E SEUS EFEITOS

**Gratidão.** A *gratidão* é 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, ob-séquio, intercessão fraterna ou serviço relevante (Vieira, 2006, p. 2.451).

**Gratidão reciclogênica.** A *gratidão reciclogênica* é a qualidade ou trafor da conscin, homem ou mulher, em reconhecer as aquisições ou recebimentos dos aportes existenciais e aplicá-los ao modo de técnica gera-dora, motivadora e sustentadora das reciclagens intraconscenciais, notadamente as deflagradas nos momen-tos de crise.

**Sinonimologia:** 1. Gratidão autotransformadora. 2. Sentimento gratulatório reciclogênico.

**Antonimologia:** 1. Ingratidão estagnadora. 2. Ingratidão antirrecinológica.

**Megapensenologia.** Eis 5 megapenses trivocabulares relativos ao tema: – *Gratidão produz recicla-gem; Gratidão produz generosidade; Gratidão: escolha cotidiana; Gratidão: inspiração transformadora; Gratidão: ferramenta evolutiva.*

**Benefícios.** Um dos principais acadêmicos na área, Robert Emmons (2009, p. 13), descobriu em seus es-tudos científicos provas de que o cultivo sistemático da gratidão leva a benefícios mensuráveis psicológicos, físicos e interpessoais. Pessoas gratas possuem níveis mais elevados de emoções positivas, sendo mais criati-vas, prestativas, generosas, benevolentes, autoconfiantes e autocontroladas. Em consequência, possuem mais capacidade de autossuperação e registro de boas memórias, estando menos expostas aos sentimentos negati-vos como inveja, ressentimentos, ganância e amargura.

**Seriéxis.** As inúmeras autovivências obtidas pela consciência, nas dimensões intra e extrafísica, ao longo do ciclo evolutivo, podem favorecer a vivência atual de um holopense gratulatório, situação que, segundo observação da autora, é facilmente observada em conscins detentoras do senso de gratidão.

**Racionalização.** Pesquisas no campo da Neurociência apontam que a gratidão aciona as regiões do cére-bro emocional e racional (Fox, 2015, p. 8). De modo complementar, a Conscienciologia expande tal conceito pela conexão interativa entre psicossoma e mentalsoma. Por intermédio da racionalização das emoções, sur-gem os sentimentos elevados.

**Ortopensata:** “A gratidão é filigrana encaminhando a consciência para o mentalsoma elevado na interatividade atuante entre o psicossoma e o mentalsoma. Nada ocorre, a longo prazo, pela primeira vez. Quem segue tal princípio, entende mais os fluxos do Cosmos e erra menos, ao passo que vai compreendendo melhor a interatividade evolutiva. O processo todo é ver o *antes*, o *durante* e o *depois* nas interrelações ou sinergismos existentes em todas as consciências, em todas as coisas, em todos os lados e em todo o tempo. Olha aí a *next door* mentalsomática, a contiguidade intelectual, a aproximação simples nas sutilezas das sincronicidades intelectivas” (Vieira, 2014b, p. 1.446).

**Generosidade.** Para Vieira (2014a, p. 509), “a gratidão é a generosidade reversa”. De modo similar, outros estudos científicos, por exemplo, exposto em *An Adaptation for Altruism: The Social Causes, Social Effects, and Social Evolution of Gratitude* (McCullough, 2008), mostram que generosidade e gratidão andam lado a lado nos aspectos psicológicos e neurológicos. Sentir gratidão motiva as pessoas beneficiadas a retribuir seus benfeitores e estender a generosidade a terceiros, esse estado pensênico amplia a predisposição para assistência.

**Reciclogenia.** Dentro deste contexto, gratidão atua nos processos de reciclagem por intermédio de 2 principais aspectos transformacionais, elencados a seguir em ordem de ocorrência:

1. **Interatividade.** O sentimento gratulatório se inicia com a percepção e sequencialmente pelo reconhecimento dos aportes e benesses recebidos. Ao processar internamente este reconhecimento, a consciência começa a vivenciar uma emoção positiva psicossomática, podendo sentir até efeitos fisiológicos como calor ou *nó na garganta*.

**Expansão.** De modo simultâneo, a vivência da gratidão expande a atuação do mentalsoma, por intermédio da ampliação da cognição, da criatividade, do otimismo, do autocontrole, aumentando o discernimento e a cosmovisão. Essa expansão mentalsomática traz maior clareza quanto a outros aportes recebidos, e com isso, mais emoções positivas e maior ampliação mentalsomática. E assim, se dá a interatividade psico-mentalsomática.

2. **Interassistencialidade.** Ao deixar as pessoas mais propensas à generosidade, a gratidão funciona ao modo de porta assistencial. Quanto mais qualificada para assistência, maiores são os desafios e assim se dá o fortalecimento do ciclo interassistencial.

**Neurociência.** O cérebro humano pode ser condicionado a ser grato, tal sentimento ativa o sistema de recompensa, libera dopamina e aumenta a atividade do hipotálamo, controlador de grande parte do funcionamento do corpo humano.

**Aprendizado.** O sentimento gratulatório pode ser aprendido pela conscin interessada quando inicia ou fortalece o reconhecimento das benesses recebidas na próxis em forma de aportes, mostrando o uso da Inteligência Evolutiva (IE).

**Escolha.** Pela possibilidade de aprendê-lo, o sentimento gratulatório se torna uma escolha da conscin interessada em iniciar ou fortalecer o seu desenvolvimento e cultivo.

**Trinômio.** A aplicação do trinômio ceticismo-otimismo-cosmoeticidade, na avaliação dos acontecimentos sempre pelo lado melhor, sem ingenuidade, contribui para o aperfeiçoamento da prática.

**Resultado.** Como consequência da vivência do trafor da gratidão, observa-se o desenvolvimento mentalsomático e interassistencial.

**Consciencimetrologia.** De acordo com a *Consciencimetrologia*, a conscin não deve esperar retorno de outrem, porém importa desenvolver tal sentimento elevado em relação a todos. Cabe a cada pessoa aferir a própria condição de reconhecimento pelas benesses recebidas.

---

## **A AUTOCONSCIÊNCIA DA GRATIDÃO É FRUTO DA COMPREENSÃO DA INTERATIVIDADE PENSÊNICA EVOLUTIVA, CAPAZ DE IMPULSIONAR REICLAGENS E ENCAMINHAR A CONSCIÊNCIA À TEÁTICA DO MENTALSOMA ELEVADO.**

### **II. TÉCNICAS E PRÁTICAS PARA DESENVOLVIMENTO DA GRATIDÃO**

**Técnicas.** A realização de atividades intencionais ou aplicações de técnicas potencializadoras da teática da gratidão contribui para o condicionamento cerebral e paracerebral desse sentimento elevado. Sob a ótica da *Experimentologia*, eis, em ordem alfabética, 3 técnicas adaptadas do trabalho de Robert Emmons (2013, p. 159), sugeridas às conscins pesquisadoras interessados:

1. **Carta.** Escrever carta expressando gratidão à conscin de quem julga ter recebido maior assistência, descrevendo a razão de sentir-se grato e a importância do gesto recebido. Se possível, entregar e ler a carta pessoalmente, anotando as repercussões percebidas.

2. **Diário.** Estabelecer rotina de autorreflexão e relato escrito detalhado sobre os aportes, benesses e benefícios recebidos. A anotação diária traduz os pensamentos em linguagem concreta, contribuindo também para auto-organização pensênica.

3. **Reflexão.** Rememorar adversidades vivenciadas e superadas ao longo da vida intrafísica, focando nos aspectos ou consequências positivas dessas difíceis experiências. Refletir quanto à melhoria ou crescimento pessoal decorrente dessas vivências, quanto ao desenvolvimento de traços, quanto ao aumento da capacidade de enfrentar desafios e quanto à conquista de maior autodiscernimento acerca de pessoas e situações realmente importantes.

**Práticas.** Além das técnicas citadas anteriormente, a autora apresenta, em ordem alfabética, 4 práticas cotidianas favorecedoras da ampliação do holopense gratulatório, ratificadas na sua autoexperimentação. Saliendo que cada consciência deve ser capaz de avaliá-las, customizá-las, aplicá-las ou empregar outras práticas em função da individualidade consciencial:

1. **Auditoria.** Visando a manutenção do senso de gratidão diário, ao identificar uma negatividade pensênica, buscar expandir a consciência fazendo uma varredura ao modo de auditoria da situação, buscando reconhecer aportes e benesses.

2. **Autoexposição.** Utilizar como hábito agradecer as pessoas envolvidas nas atividades cotidianas e corriqueiras muitas vezes ignoradas.

3. **E-mail.** Similar à carta da gratidão, porém realizada com frequência anual e por email. Ao final de cada ano, avaliar as pessoas que mais nos assistiram, a quem mais somos gratos pelos auxílios e ajudas, e escrever um email de agradecimento.

4. **Listagem.** Ao final de cada ano (a autora utiliza especificamente o dia 31 de dezembro), em conjunto com a família, elaborar uma lista reconhecendo todos os aportes recebidos para cada um dos participantes. A lista é individual, porém pode ser escrita em um quadro ou espelho facilitando a interação grupocármica e ampliação do holopense gratulatório da atividade.

**Metas.** Após a realização de metas significativas, refletir sobre quais foram as consciências (intra e extrafísicas) que colaboraram para o alcance da meta e registrar um agradecimento para cada uma delas.

**Grupocarmologia.** A elaboração da lista de credores grupocármicos é técnica essencial no exercício da gratidão e no cuidado de *não deixar ninguém para trás*.

### III. GRATIDÃO APLICADA À RECICLAGEM INTRA CONSCIENCIAL

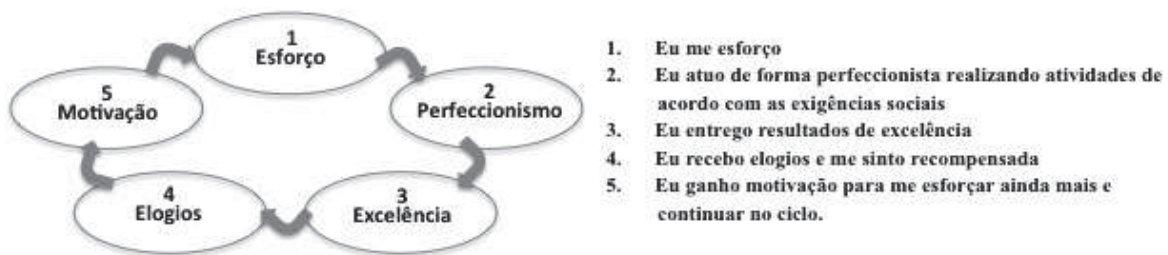
**Aplicabilidade.** Na *Autoexperimentologia* da autora, verificou-se situações específicas para aplicação das técnicas e práticas citadas podem ser utilizadas em diferentes cenários do processo de reciclagem.

**Travões.** Com a ampliação do discernimento e cosmovisão, podemos identificar comportamentos, traços de personalidade e crenças negativas que travam o processo evolutivo. Além disso, estabelecemos uma pen-senidade mais propensa para conexão com o amparo e com isso mais suscetível à formulação de soluções e formas de superação.

**Vícios.** A gratidão aciona o sistema de recompensa do cérebro e para quebrar círculos viciosos patológicos podemos usá-la a nosso favor. Um exemplo de sistema vicioso patológico será utilizado visando facilitar a compreensão.

**Figura.** A figura a seguir ilustra as etapas vivenciadas pela autora no ciclo de dependência do reconhecimento externo, pautado na vaidade:

**Figura 1.** Sistema Vicioso Patológico baseado na casuística pessoal da autora.

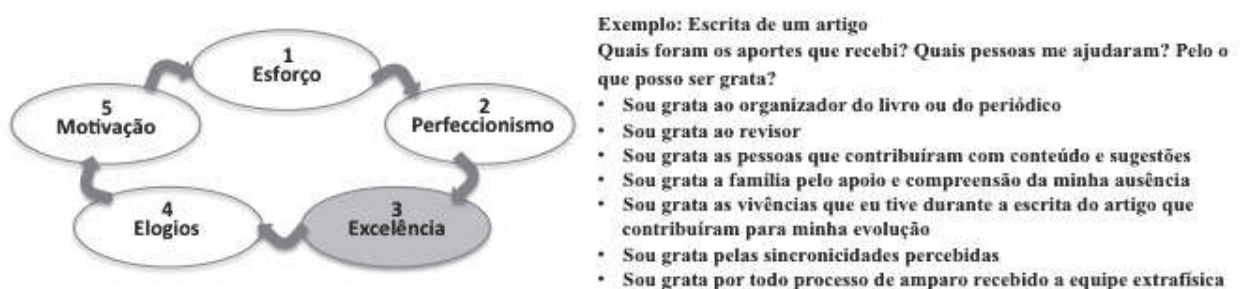


**Interferência.** Como quebrar o ciclo vicioso pelo sistema de recompensa?

**Conquista.** A pessoa interessada deve escolher uma conquista, um resultado que tenha realizado (item 3 do sistema vicioso apresentado). Nessa simulação, o resultado utilizado com exemplo é a escrita de um artigo. Após a escolha, a pessoa deve proceder com a técnica reflexiva de identificação de aportes recebidos para realizar essa conquista: *O que aprendi e desenvolvi com a escrita desse artigo? Quais foram os ganhos?*

**Ilustração.** A figura 2 ilustra a reflexão de aportes quanto ao exemplo da escrita de um artigo:

**Figura 2.** Sistema Vicioso Patológico em reestruturação, baseado na casuística pessoal da autora.



**Racionalização.** Vivenciando o senso de gratidão, a conscin sente-se recompensada e desperta-se para generosidade, lado reverso da gratidão. Estando mais predisposta para assistir, se disponibiliza de modo genuíno, com melhor intencionalidade e ortopensenidade. Ao entrar no processo assistencial mais qualificada, realiza processos assistenciais de mais alto nível e tem a vivência de um estado mentalsomático de bem-estar íntimo e de paz interior.

**Neomotivação.** Nesse contexto, ganha motivação para qualificar cada vez mais a assistência e, assim, entra no ciclo interassistencial e deixa de necessitar do reconhecimento externo do ciclo vicioso anterior.

**Perdão.** O estado gratulatório propicia ortopensenidade e cosmovisão, e pode funcionar como uma ponte entre o estágio de compreensão para o heteroperdoamento. Muitas vezes, a consciência consegue chegar ao estágio inicial da compreensão, porém, não consegue dar o próximo passo rumo ao perdão.

**Hipótese.** Para ilustrar, a autora traz a hipótese de uma pessoa vivenciar uma situação de perseguição no trabalho, e em decorrência desses episódios desligar-se de seu emprego. Nesse exemplo, a pessoa, apesar de entender o estágio evolutivo da conscin ofensora, mantém uma mágoa interna.

**Reflexão.** Para superar a mágoa ainda presente, a pessoa pode fazer uma reflexão gratulatória buscando os aspectos positivos do episódio: *O que eu aprendi com isso? O que melhorei em mim em função disso?*

**Lucidez.** Durante a reflexão, a pessoa identifica que graças a esse desligamento conseguiu, por exemplo, retomar o rumo da sua próexis e ao adquirir a clareza sobre tais resultados, e assim começa a enxergar as razões pelas quais é grata ao seu ofensor. A percepção e o reconhecimento do aporte recebido acionam a gratidão pela correção no rumo proexológico e acionam a interatividade psico-mentalsomática. No momento que isso acontece, o perdão vem como um desdobramento natural do processo.

**Neopensenidade.** A reestruturação pensênica ocorre, e com essa neopensenidade a pessoa não apenas perdoa, mas vai além! Sente-se gratificada, mais fortalecida e até com vontade de assistir e retribuir a outras conscins.

#### IV. GRATIDÃO NAS ADVERSIDADES

**Obstáculos.** Para que os obstáculos à gratidão sejam vencidos, é necessário, em primeiro lugar, identificá-los para que então possam ser enfrentados e superados. Em suas pesquisas, Emmons (2009, p. 164) identificou as principais causas aos obstáculos, a exemplo das 6 expostas a seguir:

1. **Conflitos.** Conflitos psicológicos internos, por exemplo, conflitos relacionados à cultura de conter a expressão emocional.

2. **Incapacidade.** Incapacidade de admitir a dependência ou a ilusão da autossuficiência, tendendo a não reconhecer o quanto precisamos dos outros.

3. **Pensamentos.** Pensamento de comparação.

4. **Sentimentos.** Sentimento de vítima.

5. **Tendência.** Tendência natural do ser humano à negatividade.

6. **Vida.** Complexidade da vida moderna.

**Oportunidade.** Adversidades também podem ser grandes obstáculos, pois em tempos difíceis a gratidão automática é substituída pela patopensenidade instalada. Nesse caso, o simples fato de pensar na gratidão pela oportunidade de viver esta vida intrafísica pode ser um começo, pois é preciso travar um difícil autoenfrentamento para reaver a capacidade de apreciar as benesses à volta visando voltar a apreciar a vida.

**Atitude.** Segundo Emmons (2009, p. 228):

“É importante ressaltar a diferença entre sentir-se grato e ser grato, pois como sentimento em uma adversidade ninguém vai se sentir grato, por exemplo, ao perder um casamento ou ao receber um diagnóstico ruim. Mas ao analisar a gratidão como uma atitude, uma escolha em relação a vida é possível ser grato em todas as circunstâncias, onde a própria vida é vista a maior benesse. É desta forma que podemos nos permitir ver como a gratidão pode ser testada e fortalecida por meio da adversidade”.

**Reflexão.** Como exercício mental, é possível refletir sobre como seria a vida intrafísica com a ausência das coisas positivas conquistadas. Estudos revelam que as pessoas avisadas de que perderão algo são mais propensas a apreciar e se esforçar para tirar mais valor do que ainda existe. Como seria a vida se não tivesse tido acesso aos estudos? E se não tivesse uma casa? Ou, se não tivesse conhecido aquela pessoa no avião que se revelou-se amizade raríssima?

**Traumas.** Consciências, ainda em sofrimento maior devido a traumas e circunstâncias de vida complexas, podem demonstrar maior dificuldade em realizar as técnicas e práticas de gratidão. Nesse contexto, uma alternativa utilizada é realização de atividades intencionais de generosidade. Ao praticar a generosidade, a *corrente do bem* contribui para mudança holopensênica e a probabilidade é que a pessoa comece a vivenciar o lado reverso da generosidade: a gratidão.

**Antecipação.** As pessoas que têm a gratidão como trafor possuem maior capacidade de autossuperação, têm registro de boas memórias, estando menos expostas aos patopenses e ruminações negativas como inveja, ressentimentos, ganância e amargura. Portanto, estão mais predispostas a melhor enfrentar as adversidades. Vieira (2014b, p. 766), ressalta em ortopensata:

“Não somente o perdão antecipado, mas a **gratidão antecipada** é postura inteligente a ser adotada permanentemente pelas conscins intermissivistas”.

## CONCLUSÃO

**Intrafiscalidade.** A vida intrafísica na sociedade hipermoderna do século XXI pode facilmente levar ao esquecimento dos motivos pelos quais somos gratos, onde o *rolo compressor* do cotidiano faz com que muitas ocorrências passem despercebidas, assim como nossa capacidade assistencial para com o grupocarma.

**Autoresponsabilização.** Somente a própria consciência pode realizar a escolha pelo autodesenvolvimento e cultivo da gratidão. Sendo inúmeras vezes necessária a reestruturação autopensênica mais profunda no processo da interatividade evolutiva.

**Reciclogenia.** A vontade, intenção e auto-organização são pilares importantes no cultivo da gratidão, onde a aplicação de técnicas e ações construtivas podem ser empregadas enquanto medidas de autocura. Como todo processo de mudança, isso requer esforço, dedicação e tempo.

**Crises.** Nos momentos de crise, faz-se necessário reaver a capacidade de apreciar os aportes recebidos e voltar a reconhecer os motivos pelos quais se deve ser grato, transformando a adversidade em oportunidade de autoenfretamento, amadurecimento e evolução.

**Bem-estar.** A gratidão pode ser considerada como um método para lidar com o estresse diário, para adquirir resiliência, para recuperação de doenças e adversidades, resultante da ortopensividade. As consciências gratas vivenciam o ciclo da interassistencialidade em alto nível, e desse modo, alcançam níveis elevados de bem-estar rumo ao encaminhamento para o mentalsoma elevado.

## BIBLIOGRAFIA ESPECÍFICA

1. **Emmons**, Robert; *Agradeça e Seja Feliz: Como a Ciência da Gratidão pode Mudar sua Vida (Thanks)*; trad. Maria Clara De Biasi W. Fernandes; 284 p.; 7 caps.; 256 enus.; 1 tab; 2 ilus.; 21 x 14 cm; enc.; *Best Seller*; Rio de Janeiro, RJ; 2009; páginas 13, 164 e 228.

2. **Idem**; *Gratitude Works: A 21-Day Program for Creating Emotional Prosperity*; 196 p.; 7 caps.; 134 enus.; 2 ilus.; 1 teste; 11 refs.; 1 minibiografia; 19 x 13 cm; enc.; *Jossey-Bass*; San Francisco, CA; 2013; página 159.

3. **Fox**, Glen; *et al.*; *Neural Correlates of Gratitude*; Artigo; *Frontiers in Psychology*; Revista; Vol. 6; 72 refs.; 6 ilus.; Cross-Mark; USA; 2015; página 8.

4. **Korb**, Alex; *The Grateful Brain: The Neuroscience of Giving Thanks*; Artigo; *Psychology Today*; Novembro, 2012; 1 ilus.; disponível em: <<https://www.psychologytoday.com/blog/prefrontal-nudity/201211/the-grateful-brain>>; acesso em: 20.05.16.

5. **Vieira**, Waldo; *Dicionário de Argumentos da Conscienciologia*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.572 p.; 1 blog; 21 E-mails; 551 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 18 fotos; glos. 650 termos; 19 websites; alf.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2014a; página 509.

6. **Idem**; *Enciclopédia da Conscienciologia*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo – CEAEC; 772 p.; 80 abrevs.; 1 CD-ROM; 240 contrapontos; 35 E-mails; 961 enus.; 1 foto; 240 frases enfáticas; 1 microbiografia; 574 neologismos; 526 perguntas; 111 remissologias; 12 siglas; 15 tabs.; 6 técnicas; 12 websites; 2 filmes; 201 refs.; 1 apênd.; alf.; ono.; 28 x 21 x 4 cm; enc.; Ed. Protótipo – Avaliação das Tertúlias; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC)*; & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2006; página 2451.

7. **Idem**; *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 tri-vocabulares; 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; 2014b; páginas 766 e 1.446.

8. **Zahn**, Roland; *et al.*; *The Neural Basis of Human Social Values: Evidence from Functional MRI*; Artigo; *Cerebral Cortex*; Revista; Vol. 19; 49 refs.; 3 ilus.; *Oxford University Press*; Oxford; *Great Britain*; 2008; páginas 276 a 283.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

7. **Idem**; *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 tri-vocabulares; 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; 2014b; páginas 766 e 1.546.

2. **Fredrickson**, Barbara; *Positividade: Descubra a Força das Emoções Positivas, supere a Negatividade e viva Plenamente (Positivity)*; trad. Pedro Libânio; 272 p.; 2 seções; 12 caps.; 250 enus.; 1 teste; 16 refs.; 1 apênd.; 21 x 14 cm; enc.; *Roxo*; Rio de Janeiro, RJ; 2009; páginas 16 a 19.

