

AUTABASTANÇA PSICOSSOMÁTICA (AUTODISCERNIMENTOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. A *autabastança psicossomática* é o estado ou condição de autossatisfação, autossuficiência ou autodomínio emocional da conscin, homem ou mulher, ao observar em si a ausência da sensação de carência, material ou afetiva, em decorrência da certeza íntima de os recebimentos ou ausência de aportes, nesta vida intrafísica, estarem de acordo com o fluxo do Cosmos.

Tematologia. Tema central homeostático.

Etimologia. O primeiro elemento de composição *auto* provém do idioma Grego, *autós*, “eu mesmo; por si próprio”. A palavra *bastar* vem do idioma Latim Vulgar, *bastare*, “levar; suportar; bastar; ser bastante; ser suficiente”, e este do idioma Grego, *bastázo*, “levantar e levar um fardo”. Surgiu no Século XV. O segundo elemento de composição *psico* deriva do idioma Grego, *psykhé*, de *psykhé*, “alento; sopro de vida; alma”. O terceiro elemento de composição *soma* procede do mesmo idioma Grego, *soma*, “relativo ao corpo; o corpo humano em oposição a alma”. A palavra *psicossoma* apareceu em 1958.

Sinonimologia: 1. Autabastança emocional. 2. Autossuficiência psicossomática. 3. Autoqualificação psicossomática.

Cognatologia. Eis, na ordem alfabética, 24 cognatos derivados do vocábulo *abastança*: *abastada*; *abastado*; *abastamento*; *abastante*; *abastar*; *abastasia*; *abastásica*; *abastásico*; *abastecedor*; *abastecedora*; *abastecer*; *abastecida*; *abastecido*; *abastecimento*; *abasto*; *abastosa*; *abastoso*; *autabastância*; *bastança*; *bastante*; *reabastecer*; *reabastecida*; *reabastecido*; *reabastecimento*.

Neologia. As 3 expressões compostas *autabastança psicossomática*, *autabastança psicossomática mínima* e *autabastança psicossomática máxima* são neologismos técnicos da Autodiscernimentoologia.

Antonimologia: 1. Carência emocional. 2. Inconsistência afetiva. 3. Autossatisfação transitória. 4. Insatisfação cronicificada. 5. Fartura de bens.

Atributologia: predomínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto à holomaturescência da autopsicossomaticidade.

Megapensenologia. Eis 2 megapensesenones trivocabulares relativos ao tema: – *Autabastança: opulência intraconsciencial*. *Autabastança: autoconvívio megafraterno*.

Coloquiologia: – *Psicossoma esvaziado, mentalsoma liberado*.

II. Fatuística

Pensenologia: o holopensepe pessoal da maturidade autocognitiva; os ortopensepenes; a ortopensepenidade; os nexopensepenes; a nexopensepenidade; os neopensepenes; a neopensepenidade; os lucidopensepenes; a lucidopensepenidade; os evoluciopensepenes; a evoluciopensepenidade; o holopensepe da Autoconscienciometrologia.

Fatologia: a autabastança psicossomática; o entendimento de a falta de aportes ontem, poder ser ganho evolutivo hoje; a autobservância; a busca do autentendimento das entropias intraconscienciais; a identificação dos subterfúgios psicoemocionais; o autodidatismo; a reflexão íntima; a busca quanto ao entendimento do sincronismo cósmico; a condição de você ser legislador de si próprio; a eficácia autoconsciencioterápica; o ato de “juntar as pontas” durante atividades ou cursos realizados na *Associação Internacional de Conscienciometria Interassistencial* (CONSCIUS) e na *Organização Internacional de Consciencioterapia* (OIC); a reciclagem existencial (recéxis); a reciclagem intraconsciencial (recin); o grande momento da virada de mesa; o entendimento do detalhamento da programação existencial (proéxis); a reciclogenia; a aceleração da His-

tória Pessoal através da evitação da interprisão grupocármica comprometedora; o salto evolutivo; o acréscimo na *Ficha Evolutiva Pessoal* (FEP); o ganho evolutivo estabilizado; a benevolência e a benignidade internas refletindo no tratamento ao outro; a autovivência pacificadora do micro-universo consciencial; a magnitude da pacificação íntima; a interassistência otimizada.

Parafatologia: a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; os trabalhos bio-energéticos das dinâmicas interassistenciais parapsíquicas da *Comunidade Conscienciológica Cosmoética Internacional* (CCCI); o emprego constante do arco voltaico craniochacral; a introspecção para acesso ao paracérebro; os *insights* pontuais; a observância da mudança nas companhias extrafísicas; a saúde consciencial; a tenepes otimizada; a interassistencialidade maximizada; a ampliação da cosmovisão; o sábio controle do *Maximecanismo Multidimensional Interassistencial*; a Parapoliticologia esclarecendo o fato e / ou parafato de todas as consciências terem direitos e deveres, inclusive evoluir pelo esforço pessoal.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo autopensênico da pesquisa*; o *sinergismo conscienciometra–conscin-cobaia*; o *sinergismo consciencioterapeuta-evoluciente*; o *sinergismo intraconsciencial* adquirido pós-recin.

Principiologia: o *princípio de procurar sempre os motivos intraconscienciais dos desconfortos emocionais*; o *princípio da autopesquisa*; o *princípio conscienciológico de você ser ao mesmo tempo pesquisador e objeto de pesquisa*; o *princípio do posicionamento pessoal* (PPP) gerando mudanças pós-reciclagens.

Codigologia: o acréscimo de cláusulas evolutivas no *código pessoal de Cosmoética* (CPC); o *código pessoal vigente* (CPV), melhorado; o *código grupal de Cosmoética* (CGC), enriquecido.

Teoriologia: a *teoria da conscin-cobaia conscienciológica*; a *teoria da autoconsciencioterapia*; a *teoria da introspecção para resolver problemas*; as *teorias advindas das próprias experiências*.

Tecnologia: a *técnica do EV*; a *técnica do arco voltaico craniochacral*; a *técnica da autopesquisa conscienciométrica*; a *técnica da conscin-cobaia*; as *técnicas das abordagens dos conscienciométricas*; as *técnicas consciencioterápicas*; a *técnica do Conscienciograma*; a *técnica pessoal de introspecção*; a *técnica de elaboração do CPC*; as *técnicas conscienciológicas para sair da monovisão e adquirir a cosmovisão*.

Voluntariologia: os *voluntários da Conscienciologia*; o *exercício do voluntariado na função terapêutica*; a *eficácia da interassistencialidade nos encontros casuais entre voluntários na CCCI*.

Laboratoriologia: o *labcon*; o *laboratório conscienciológico do estado vibracional*; o *laboratório conscienciológico da sinalética energética*; o *laboratório conscienciológico da proéxis*; o *laboratório conscienciológico da Pensenologia*; o *laboratório conscienciológico da Cosmoeticologia*; o *laboratório conscienciológico da Parageneticologia*; o *laboratório conscienciológico da Mentalsomatologia*; o *laboratório conscienciológico da tenepes*; o *laboratório conscienciológico Acoplamentarium*.

Colegiologia: o *Colégio Invisível da Autopesquisologia*; o *Colégio Invisível da Psicosomatologia*; o *Colégio Invisível da Autodiscernimentologia*; o *Colégio Invisível da Cosmovisologia*.

Efeitologia: o *efeito evolutivo da autopesquisa*; o *efeito “eureka!” na identificação de megagargalo evolutivo*; o *efeito do autodiagnóstico da vez*; o *efeito da predisponência às reciclagens intraconscienciais*; o *efeito do CPC*; o *efeito benéfico de viver sem ter nada a reclamar*; o *efeito prazeroso de se sentir satisfeito(a) na vida*; o *efeito reconfortante da autabastança*.

Neossinapsologia: as *neossinapses da neopostura discernível, sem ranços seriexológicos*; as *neossinapses oriundas da autabastança afetiva*; as *neossinapses oriundas das respostas obtidas através do labcon aos autoquestionamentos dos próprios impulsos*; as *neossinapses*

adquiridas em relação à análise financeira satisfatória à proéxis; as neossinapses oriundas da vivência sem carências excessivas e perturbadoras.

Ciclogia: o ciclo aumento de discernimento–diminuição da emoção–transcendência da afetividade; o ciclo evolutivo de autorganização consciencial; o ciclo observar-analisar-interpretar-deduzir-concluir; o ciclo reflexão-entendimento-omnicatálise do momento; o ciclo evolutivo da consciência; o ciclo autexame-autopesquisa-autoconhecimento; o ciclo evolutivo do pré-serenão vulgar ao desperto.

Binomiologia: o binômio carência afetiva–autabastança psicossomática; o binômio conflitos internos–paz interior; o binômio desassossego-tranquilidade; o binômio autabastança–assistência saudável; o binômio qualidade de vida–autoconvívio sadio; o binômio cardiochakra exacerbado–desequilíbrio emocional.

Interaciologia: a interação consciencioterapia-conscienciometria; a interação intenção–automotivação pesquisística; a interação exemplarismo-verbação.

Crescendologia: o crescendo insatisfação obscura–autabastança; o crescendo devaneio-reflexão-neoideia; o crescendo inteligência emocional–inteligência evolutiva (IE); o crescendo de patamar evolutivo; o crescendo evolutivo emoção primária–sentimento elevado; o crescendo autoquestionamentos-autorretificação; o crescendo autabastança emocional–autotransafetividade.

Trinomiologia: o trinômio ilusão-esperança-desilusão; o trinômio trabalho-produção–autossatisfação; o trinômio projeto-planejamento-autorealização; o trinômio labcon-problemática-solucionática; o trinômio trafor-trafar-trafal; o trinômio objetivo-superação-autocompetição; o trinômio motivação-trabalho-lazer.

Polinomiologia: o polinômio crise de crescimento–autopesquisa–autenfrentamento–autabastança psicossomática; o polinômio autodistorções–autoilusões–autenganos–autodecepções; os insights advindos do polinômio compreender–apreender–solucionar–tranquilizar.

Antagonismologia: o antagonismo autabastança / carência permanente; o antagonismo autabastança / autodescontentamento; o antagonismo autabastança / sofreguidão; o antagonismo conscin large / conscin avarenta; o antagonismo bússola consciencial na direção certa / bússola consciencial sem ponteiro; o antagonismo mentalsoma / subcérebro abdominal; o antagonismo viver em sincronismo cósmico / viver por viver; o antagonismo cosmovisão / monovisão.

Paradoxologia: o paradoxo vida de opulência–carência emocional; o paradoxo de a conscin rica de coração (benignidade) ter, por vezes, vida penuriosa (pobreza).

Politicologia: a lucidocracia; a cognocracia; a conscienciocracia; a proexocracia (Cognópolis); a evoluciocracia; a discernimentocracia.

Legislogia: a lei da evolução consciencial por meio da autopesquisa laboriosa; a lei de causa e efeito.

Filiologia: a autopesquisofilia; a decidofilia; a conscienciometrofilia; a evoluciofilia; a reciclofilia; a neofilias; a recexofilia; a traforofilia; a voliciofilia; a autodiscernimentofilia.

Fobiologia: a algofobia; a sociofobia; a cacorrafiobia; a crometofobia; a ereutofobia; a hedonofobia; a monofobia; a panfobia.

Sindromologia: a síndrome da dispersão; a síndrome da ectopia afetiva (SEA); a síndrome da autovitimização; a síndrome do descarrilhamento consciencial; a síndrome do vazio existencial; a síndrome de Gabriela.

Maniologia: a mania de não se agradar de nada; a mania de achar tudo ruim; a mania de reclamar sempre; a mania de criticar sem analisar; a mania de se sentir o pior; a mania de não existir nada bom o suficiente para si; a mania de viver no passado; a nostomania; a mania de procrastinar as pesquisas evolutivas.

Holotecologia: a volicioteca; a psicossomatoteca; a conscienciometroteca; a consciencioterapeutoteca; a consciencioteca; a cognoteca; a experimentoteca; a energossomatoteca; a proexoteca; a pensenoteca; a evolucioteca.

Interdisciplinologia: a Autodiscernimentologia; a Autopriorologia; a Psicologia; a Intencionologia; a Autocriteriologia; a Conscienciometrologia; a Experimentologia; a Autopesquisologia; a Despertologia; a Conscienciologia; a Evoluciolgia.

IV. Perfilologia

Elencologia: a consciênçula; a conscin lúcida; a isca humana lúcida; o ser desperto; o ser interassistencial; a conscin enciclopedista; a conscin-cobaia; a conscin evolucionista.

Masculinologia: o autopesquisador; o professor de Conscienciologia; o conscienciômetra; o consciencioterapeuta; o evolucionista; o inversor existencial; o reciclante existencial; o autor-reeducador; o intermissivista; o proexistista; o paraconsciencioterapeuta; o paraconscienciômetra; o conscienciólogo.

Femininologia: a autopesquisadora; a professora de Conscienciologia; a conscienciômetra; a consciencioterapeuta; a evolucionista; a inversora existencial; a reciclante existencial; a autor-reeducadora; a intermissivista; a proexistista; a paraconsciencioterapeuta; a paraconscienciômetra; a consciencióloga.

Hominologia: o *Homo sapiens conscientiometra*; o *Homo sapiens conscientiotherapeuticus*; o *Homo sapiens reflexivus*; o *Homo sapiens recyclans*; o *Homo sapiens sanus*; o *Homo sapiens autoperquisitor*; o *Homo sapiens conscientiologus*; o *Homo sapiens mentalsomaticus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: autabastança psicossomática *mínima* = a certeza íntima do pré-serenão ao entender os aportes recebidos enquanto ditames evolutivos; autabastança psicossomática *máxima* = a certeza íntima do pré-serenão ao entender o não recebimento de aportes enquanto ditames evolutivos.

Culturologia: a cultura da Autopesquisologia; a cultura da autoconvivialidade sadia; a cultura da bem aventura consciencial; a cultura de estar de bem com a vida e a cada instante se sentir de bem com a vida.

Taxologia. Eis, por exemplo, em ordem alfabética, 10 condições nosológicas do micro-universo da conscin, homem ou mulher, a serem identificados e superadas para a conquista da autabastança psicossomática:

01. **Autovitimização:** a sensação de injustiça pelo fato de alguém ter errado conosco.
02. **Carência:** a sensação de abandono multiexistencial e multidimensional.
03. **Decepção:** a frustração pelo fato de não ter conseguido fazer algo de relevância na vida.
04. **Desamor:** a incapacidade de se doar, assistir.
05. **Desesperança:** a vontade de gritar “para o mundo, vou descer aqui!”.
06. **Desviacionismo:** a sensação da própria programação existencial estar ectópica.
07. **Egão:** os mecanismos de defesa do ego (MDEs), de sobreaviso.
08. **Ingratidão:** a falta de gratidão, o não reconhecimento da assistência recebida.
09. **Insatisfação:** o sentimento de vazio existencial.
10. **Queixa:** a irresponsabilidade pelo próprio bem-estar íntimo.

Autodecisão. O autodiscernimento consciencial faz a conscin alijar de si, por definitivo, da intraconsciencialidade, os mecanismos de defesa do ego, dispensáveis e secundários para a aut-evolução, tornando-se consciência disposta à assunção de novos valores.

Ganhos evolutivos. Eis, por exemplo, em ordem alfabética, 10 condições homeostáticas, à conscin, homem ou mulher, inversor (a) ou reciclante, passíveis de serem contabilizados no nicho de ganhos evolutivos pós-conquista da autabastança psicossomática:

01. **Autodiscernimento:** capacidade de analisar pensenes e ações com juízo crítico e racionalidade.
02. **Autossuperação:** avaliação positiva dos resultados de superação pessoal no momento evolutivo.
03. **Bem-aventurança:** constatação, olhando à volta, do desenrolar satisfatório da auto-proéxis.
04. **Cosmovisão:** saída da autominivisão para a autocosmovisão.
05. **Fraternismo:** experiências teáticas do megafraternismo.
06. **Fundamentação:** entendimento de o quesito faltante ontem poder ser autabastança hoje.
07. **Gratidão:** senso de gratidão a tudo e a todos.
08. **Interassistencialidade:** maior compreensão com os limites alheios.
09. **Pacificação:** bem-estar obtido na pacificação íntima, identificada.
10. **Satisfação:** plena satisfação dentro do contexto multiexistencial.

VI. Acabativa

Remissiolgia. 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 autabastança psicossomática, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Ajuizamento pessoal:** Autodiscernimentologia; Homeostático.
02. **Autodiscernimento afetivo:** Mentalsomatologia; Homeostático.
03. **Carência insatisfeita:** Autoproexologia; Neutro.
04. **Conscin multívola:** Parapatologia; Nosográfico.
05. **Cotejo intelectualidade-emocionalidade:** Contrapontologia; Neutro.
06. **Expressão conscienciométrica evolutiva:** Conscienciometrologia; Neutro.
07. **Meio de sobrevida:** Intrafisicologia; Neutro.
08. **Obsolescência psicossomática:** Psicossomatologia; Nosográfico.
09. **Predisponência à reciclagem:** Recexologia; Homeostático.
10. **Pseudobem:** Autodiscernimentologia; Nosográfico.
11. **Resiliência consciencial:** Holomaturologia; Neutro.
12. **Saúde emocional:** Autoconscienciometrologia; Homeostático.
13. **Sinergismo Conscienciometrologia-Consciencioterapia:** Sinergisticologia; Homeostático.
14. **Sobreposição mentalsomática:** Holomaturologia; Homeostático.
15. **Tranquilidade:** Serenologia; Homeostático.

O AJUIZAMENTO PESSOAL QUANTO À AUSÊNCIA DOS SENTIMENTOS DE CARÊNCIA EM RELAÇÃO A BENS MATERIAIS OU AFETIVOS POSSIBILITA A CONSOLIDAÇÃO DOS BENEFÍCIOS DA AUTABASTANÇA PSICOSSOMÁTICA.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, já identificou sentimentos causadores de desassossego psicoemocional, sejam de ordem afetiva ou material? Quais recursos considera serem efetivos em prol da autabastança psicossomática?

M. A.