APREÇO PELO PROCESSO (AUTO-HOMEOSTATICOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. O *apreço pelo processo* é a capacidade de a conscin, homem ou mulher, reconhecer e valorizar as experiências vivenciadas e os aprendizados hauridos ao longo do percurso autevolutivo, sem condicionar o sucesso da empreitada, exclusivamente, aos resultados.

Tematologia. Tema central homeostático.

Etimologia. O vocábulo *apreçar* vem do idioma Latim, *appretiare*, “apreciar; estimar; prezar; avaliar”. O termo *apreço* surgiu no Século XIII. A palavra *processo* deriva igualmente do idioma Latim, *processus*, “ação de adiantar-se; movimento para diante; andar; andamento; marcha; acontecimento; êxito”, do radical de *processum*, supino de *procedere*, “ir na frente; avançar; progredir; sair de; aparecer; crescer; desenvolver-se; aparecer; nascer; suceder; acontecer; ter bom êxito; sair-se bem; aproveitar a; ser útil para”. Apareceu no Século XIV.

Sinonimologia: 1. Apreciação da caminhada. 2. Predileção pela jornada. 3. Estima pelo percurso. 4. Consideração pelo trajeto. 5. Valorização do processo.

Antonimologia: 1. Apreço pelo resultado. 2. Desprezo pelo processo. 3. Desvalorização do caminho. 4. Monoideísmo pelo desenlace. 5. Pressa pelo desfecho.

Estrangeirismologia: o *modus vivendi* produtivo; o *timing* evolutivo; o *modus operandi* interassistencial; a acalmia de estar *up to date*; o *follow up* proexológico; o *Autoconvivarium* salúfero; o *Prioritarium*; o melhor uso do *present time*; a *mindfulness*.

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

Megapensenologia. Eis 3 megapenses trivocabulares relativos ao tema: – *Correria íntima: autassédio. Correria: desorganização holossomática. Paciência: atributo antiansiosismo.*

Coloquiologia: o ato de *viver como se não houvesse amanhã*; a evitação do desejo de *abraçar o mundo com as pernas*; o cuidado de não ir *com muita sede ao pote*.

Citaciologia. Eis 3 citações pertinentes ao tema: – *Enquanto o poço não seca, não sabemos dar valor à água* (Thomas Fuller, 1608–1661). *A adversidade restitui aos homens todas as virtudes que a prosperidade lhes tira. Não se trabalha somente para produzir, mas também para dar valor ao tempo* (Eugène Delacroix, 1798–1863).

Proverbiologia. Eis 5 provérbios relativos ao tema: – “Vamos devagar, pois eu tenho pressa”. “Devagar se vai ao longe”. “Há que dar tempo ao tempo”. “A pressa é inimiga da perfeição”. “O maior erro é a pressa antes do tempo e a lentidão ante a oportunidade”.

Ortopensatologia. Eis 4 ortopensatas, citadas na ordem alfabética e classificadas em 2 subtítulos:

1. “**Paciência.** *Paciência é autodiscernimento*”. “A **paciência** diminui o tempo e encurta o espaço”. “Um dos caminhos abertos para a **autoimperturbabilidade** é a paciência sem fim”.

2. “**Progresso.** O **melhor progresso** é prático, objetivo e vivenciado”.

II. Fatuística

Pensenologia: o holopense pessoal gratulatório; os ortopenses; a ortopensenidade, em vez da patopensenidade monoideística; o traforismo pensênico; a ausência da ruminação pensênica exclusivamente na conquista final.

Fatologia: o apreço pelo processo; as dificuldades e problemas oportunizando as acelerações evolutivas; as crises existenciais podendo ser “trampolins” evolutivos; o autobeneficiamento perante as adversidades; os contrafluxos do percurso favorecendo os aprendizados; a desdramatização dos contrafluxos; a *inteligência evolutiva* em tirar proveito dos imprevistos; a relevância de cada instante da viagem proexológica; os esperados altos e baixos de qualquer proéxis;

a resignação lúcida perante as naturais interrupções na vida diária; a compreensão de a evolução ser processo infundável; o apreço pelo resultado favorecendo o apego patológico à linha de chegada almejada; o vício mórbido de viver na correria; a ansiedade podendo sinalizar falta de reconhecimento dos progressos pessoais e fixação no tempo futuro; a maturidade de saber curtir bons momentos com os compassageiros evolutivos; a importância de não antagonizar com ninguém ao longo da jornada; a compreensão frente às imaturidades alheias; a serenidade íntima de doar o tempo pessoal ao grupocarma familiar, sem impaciências; a limpeza dos rastros evolutivos patológicos; os pedágios evolutivos; o ato de saber usufruir da convivência social, tanto a sadia quanto a onerosa; o aprimoramento da autopesquisa a cada entrevero; o fato de as reciclagens íntimas serem processo de amadurecimento; a sensação de subnível sendo raiz etiológica de inúmeros autassédios; a ausência da sensação constante de estar em dívida; a aceitação do fluxo evolutivo sem carantonhas ou reclamações; a sapiência em lidar com os autotrafares, sem acomodação patológica; a antiprocrastinação; a postura autodesassediada de fazer o melhor a cada instante; a autoconfiança; os minirresultados diários desanuviando as pressões excessivas autoimpostas; o fim da autotiranias; a valorização de cada patamar evolutivo amealhado; a longa escada rumo ao compléxis sem contrariedades; a aceleração evolutiva passando pelo ato de abrir mão das certezas absolutas; a vida cotidiana sendo desafio de autaperfeiçoamento; os treinos diários pró-superação dos incômodos pessoais; o autodesassédio perante as limitações pessoais; o ato de fazer as pazes com o momento evolutivo atual; o apreço pelo agora; o apreço pelo processo passando pelo apreço por si próprio.

Parafatologia: a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; os trabalhos energéticos favorecendo a autoconscientização multidimensional (AM); a labilidade parapsíquica e emocional comprometendo o apreço pelo processo e, em consequência, a homeostase holossomática; o entendimento de os parafenômenos acontecerem no momento presente; a paraperceptibilidade podendo reduzir as angústias vinculadas ao futuro; os bloqueios parapsíquicos vinculados à fixação no futuro; o parapsiquismo sadio favorecendo o melhor proveito das experiências do dia a dia.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo reconhecimento-aproveitamento*.

Principiologia: o *princípio da valorização das experiências pessoais a cada pequeno degrau da caminhada evolutiva*.

Codigologia: o *código pessoal de Cosmoética (CPC)* no exame, listagem e apropriação de cada autoconquista; o *código pessoal de gratidão*.

Teoriologia: a *teoria da evolução consciencial* chancelando a ideia de o melhor momento ser o agora.

Tecnologia: a *técnica de apreciar os minifeitos evolutivos diários*.

Voluntariologia: o voluntariado interassistencial contribuindo para minimizar a angústia de viver preso aos resultados futuros.

Laboratoriologia: o *laboratório conscienciológico de Automentalsomatologia*.

Colegiologia: o *Colégio Invisível da Evoluciologia*.

Efeitologia: os *efeitos desestabilizadores da saúde holossomática de considerar, exclusivamente, o apreço pelo resultado*; os *efeitos holossomáticos salutarés da omnigratidão 24 horas*.

Ciclogologia: o *desgastante ciclo de auto e heterexigências*; o *revigorante ciclo de primenes* (cipriene).

Binomiologia: o *binômio ser-estar*.

Interaciologia: a *interação pacífica com a Cronêmica Evolutiva*.

Crescendologia: o *crescendo das colheitas evolutivas diárias*; o *crescendo da ressonância com o fluxo cósmico*; o *crescendo da autopacificação*.

Antagonismologia: o *antagonismo viver no passado / viver no presente*; o *antagonismo viver no futuro / viver no presente*; o *antagonismo egoísmo / altruísmo*; o *antagonismo saúde / doença*; o *antagonismo controle / relaxamento*.

Paradoxologia: o *paradoxo de menos poder significar mais*; o *paradoxo de mais poder significar menos*.

Politicologia: a política da autoconvivência sadia.

Legislogia: a *lei do maior esforço* aplicada à valorização dos resultados conquistados em todo o processo de crescimento íntimo.

Filiologia: a *homeostaticofilia*; a *conscienciofilia*; a *evoluciofilia*; a *conviviofilia*; a *auto-pesquisiofilia*; a *discernimentofilia*; a *interassistenciofilia*.

Fobiologia: a *cronofobia*; a *tanatofobia*; a *teleofobia*; a *cacorrafiofobia*.

Sindromologia: a *síndrome da pressa*; a *síndrome do ostracismo*; a *síndrome da menos-valia*.

Maniologia: a *mania* de ser mal-humorado; a *mania* de viver insatisfeito; a *mania* de ficar emburrado; a *mania* de querer tudo para ontem; a *mania* de residir no amanhã; a *mania* de assumir tarefas diárias humanamente impossíveis; a *mania* de considerar estar perdendo tempo, o tempo todo.

Mitologia: o *mito da conquista íntima fácil*; o *mito de Sísifo* ao identificar no dia a dia aparentemente repetitivo, significado e satisfação.

Holotecologia: a *evolucioteca*; a *cronoteca*; a *efemeroteca*; a *energoteca*; a *pensenoteca*; a *mentalsomatoteca*; a *interassistencioteca*; a *homeostaticoteca*.

Interdisciplinologia: a *Auto-Homeostaticologia*; a *Autocriticologia*; a *Mentalsomatologia*; a *Holossomatologia*; a *Conscienciofiliologia*; a *Consciencioterapeutiologia*; a *Psicossomatologia*; a *Cronologia*; a *Autodiscernimentologia*; a *Pacifismologia*; a *Evoluciofiliologia*.

IV. Perfilologia

Elencologia: a *conscin insatisfeita*; a *conscin reclamona*; a *conscin evoluciente*; a *conscin detalhista*; o *ser interassistencial*; o *ser desperto*.

Masculinologia: o *proexista*; o *amparador intrafísico*; o *intermissivista*; o *exemplarista*; o *voluntário*; o *escritor*; o *pesquisador*; o *autoconsciencioterapeuta*; o *conscienciómetra*; o *tenepepista*; o *completista*.

Femininologia: a *proexista*; a *amparadora intrafísica*; a *intermissivista*; a *exemplarista*; a *voluntária*; a *escritora*; a *pesquisadora*; a *autoconsciencioterapeuta*; a *conscienciómetra*; a *tenepepista*; a *completista*.

Hominologia: o *Homo sapiens autoconscientiotherapeuticus*; o *Homo sapiens proexologus*; o *Homo sapiens interconscientialis*; o *Homo sapiens desorientatus*; o *Homo sapiens rationalis*; o *Homo sapiens attentus*; o *Homo sapiens prioritarius*; o *Homo sapiens autolucidus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: apreço *teórico* pelo processo = a compreensão perante a Cronêmica Evolutiva, porém acompanhada de autoconflitos, ao modo de insatisfações, ansiedades e impaciências no dia a dia; apreço *teático* pelo processo = a ausência de autoconflitos perante a Cronêmica Evolutiva, refletida na acalmia íntima e no pleno aproveitamento do aqui-agora multidimensional.

Culturologia: a *cultura de valorizar as autovivências cotidianas*.

Antiansiosismo. A conscin desejosa de chegar mais rápido ao destino tende a ficar insatisfeita ao longo de todo o trajeto, despejando energias intoxicantes em si própria, no ambiente e nas pessoas. É terapêutico sair do próprio umbigão e aprender a ser útil aos outros.

Amparabilidade. Quem vive focado exclusivamente no resultado almejado, tende a enxergar predominantemente faltas e erros. Essas condutas pesam negativamente nas interrelações. A saída cosmoética é priorizar a interassistencialidade a cada encontro.

Profilaxiologia. Existe imensa diferença entre desfrutar e perder o *timing* interassistencial. O aprendizado de valorar as benesses da vida hoje, muitas vezes advém depois de inúmeras perdas. Investir na autorreflexão de 5 horas é prática terapêutica em busca da otimização desta vida intrafísica.

Autocriticologia. É terapêutico tanto se orientar pelos fatos, parafatos e resultados obtidos ao longo do tempo quanto valorizar a razão em detrimento das imaturidades do corpo emocional. Nem sempre o desejado é o melhor para si.

Dificultadores. Eis, dispostos em ordem alfabética, 10 fatores dificultadores do apreço pelo processo:

01. **Ansiedade.** A sensação de incapacidade em dar conta das experiências vindouras, gerando sofrimento na vida presente. *A falta de* autoconfiança.

02. **Autassédio.** As incansáveis dúvidas perante a capacidade de autodesassédio referente à própria história multiexistencial. *A falta de* autorrespeito.

03. **Autocobrança excessiva.** A miopia extrema diante das autoconquistas. *A falta de* inventariar a própria trajetória.

04. **Autossabotagem.** A sensação íntima de viver em eterna dívida, sem focar na terapêutica de ser útil a si ou aos outros. *A falta de* interassistencialidade.

05. **Egocentrismo.** O egoísmo corroendo a vivência de momentos altruístas e enriquecedores. *A falta de* empatia.

06. **Emocionalismo.** O automatismo pensênico da fuga de si próprio, favorecendo a ruminação dos problemas, em vez da busca pelas soluções. *A falta de* Higiene Consciencial.

07. **Medo.** A imaturidade de fazer *mais do mesmo* por medo dos desafios e possibilidades evolutivas. *A falta de* ousadia cosmoética.

08. **Subnível.** A convicção de estar sempre aquém do potencial pessoal. *A falta de* autorrealismo.

09. **Trafarismo.** O ato de focar somente nas falhas pessoais e alheias. *A falta de* trafo-rismo.

10. **Trauma.** A inabilidade de investir na resolução dos conflitos podendo ser a origem de estados conscienciais nosográficos. *A falta de* autenfrentamento.

Terapeuticologia. Eis, dispostos em ordem alfabética, 11 fatores favorecedores do apreço pelo processo:

01. **Acalmia.** *A valorização* da assunção íntima da condição de minipeça do maximecanismo evolutivo, nutrindo sinapses pró-imperturbabilidade.

02. **Acertos.** *A valorização* dos acertos e a desdramatização dos erros.

03. **Cronêmica.** *A valorização* de cada instante do processo evolutivo.

04. **Energia.** *A valorização*, sem adiamentos, do trabalho energético.

05. **Evolução.** *A valorização* das pequenas conquistas.

06. **Gratidão.** *A valorização* do sentimento de gratidão diante dos inúmeros aportes di-
ários.

07. **Limites.** *A valorização* de lidar, o quanto antes, com as limitações holossomáticas sem sobressaltos autassediadores.

08. **Presença.** *A valorização* da autoconsciência no aqui-agora multidimensional.

09. **Psicossoma.** *A valorização* da homeostasia psicossomática, sem autorrepressões ou fugas.

10. **Racionalidade.** *A valorização* da capacidade argumentativa, favorecendo a desconstrução das próprias falácias pró-acelerações e agitações anticosmoéticas.

11. **Sociabilidade.** *A valorização* de cada contato.

Protagonismo. A própria consciência atrai os cenários de vida, homeostáticos ou tortuosos, ao longo do processo aut-evolutivo. É salutar assumir, o quanto antes, a autorresponsabilidade pelas aut-experiências, diante do *puzzle* multiexistencial. É terapêutico considerar os compassageiros evolutivos partícipes dos psicodramas pró-autoqualificação íntima, pois todas as vivências possibilitam a autoconquista de melhor versão de si mesmo.

Omniconfluência. Cabe à consciência buscar o apreço pelas oportunidades de crescimento íntimo diante de cada percalço, pois objetivam a homeostase holossomática, quando superadas. Não é à toa o fato de a conscin ressonar em determinado contexto desafiador ou vivenciar cenários difíceis ao longo da vida.

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 o apreço pelo processo, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Aceleração da História Pessoal:** Evoluciologia; Homeostático.
02. **Ambição cosmoética:** Cosmoeticologia; Homeostático.
03. **Antiprocrastinação:** Autodiscernimentologia; Homeostático.
04. **Aproveitamento do tempo:** Autoproexologia; Homeostático.
05. **Aqui-agora multidimensional:** Paracronologia; Neutro.
06. **Autocompetitividade:** Autossuperaciologia; Neutro.
07. **Autocura pela vivência do agora:** Experimentologia; Homeostático.
08. **Bem-estar:** Homeostaticologia; Homeostático.
09. **Megafeito do minifeito diário:** Voliciologia; Neutro.
10. **Omniexpectativa:** Cosmovisiologia; Neutro.
11. **Primazia do agora:** Autolucidologia; Neutro.
12. **Ranque de prioridade:** Autexperimentologia; Homeostático.
13. **Saúde consciencial:** Homeostaticologia; Homeostático.
14. **Síndrome da pressa:** Parapatologia; Nosográfico.
15. **Valorização das autoconquistas:** Autevoluciologia; Homeostático.

O APREÇO PELO PROCESSO POSSIBILITA O APROVEITAMENTO DO AQUI-AGORA-JÁ, FAVORECENDO A HOMEOSTASE HOLOSSOMÁTICA, A AUTEVOLUTIVIDADE E A VIRTUOSIDADE NA INTERASSISTÊNCIA A CADA INSTANTE.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, possui apreço pelo processo? Sabe tirar proveito de cada momento evolutivo ou ainda vive algemado ao passado ou ao futuro? Quais as percepções autogratulatórias apreendidas no dia de hoje?

Filmografia Específica:

1. **Poder Além da Vida.** **Título Original:** *Peaceful Warrior*. **País:** EUA. **Data:** 2006. **Duração:** 120 min. **Gênero:** Drama. **Idade (censura):** 12 anos. **Idioma:** Inglês. **Cor:** Colorido. **Legendado:** Português; Inglês; & Espanhol (em DVD). **Direção:** Victor Salva; & Shalimar Reodica. **Elenco:** Scott Mechlowicz; Nick Nolte; Amy Smart; Paul Wesley; Ashton Holmes; B. J. Britt; Agnes Bruckner; & Ray Wise. **Produção:** Mark Amin; Robin Schorr; David Welch; & Cami Winikoff. **Direção de Arte:** Anthony Tremblay. **Roteiro:** Kevin Bernhardt. **Fotografia:** Sharone Meir. **Música:** Sebastian Arocha-Morton; & Bennett Salva. **Figurino:** Lynnette Meyer. **Edição:** Ed Marx. **Estúdio:** DEJ Productions; Sobini Films; MHF Zweite Academy Film; & Inferno Distribution. **Companhia:** Sobini Films. **Distribuidora:** Lions Gate Films; & Focus Filmes. **Sinopse:** Filme traz a história verídica de Dan Millman (Scott Mechlowicz), embasada no livro *Way of the Peaceful Warrior*, escrito pelo próprio Dan Millman. Talento ginasta adolescente, com o sonho de participar das Olimpíadas, rodeado por troféus, amigos, motocicletas e namoradas, fica impactado ao conhecer misterioso frentista

de posto de gasolina, apelidando-o de Sócrates (Nick Nolte). Depois de sofrer séria lesão, Dan conta com a ajuda de Sócrates e da jovem Joy (Amy Smart) para descobrir o quanto ainda tem a aprender, a fim de realizar os objetivos de vida.

Bibliografia Específica:

1. **Harris, Russ**; *Liberte-se: Evitando as Armadilhas da Felicidade (The Happiness Trap)*; trad. Helena Maria Andrade do Nascimento; 278 p.; 33 cap.; 1 esquema; 21 x 14 cm; br.; *Agir*; Rio de Janeiro; RJ; 2011; página 234.

2. **Vieira, Waldo**; *Léxico de Ortopensatas*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; CEAEC; & EDITARES; 3 Vols.; 2.084 p.; Vol. II; 1 *blog*; 652 conceitos analógicos; 22 *E-mails*; 19 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 17 fotos; glos. 7.518 termos; 1.811 megapensenes trivocabulares; 1 microbiografia; 25.183 ortopensatas; 2 tabs.; 120 *técnicas lexicográficas*; 19 *websites*; 28,5 x 22 x 13 cm; enc.; 2ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2019; páginas 1.424, 1.425 e 1.646.

L. R.