

AUTOPENSENIDADE FLEXÍVEL (AUTOPENSENOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. A *autopensenidade flexível* é a qualidade, o ato ou o efeito da automanutenção dos pensamentos, sentimentos e energia maleáveis e desreprimidos, com o direcionamento de autesforços conscienciais para a homeostase holossomática e a consequente interassistencialidade lúcida, cosmoética e universalista.

Tematologia. Tema central homeostático.

Etimologia. O elemento de composição *auto* vem do idioma Grego, *autós*, “eu mesmo; por si próprio”. O vocábulo *pensamento* procede do idioma Latim, *pensare*, “pensar; cogitar; formar alguma ideia; pesar; examinar; considerar; meditar”. Surgiu no Século XIII. A palavra *sentimento* deriva também do idioma Latim, *sentimentum*, através do idioma Francês, *sentiment*, “sentimento; faculdade de receber as impressões físicas; sensação; conhecimento; fato de saber qualquer coisa; todo fenômeno da vida afetiva; emoção; opinião; bom senso”. Apareceu no Século XIV. O termo *energia* é proveniente do idioma Francês, *énergie*, derivado do idioma Latim, *energia*, e este do idioma Grego, *enérgeia*, “força em ação”. Surgiu no Século XVI. O termo *flexível* vem do idioma Latim, *flexibilis*, de *flexum*, supino de *flectere*, “curvar; dobrar; vergar”. Apareceu no Século XVII.

Sinonimologia: 1. Autopensenidade maleável. 2. Autopensenidade adaptável. 3. Autopensenidade versátil. 4. Autopensenidade ajustável. 5. Autopensenidade ágil. 6. Autopensenidade conciliável.

Neologia. As 3 expressões compostas *autopensenidade flexível*, *autopensenidade flexível incipiente* e *autopensenidade flexível veterana* são neologismos técnicos da Autopensenologia.

Antonimologia: 1. Autopensenidade rígida. 2. Autopensenidade inflexível. 3. Autopensenidade tesa. 4. Autopensenidade empedernida. 5. Autopensenidade tensa. 6. Autopensenidade inexorável. 7. Autopensenidade inadaptável. 8. Heteropensenidade flexível.

Estrangeirismologia: a *open mind*; o *elastic thinking*; o *modus ratiocinandi* expandível; a busca de *rapport* na interação com o outro; a reciclagem da personalidade *hard*; as consequências nocivas do *bullying* na personalidade rígida; o *soft approach*; o *peace making*.

Atributologia: domínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto à teática da autopensenidade cosmoética e interassistencial.

Megapensenologia. Eis 7 megapenseses trivocabulares relativos ao tema: – *Flexibilizemos nossos pensenes. Flexibilidade permite interassistencialidade. Flexibilidade: amortecedor consciencial. Imprevisibilidade requer flexibilidade. Flexibilidade: autotransigência sadia. Inflexibilidade indica imaturidade. Flexibilizar: conciliar interassistencialmente.*

Coloquiologia: o ato de *ter jogo de cintura*; o hábito de manter a *cabeça fria*.

Citaciologia. Eis duas citações contributivas à temática: – *Nem o mais forte nem o mais inteligente. Sobrevive o mais afeito às mudanças* (Charles Darwin, 1809–1882). *Viver é adaptar-se* (Euclides da Cunha, 1866–1909).

Proverbiologia. Eis 2 ditados populares relacionados ao tema: – “Não há que ser forte. Há que ser flexível”. “O bambu curva-se no vendaval para não quebrar”.

Ortopensatologia. Eis duas ortopensatas, citadas em ordem alfabética, pertinentes ao tema:

1. “**Elasticidade.** A **elasticidade pensênica**, capaz de levar a consciência às cosmovições, é desenvolvida por meio das autorreflexões”.

2. “**Mutação.** *Vida é mutação. Nem sempre sempre, nem nunca nunca*”.

II. Fatuística

Pensenologia: a autopenalidade flexível; o holopenalidade pessoal da flexibilidade cosmoética; o autabertismo neopenalítico; as neoperspectivas autopenalíticas; o holopenalidade pessoal do autodiscernimento; a autopesquisa da pensenização; a sustentação da retilinearidade autopenalítica; a neutralização dos exopenalidades patológicas; a fixação da autanciroopenalidade sadia nas *Centrais Extrafísicas* buscando conexão autorreciclogênica; os recicloopenalidades; a recicloopenalidade; a flexibilização da autopenalidade pelo autenfrentamento teático; os neopenalidades; a neopenalidade; os harmonopenalidades; a harmonopenalidade; os benignopenalidades; a benignopenalidade; os ortopenalidades; a ortopenalidade; a autorreducação pensênica.

Fatologia: a autodeterminação em eliminar a rigidez do temperamento; o senso de autorresponsabilidade inato sendo o traço-força dinamizador das reciclagens necessárias; a manutenção do bom humor diante dos inevitáveis contrafluxos existenciais; o exercício da paciência diante dos contratempos ou surpresas desagradáveis; os autesforços para vivenciar o abertismo consciencial; o ato de não remar contra a maré e manter a acalmia diante de forças intransponíveis; a predisposição ao diálogo desenvolvida na imprescindibilidade de socialização; a disponibilidade interassistencial para ouvir e aprender com o outro; a conduta de relevar o incômodo garantindo a Higiene Consciencial; o ato de abrir mão quanto a ter ou não razão; a gradativa superação do perfeccionismo dificultador das oportunidades evolutivas; a aplicação da holanálise para a cosmo-compreensão dos contextos; o ato de aprender a reconhecer os próprios erros; a autodisposição para abolir o raciocínio apriorístico; a eliminação da ruminação mental autassediadora; a extinção dos resquícios de traços monárquicos; o interesse teático contínuo pela autopesquisa; a consideração pela diversidade na interrelação conviviológica; o empenho para o desencouraçamento holossomático; o exercício físico necessário à flexibilidade holossomática; os cursos *Autorreestruturação Pensênica* e *Escola do Parapsiquismo* do *Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CE-AEC) estimulando a prática da interassistência; o controle da impulsividade; o acatamento à opinião divergente; o respeito aos contrargumentos do interlocutor objetivando consenso no debate; a submissão à autexposições consciencioterapêuticas; a autoconsciencioterapia; a autoconfrontação pela docência conscienciológica; a perseverança na manutenção da postura profilática da anti-queixa; a escolha pela antivitimização; o descarte paulatino do umbigão; o perdão antecipado; o exercício de “calçar os sapatos do outro”; a reconstrução cosmoética do autoafeto e da autaceitação em prol da prontidão interassistencial.

Parafatologia: o hábito de instalar o estado vibracional (EV) profilático; a autovivência do estado vibracional (EV) espontâneo; a mobilização básica das energias (MBE) contribuindo com a manutenção da psicofera saudável; o desapego e a eliminação dos bagulhos energéticos; o mapeamento da sinalética energética e parapsíquica pessoal; o circuito coronofrontoachacral; a prática da tenepes proporcionando a autoponderação; a assim; a desassim; a flexibilidade energossomática imprescindível para a autoprojetabilidade lúcida (PL); a dificuldade de conexão com o amparo extrafísico existente na personalidade rígida; a inspiração oportuna dos amparadores extrafísicos em momentos críticos.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o impacto positivo do *sinergismo querer-poder-fazer*.

Principiologia: o *princípio racional de não brigar contra os fatos*; o *princípio da convivialidade sadia*.

Codigologia: o *código pessoal de Cosmoética* (CPC) enquanto ferramenta favorecedora de recins; o *código cosmoético de boas maneiras* proporcionando a flexibilidade conviviológica.

Teoriologia: a *teoria do devir*; a *teoria da inteligência moldável*; a *teática da interassistencialidade*.

Tecnologia: a *técnica da imobilidade física vígil (IFV)*; a *técnica da tábula rasa*; a *técnica da intersecção*; a *técnica da autorreflexão de cinco horas*; a *técnica do câmbio da pensenidade*; a *técnica do sobrepairamento*; a *técnica do multiperspectivismo*; a *técnica da Higiene Mental*; a *técnica da ação pelas pequenas coisas*; as *técnicas dos exercícios físicos estimuladores da flexibilidade holossomática*.

Voluntariologia: o trabalho em equipe no *voluntariado conscienciológico* impulsionando o aprimoramento da maleabilidade autopenênica.

Laboratoriologia: o *laboratório conscienciológico da Autopenologia*; o *laboratório conscienciológico da Interassistenciologia*; o *laboratório conscienciológico da Autocosmoetiologia*; o *laboratório conscienciológico da Conviviologia*; o *laboratório conscienciológico da Autevoluciologia*; o *laboratório conscienciológico Serenarium*; o *laboratório conscienciológico da vida cotidiana diuturna*.

Colegiologia: o *Colégio Invisível da Pensenologia*; o *Colégio Invisível da Mentalsomatology*; o *Colégio Invisível da Conviviologia*; o *Colégio Invisível da Serenologia*; o *Colégio Invisível da Recexologia*; o *Colégio Invisível da Evoluciologia*; o *Colégio Invisível da Holomaturologia*.

Efeitologia: o *efeito positivo da ortopenenidade*; os *efeitos interassistenciais decorrentes dos esforços na ortoconvivialidade*; o *efeito terapêutico da tenepes*; o *efeito inteligente de reconhecer os próprios erros*.

Neossinapsologia: a autopenenidade flexível favorecendo neossinapses; a autopesquisa conscienciológica ampliando as *neossinapses evolutivas*; as *neossinapses geradas pelo desapego de padrões pensênicos enraizados*.

Ciclogia: o *ciclo virtuoso da paciência consigo próprio e com os outros*.

Enumerologia: a *elasticidade motora*; a *versatilidade energética*; a *agilidade cognitiva*; a *maleabilidade comportamental*; a *adaptabilidade convivial*; a *pluralidade ideativa*; a *docilidade afetiva*.

Binomiologia: o *binômio pensamento elástico–neoideias*; o *binômio admiração–discordância*; o *binômio flexibilidade mental–inteligência contextual*; o *binômio abrir mão–sobreparar*.

Interaciologia: a *interação plasticidade cerebral–neossinapses*; a *interação erro–aprendizado*; a *interação gentileza–apaziguamento*.

Crescendologia: o *crescendo rigidez–flexibilidade*; o *crescendo autocompreensão–heterocompreensão*; o *crescendo egopenenidade–interpenenidade*; o *crescendo hiper criticidade–traforismo*; o *crescendo imposições–concessões*; o *crescendo truculência–autopacificação teática*; o *crescendo discriminação–empatia*; o *crescendo paz íntima–paz geral*.

Trinomiologia: o sobrepujamento do *trinômio nosográfico rigidez–ansiedade–transtorno obsessivo compulsivo (TOC)*.

Antagonismologia: o *antagonismo permissividade / flexibilidade*; o *antagonismo assistência / acumplicimento*; o *antagonismo manutenção do foco / autopenenidade elástica*.

Paradoxologia: o *paradoxo de adotar o bom humor na adversidade*; o *paradoxo de manter a flexibilidade na autopenenização retilínea*; o *paradoxo de o temperamento rígido poder camuflar fragilidade emocional*; o *paradoxo de o erro poder ser terapêutico*.

Politicologia: a *psenocracia*; a *reciclocracia*; a *conscienciocracia*; a *assistenciocracia*; a *lucidocracia*; a *discernimentocracia*; a *evolucioocracia*.

Legislogia: a *lei da impermanência*; a *lei do maior esforço* aplicada à autorrenovação pensênica; a substituição da *lei de talião* pela *lei da interassistencialidade*.

Filiologia: a *debatofilia*; a *adaptaciofilia*; a *neofilia*; a *autocriticofilia*; a *conviviofilia*; a *recoxofilia*; a *recinofilia*; a *lucidofilia*.

Fobiologia: a *neofobia*; a *errofobia*; a *decidofobia*; a *conviviofobia*; a *fobia da mudança*; a *autexposiciofobia*; a *projeciofobia*.

Sindromologia: a *síndrome de Gabriela*; a *síndrome do pânico*.

Maniologia: a *libertação da controlemania*; a *abolição da egomania*.

Mitologia: a decadência do *mito de o pau nascido torto morrer torto*; a eliminação do *mito da perfeição*; o combate ao *mito da onipotência pessoal*; a refutação ao *mito de não se mexer em time ganhando*.

Holotecologia: a *pensenoteca*; a *mentalsomatoteca*; a *higienoteca*; a *interassistencioteca*; a *recexoteca*; a *convivioteca*; a *traforoteca*; a *cognoteca*.

Interdisciplinologia: a *Autopensenologia*; a *Autosuperaciologia*; a *Autodiscernimentologia*; a *Adaptaciologia*; a *Autorrecexologia*; a *Autorreeducaciologia*; a *Autocosmoeticologia*; a *Autoconsciencioterapia*; a *Autoparapercepciologia*; a *Autorrecinologia*.

IV. Perfilologia

Elencologia: a *conscin flexível*; a *conscin resiliente*; a *conscin pacifista*; a *conscin eutímica*; a *conscin malabarista*; a *conscin autorreflexiva*; a *conscin empática*; a *conscin antenada*; a *conscin lúcida*; a *conscin neofílica*; a *conscin zoofílica*; a *conscin apaziguadora*; a *conscin harmonizadora*; a *conscin transigente*; a *conscin tolerante*; a *conscin compatibilizadora*; a *personalidade eclética*; a *personalidade adaptável*; o *ser desperto*; o *ser interassistencial*.

Masculinologia: o *pensador*; o *conviviólogo*; o *conciliador*; o *negociador*; o *anticonflicto*; o *diplomata*; o *mediador*; o *professor*; o *amparador intrafísico*; o *reeducador autopen*; o *parapercepciologista*; o *pesquisador*; o *cientista*; o *proexista*; o *proexólogo*; o *reciclante intraconsciencial*; o *intermissivista*; o *exemplarista*; o *voluntário*; o *tenepessista*; o *projedor consciente*; o *epicon lúcido*; o *comunicólogo*; o *evoluciente*; o *completista*; o *universalista*; o *tertuliano*; o *teletertuliano*; o *evoluciólogo*; o *tocador de obra*; o *homem de ação*; o *Serenão*.

Femininologia: a *pensadora*; a *convivióloga*; a *conciliadora*; a *negociadora*; a *anticonflicto*; a *diplomata*; a *mediadora*; a *professora*; a *amparadora intrafísica*; a *reeducadora autopen*; a *parapercepciologista*; a *pesquisadora*; a *cientista*; a *proexista*; a *proexóloga*; a *reciclante intraconsciencial*; a *intermissivista*; a *exemplarista*; a *voluntária*; a *tenepessista*; a *projedora consciente*; a *epicon lúcida*; a *comunicóloga*; a *evoluciente*; a *completista*; a *universalista*; a *tertuliana*; a *teletertuliana*; a *evolucióloga*; a *tocadora de obra*; a *mulher de ação*; a *Serenona*.

Hominologia: o *Homo sapiens flexibilis*; o *Homo sapiens harmonicus*; o *Homo sapiens resiliens*; o *Homo sapiens recyclans*; o *Homo sapiens adaptabilis*; o *Homo sapiens autocriticus*; o *Homo sapiens neophilicus*; o *Homo sapiens interassistencialis*; o *Homo sapiens orthopensenicus*; o *Homo sapiens empathicus*; o *Homo sapiens cosmoethicus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: *autopen* flexível *incipiente* = a resultante de neoconquista da *conscin*, decorrente de autesforços conscienciais recinológicos recentes, com vistas a automanifestação equilibrada e saudável; *autopen* flexível *veterana* = a adquirida pela *conscin* ao longo da *seriéxis* e consolidada pela *teática* da *interassistencialidade lúcida* e *cosmoética*.

Culturologia: a *cultura da autopen* flexível; a *cultura de não violência*; a *cultura da convivialidade*; a *cultura da gentileza*; a *cultura do diálogo*; a *cultura do aprendizado nas adversidades*; a *cultura de paz*.

Caracterologia: Sob a *ótica da Interassistenciologia*, eis, na ordem alfabética, 20 características básicas ou traços desenvolvidos ou aprimorados pela *consciência interessada* em qualificar a *flexibilidade da autopen*:

01. **Adaptabilidade:** a *autodisposição* para as *mudanças necessárias*.
02. **Antidogmatismo:** a *vivência do princípio da descrença* (PD).
03. **Autabertismo:** o *acolhimento às novas ideias*.

04. **Autoanticonflitividade:** o esforço contínuo em evitar ou minimizar auto e heteroconflitos.
05. **Autocrítica:** a autavaliação e autanálise detalhadas, cosmoéticas, autênticas e cosmoviológicas da própria realidade consciencial.
06. **Autodeterminação:** a persistência no posicionamento pela interassistencialidade.
07. **Autodoação:** a dedicação do melhor da autoconsciencialidade em prol da heteropromoção evolutiva.
08. **Autoimperturbabilidade:** a condição íntima de equilíbrio, frente às realidades e pararealidades contingentes.
09. **Autolucidez:** a manutenção da clareza autopensênica.
10. **Autoortopensenidade:** a sustentação dos pensenes retos e cosmoéticos.
11. **Autopacificação:** a opção pela anticonflitividade.
12. **Autorracionalidade:** o uso do raciocínio, lógica e coerência nas auto e heteromanifestações.
13. **Despojamento:** o desapego das autoconvicções.
14. **Diplomacia:** a ponderação e habilidade nas interações conscienciais.
15. **Empatia:** a identificação e a benevolência com o outro.
16. **Heterocompreensão:** a ação de entender a dificuldade alheia.
17. **Interassistencialidade:** a teática da assistência interconsciencial.
18. **Neofilia:** a adaptabilidade ao novo.
19. **Omnicooperatividade:** o empenho em colaborar e atuar pelo bem de todos.
20. **Versatilidade:** a celeridade em se ajustar a novas circunstâncias.

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 autopensenidade flexível, indicados para a expansão das abordagens detalhadas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Abertismo consciencial:** Evoluciologia; Homeostático.
02. **Adaptabilidade:** Adaptaciologia; Neutro.
03. **Autabertismo neopensênico:** Neopensenologia; Homeostático.
04. **Autorreestruturação pensênica:** Autevoluciologia; Homeostático.
05. **Autorresiliência ao estresse evolutivo:** Autoimunologia; Homeostático.
06. **Autossuperação da inflexibilidade:** Autorrecinologia; Homeostático.
07. **Conscin resiliente:** Perfilologia; Homeostático.
08. **Cultura da resiliência:** Evoluciologia; Neutro.
09. **Flexibilidade cognitiva:** Multiculturologia; Neutro.
10. **Flexibilidade cosmoética:** Autocosmoeticologia; Homeostático.
11. **Flexibilização da autopensenidade:** Reciclogia; Homeostático.
12. **Leveza consciencial:** Traforologia; Homeostático.
13. **Resiliência consciencial:** Holomaturologia; Neutro.
14. **Rigidez consciencial:** Temperamentologia; Nosográfico.
15. **Soltura mentalsomática:** Experimentologia; Homeostático.

A AUTOPENSENIDADE FLEXÍVEL É ÊXITO DA CONSCIÊNCIA EMPENHADA NA INTERASSISTENCIALIDADE COSMOÉTICA DIANTE DAS IMPREVISIBILIDADES NO DIA A DIA, DAS REALIDADES E PARAREALIDADES DO COSMOS.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, empreende esforços com o intuito de auferir flexibilidade mental, emocional e energética em prol da interassistencialidade lúcida multidimensional? Já manifesta a flexibilidade autopensênica no cotidiano?

Bibliografia Específica:

1. **Martins**, Eduardo; *Higiene Consciencial: Reconquistando a Homeostase no Microuniverso Consciencial*; revisores Dayane Rossa; *et al.*; 396 p.; 6 seções; 36 subseções; 46 caps.; glos. 282 termos; 7 filmes; 59 refs.; 19 webgrafias; alf.; geo.; enc.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2017; páginas 213 a 220.
2. **Otsu**, Roberto; *A Sabedoria da Natureza: Taoísmo, I Ching Zen e Ensinos Essêncios*; 238 p.; 6 caps.; 3 *E-mails*; 1 esquema; 1 foto; 4 ilus.; 1 microbiografia; 1 sinopse; 3 *websites*; 14 refs.; 21 x 14 cm; br.; *Editora Ágora*; São Paulo, SP; 2006; páginas 84 a 88.
3. **Riso**, Walter; *A Arte de Ser Flexível: De uma Mente Rígida a uma Mente Livre e Aberta à Mudança*; trad. Marcelo Barbão; 184 p.; 7 caps.; 117 refs.; 21 x 14 cm; br.; *L&PM*; Porto Alegre, RS; 2013; páginas 20 a 60.
4. **Vieira**, Waldo; *Léxico de Ortopensatas*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 2 Vols.; 1.800 p.; Vols. I e II; 1 *blog*; 652 conceitos analógicos; 22 *E-mails*; 19 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 17 fotos; glos. 6.476 termos; 1.811 megapensenes trivocabulares; 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; 2014; páginas 573 e 1.119.

R. E. G.