

AUTOSSUPERAÇÃO DA INFLEXIBILIDADE (AUTORRECINOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. A *autossuperação da inflexibilidade* é o ato ou efeito de a conscin, homem ou mulher, autenfrentar, compreender, ressignificar, sobrepujar e eliminar a conduta disfuncional da intransigência ou rigidez pensênica, ao lidar com divergências interpessoais de pensamentos, opiniões, escolhas e comportamentos, por meio das reciclagens intraconscienciais, a fim de favorecer a autoqualificação assistencial evolutiva.

Tematologia. Tema central homeostático.

Etimologia. O elemento de composição *auto* vem do idioma Grego, *autós*, “eu mesmo; por si próprio”. O vocábulo *superação* deriva do idioma Latim, *superatio*, “ação de vencer; alcançar; conseguir”, de *superare*, “elevar-se acima de; superar-se”. Surgiu no Século XVI. O prefixo *in* procede também do idioma Latim, *in*, “em; a; sobre; sobreposição; aproximação; no interior de”. O termo *flexível* provém do mesmo idioma Latim, *flexibilis*, de *flexum*, supino de *flectere*, “curvar; dobrar; vergar”. Apareceu no Século XVII. A palavra *flexibilidade* surgiu no Século XVIII.

Sinonimologia: 1. Autossuplantação da inflexibilidade pensênica. 2. Autossobrepujamento da conduta intransigente. 3. Autorreeducação quanto à inflexibilidade. 4. Autorremoção das convicções absolutas. 5. Autorressignificação do holopensene rígido. 6. Autorreciclagem do temperamento inflexível. 7. Reperspectivação do autotrafar da inflexibilidade.

Neologia. Os 3 vocábulos *autossuperação da inflexibilidade*, *autossuperação mínima da inflexibilidade* e *autossuperação máxima da inflexibilidade* são neologismos técnicos da Autorrecinologia.

Antonimologia: 1. Automanutenção da rigidez pensênica. 2. Automimese da conduta inflexível. 3. Cultivo da automanifestação intransigente. 4. Conservação do temperamento inflexível. 5. Apreço pela inflexibilidade. 6. Estagnação consciencial. 7. Estagnação sináptica quanto à conduta inflexível.

Estrangeirismologia: a *open mind*; a Cosmoética regrando o *modus faciendi* e o *modus vivendi* da consciência lúcida; o *know-how* na autopercepção pensênica; o autoquestionamento *urbi et orbi*; a remoção do *modus operandi* ideativo anacrônico; o *modus ratiocinandi* flexível; o *upgrade* da maturidade conviviológica.

Atributologia: predomínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto à convivialidade cosmoética.

Megapensenologia. Eis 7 megapenses trivocabulares relativos ao tema: – *Evitemos posturas inflexíveis. Inflexibilidade impede ponderações. Postura rígida isola. Viver requer maleabilidade. Retificação evidencia flexibilidade. Consciências resolvidas flexibilizam. Flexibilidade impulsiona evolução.*

Ortopensatologia. Eis, em ordem alfabética, 4 ortopensatas relativas ao tema, classificadas em 3 subtítulos:

1. “**Flexibilidade.** Você vale a sua **flexibilidade cognitiva**”.
2. “**Inflexibilidade.** O pior da **pessoa apriorota** é a sua inflexibilidade de caráter”. “A pessoa inflexível sofre de **paralisia consciencial**”.
3. “**Respeito.** O **verdadeiro respeito** é não forçar o outro a pensar igual a você”.

II. Fatuística

Pensenologia: o holopensene pessoal da flexibilidade consciencial; a flexibilidade autopensênica; os egopenses; a egopensenidade; o empenho decisivo em alterar a autopensenidade retrógada; a autorreflexão sobre o holopensene repressor; a acalmia íntima para lidar com os contrapenses; a heterocrítica cosmoética à contrapensenidade; o ato de abrir mão da rigidez pensênica.

nica; a autoortopensenização em relação às pessoas, às coisas e a si mesmo; os ortopenses; a busca pela ortopensenidade; a conquista da pensenização cosmoética libertária; o holopense dos Serenões.

Fatologia: a autossuperação da inflexibilidade; a capacidade de alterar as próprias opiniões; a aceitação de não ser o(a) melhor em tudo; a abdicação ao ato de se ter sempre razão; a habilidade de adaptação aos imprevistos; o ato de abrir mão da autocobrança excessiva; a supressão da dificuldade em delegar; a ressignificação das autoconvicções arraigadas; o ato evolutivo de cortar as ideias fixas; o ato de abandonar o radicalismo; a anulação do preconceito; a ampliação da autolucidez; a autossuperação quanto ao procedimento do círculo vicioso; a evitação da expectativa exagerada gerando frustração; o apego irracional dispensado; a lucidez em abrir mão dos detalhes irrelevantes; a decepção mínima descartada; a ultrapassagem das cismas; a reatividade silenciosa superada; a renúncia ao desprezo; o autenfrentamento cosmoético sem auto e heterexclusão; a evitação do autoisolamento; o ato lúcido de combater o orgulho manifestado desde a infância; a retaliação ao ato repressor descartada; a eliminação lúcida do ato de se fechar em copas; o corte da altivez; o semblante sisudo eliminado; a atitude madura frente à contrariedade; o ato de conter a ajuda excessiva evitando controle; a evitação do controle excessivo gerador de autodescontrole; a eliminação do controle às manifestações alheias; a ressignificação do padrão de regras íntimas tido como universal; a superação da imposição de valores; os desentendimentos e as guerras em função da inflexibilidade (orgulho) desnecessários; a ação de descartar o egoísmo, a arrogância, a vaidade, a jactância e a autocracia; o rigor racionalístico objetivando maiores acertos; a atualização dos pensamentos, posicionamentos, comportamentos ultrapassados e antievolutivos; a flexibilidade com discernimento (antirrigidez); o autodesassédio mentalsomático; a flexibilidade propiciando o desenvolvimento da imperturbabilidade; a priorização da Cosmoética nas relações interpessoais; o ato de *baixar a guarda* nas interrelações conscienciais; a comunicação flexível; o ato de saber calar; o ato de não cobrar; a atitude pessoal madura sem exigir maturidade dos outros; o ato de informar, sem objetivo de convencer; a conduta autoimperdoadora; a concessão cosmoética; o ato heteroperdoador; o perdão antecipado; o exercício da gratidão constante a tudo e a todos; o respeito às singularidades; o respeito à liberdade irrestrita inerente à automanifestação consciencial; a flexibilidade para aceitar diferentes formas de manifestação; a flexibilidade convivial; o cultivo de amizades; o aprendizado advindo do compassageiro evolutivo; a flexibilidade potencializando a evolução consciencial; a compreensão megafraterna; a flexibilidade cosmoética.

Parafatologia: a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; a maleabilidade nas manobras energéticas; a qualificação do fluxo energético; a prevalência da flexibilidade no autodomínio energético; as desintoxicações energéticas geradas pela superação das autocobranças excessivas; o desvencilhamento das companhias extrafísicas imaturas; a remoção da rigidez mental estabelecendo a desconexão com guias amauróticos; o desenvolvimento do processo da assim-desassim e da flexibilidade holochacral sadia; a elasticidade, maleabilidade e soltura do energossoma gerando a flexibilidade energossomática favorecedora de maior acuidade parapsíquica; a flexibilidade energossomática predispondo à projetabilidade; a adaptação às mudanças repentinas do ambiente intrafísico sem interferências nas paravivências projetivas; o bom humor do amparador extrafísico desdramatizando o apego aos detalhes irrelevantes; o alerta impactante do amparador extrafísico à autorreflexão mnemônica; a ruptura projetiva favorecendo o autodiagnóstico das posturas egoicas; a retrocognição vexaminosa permitindo a identificação de possível raiz belicista da autoinflexibilidade; a resistência do projetor lúcido em reconhecer-se em contexto belicista; a retrocognição evidenciando o *modus operandi* da intransigência; o esbregue extrafísico à rigidez comportamental irrelevante e autassediadora; o corte cirúrgico do comportamento irreduzível; a clarividência evidenciando a postura inflexível de consciexes; a renitência dos assediadores extrafísicos em se manterem na psicossfera alheia; os nódulos psicossomáticos causados por falta de flexibilidade (reconciliação); os resquíios de traços intransigentes provenientes de retrovidas monárquicas; a paracompreensão da conduta inflexível ao participar do *Curso Reciclagem*

das *Posturas Monárquicas* (CEAEC); o autoparapsiquismo sendo o indicador da flexibilidade cognitiva multidimensional; a homeostase holossomática propiciando o acesso às *Centrais Extrafísicas*.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo da flexibilidade mental*; o *sinergismo coragem-resiliência* impulsionando a vontade de melhorar; o *sinergismo mentalsomaticidade-paraperceptibilidade* na superação dos gargalos evolutivos; o *sinergismo mudança de pensamento–mudança de comportamento*; o *sinergismo abertismo consciencial–flexibilidade autopensênica–hiperacuidade interassistencial*; o *sinergismo autossuperação–renovação consciencial*.

Principiologia: o *megaprincípio “nada substitui o esforço pessoal”*; o *princípio da adaptabilidade*; o *princípio de a aut-evolução requerer renovação incessante*; o *princípio cosmoético de objetivar e atuar pelo melhor para todas as consciências*; o *princípio do respeito ao livre arbítrio*; o *princípio “quem liberta se liberta”*.

Codigologia: o *código pessoal de Cosmoética (CPC)* sendo ferramenta determinante da recin; a mudança qualitativa do CPC aplicada à desconstrução das posturas inflexíveis.

Teoriologia: a *teoria do pensamento flexível e dinâmico*; a *teoria da automimese dispensável*; a *teoria dos esquemas mentais*; a *teoria da dissonância cognitiva*; a *teoria da inteligência evolutiva (IE)*.

Tecnologia: a *técnica de mais 1 ano de vida intrafísica* possibilitando aceleração das recins; a aplicação da *técnica da conscin-cobaia* auxiliando na superação aos pontos cegos pessoais; a *técnica da Higiene Consciencial*; a *técnica de pensenizar profundamente antes de agir*; a *técnica do sobrepassamento analítico*; a *técnica de atuar no contrafluxo das ideias assediadoras*; a *técnica da autorreflexão de 5 horas* como referencial para aumento do discernimento.

Voluntariologia: o *voluntariado conscienciológico* na qualidade de propulsor de atitudes resilientes.

Laboratoriologia: o *laboratório conscienciológico da imobilidade física vígil (IFV)*; o *laboratório conscienciológico da Autopensenologia*; o *laboratório conscienciológico da Auto-cosmoeticologia*; o *laboratório conscienciológico Serenarium*.

Colegiologia: o *Colégio Invisível da Cosmoeticologia*; o *Colégio Invisível da Tenepesologia*.

Efeitologia: o *efeito evolutivo da libertação do egocentrismo*; os *efeitos evolutivos das autocríticas profundas*; o *sobrepujamento dos efeitos antievolutivos anacrônicos dos mecanismos de defesas do ego (MDEs)*; os *efeitos da racionalidade do mentalsoma sobre o psicossoma*; os *efeitos das ponderações autorreflexivas na evolução consciencial*; os *efeitos sadios dos posicionamentos convergentes com a flexibilidade cosmoética*; o *efeito libertador da recin cirúrgica*.

Neossinapsologia: a *flexibilidade cosmoética geradora de neossinapses sadias*; as *neossinapses desconstrutoras de convicções autointoxicantes*; as *neossinapses geradas pelas reciclagens profundas resultantes da autossuperação de traumas atravancadores*; as *neossinapses geradas pelo convívio com diferentes formas de pensenizar*; as *neossinapses aceleradoras do comportamento homeostático*; a *reciclagem das retrossinapses abrindo espaço para as neossinapses*.

Ciclologia: o *ciclo autassédio-heterassédio* através do vício do pensamento; a *eliminação do ciclo vicioso das patomimeses multiexistenciais*; o *ciclo de desconstrução de retroideias estagnadoras*; o *ciclo autesforço-autoquestionamento-autorreflexão-autorretificação*; o *ciclo dos ajustes grupocármicos* proporcionado pelas concessões cosmoéticas.

Enumerologia: o *antiegocentrismo*; o *antiautoritarismo*; o *antianacronismo*; o *antiautomatismo*; o *antirradicalismo*; o *antiantagonismo*; o *antirreducionismo*. A *autorreflexão*; a *auto-cognição*; a *autorretificação*; a *autorretratação*; a *autolibertação*; a *autoconfiança*; a *automaleabilidade*.

Binomiologia: o *binômio apriorismo-apriorismose*; a *superação do binômio patológico egoísmo-orgulho*; a *eliminação do binômio nosográfico heterorrepressão-autorrepressão*; o *binômio pensamento inflexível–generalização autassediante*; o *binômio ego personalista–ego as-*

sistencial; o binômio *desapego–flexibilidade pensênica*; o binômio *autodiscernimento-autossuperação*.

Interaciologia: a autopesquisa quanto à *interação orgulho–preconceito–vício do pensamento*; a *interação mesmos procedimentos–mesmos resultados*; a *interação autodesconfiômetro–hiperacuidade evolutiva*; a *interação autolucidez-autocriticidade*; a *interação ortocognição-ortoconduta*; a *interação ser diferente–fazer diferente*; a *interação ordenação do microuniverso–autopacificação*.

Crescendologia: a terapêutica quanto ao *crescendo cronicificador da interpretação viciada a partir da presença de certezas absolutas sem verificabilidade*; o *crescendo patológico da manutenção de determinadas ideias preconcebidas através dos conflitos conscienciais*; o *crescendo exigência-concessão*; o *crescendo rigidez-flexibilidade*; o *crescendo abertismo consciencial–abrangência mentalsomática*.

Trinomiologia: o trinômio *Mesologia-Geneticologia-Parageneticologia* na influência ideativa; a eliminação do trinômio *patopensenidade-autassedialidade-antievolutividade*; o sobrepujamento do trinômio *irracionalidade-autocorrupção-autassédio*; o ato de abrir mão do trinômio *nosográfico ter razão-reivindicar-assediar*; o refinamento social através do trinômio *gratidão-gentileza-heteroperdoamento*; o trinômio *discernimento-lucidez-abertismo*; o trinômio *autodesapego-autoliberação-autobenignidade*.

Polinomiologia: o autesforço contra o polinômio *valores anacrônicos–atitudes incoerentes–comportamentos ilógicos–hábitos estagnantes*; o abandono do polinômio *emoções miméticas–posicionamento ultrapassado–comportamento contraproducente–autexpressão estagnada*; o polinômio *liberdade-respeito-responsabilidade-limite*; o polinômio *concessões-oportunidades-reposicionamentos-reconciliações*; o polinômio *pensar bem–querer bem–agir bem–viver bem*; o polinômio *neofilia-abertismo-experimentação-renovação*; o polinômio *flexibilidade-respeito–compreensibilidade-Cosmoética*.

Antagonismologia: o *antagonismo verdade absoluta / verdade relativa*; o *antagonsimo pensamento fechado (rigidez pensênica) / pensamento aberto (flexibilidade pensênica)*; o *antagonismo autorrigoriedade / autocomplacência*; o *antagonismo autocrenças / autexperimentação comprobatória antidogmas*; o *antagonismo consciência amplificada / consciência reprimida*; o *antagonismo brecha patopensênica / manutenção da ortopensenidade*; o *antagonismo matriz mental fixada ou apriorística / matriz mental flexível em atualização permanente*.

Paradoxologia: o *paradoxo da flexibilidade da pensenização retilínea*; o *paradoxo da fragilidade da rigidez*; o *paradoxo de a consciência poder ser vítima da própria pensenidade*; o *paradoxo do portador de cérebro saudável cheio de erros interpretativos viciados*; o *paradoxo da renúncia do próprio ego ser favorecedor, primeiramente, à própria consciência*; o *paradoxo da disciplina rígida libertadora*; o *paradoxo da conscin organizada nos mínimos detalhes pronta para a mudança radical instantânea*.

Politicologia: a *cosmoeticocracia*; a *democracia*; a *lucidocracia*.

Legislogia: a *lei do maior esforço evolutivo aplicado na vivência da autocoerência*; a *lei do maior esforço interassistencial aplicado à policarmalidade*.

Filiologia: a *autorreeducaciofilia*; a *ortopensenofilia*; a *cosmoeticofilia*; a *neofilia*; a *cognofilia*; a *reciclofilia*; a *evoluciofilia*.

Fobiologia: a *reciclagem da autocriticofobia*; a *liberação do medo do autenfrentamento*; a *eliminação da interaciofobia*.

Síndromologia: a *síndrome da apriorismose*; a *síndrome de Gabriela*; a *síndrome da perfeição*; a *síndrome do ansiosismo*; a *autointoxicação na síndrome da patopensenidade*; a *síndrome da subestimação*; a *síndrome da mesmice*.

Maniologia: a *ausência da apriorismomania*; a *mania de criticar sem antes ponderar as ideias alheias*; a *mania de ser do contra*; a *mania da prevalência das próprias ideias*; a *mania de pensar automaticamente de modo patológico*; o *sobrepujamento da autassediomania*; a *extinção da egomania*.

Mitologia: a desconstrução do *mito da mudança de patamar sem autocrítica*; a eliminação do *mito da evolução espontânea sem esforço*; a queda do *mito da autoimagem idealizada*; o descarte do *mito da certeza absoluta incontestável*; a anulação do *mito das verdades absolutas*.

Holotecologia: a recinoteca; a pensenoteca; a mentalsomatoteca; a interassistencioteca; a cosmoeticoteca; a grupocarmoteca; a evolucioteca.

Interdisciplinologia: a Autorrecinologia; a Intrafisicologia; a Autorreeducaciologia; a Autocosmoeticologia; a Autocogniciologia; a Mentalsomatologia; a Psicossomatologia; a Grupocarmologia; a Conviviologia; a Interassistenciologia; a Homeostaticologia; a Evoluciolgia.

IV. Perfilologia

Elencologia: a consciência autossuperadora; a conscin flexível; a conscin lúcida; a conscin resiliente; a conscin inabalável; a conscin aberta; a conscin pacífica; a isca humana lúcida; a conscin neofilica; a conscin traforista; a conscin autoimperdoadora; a conscin madura; o ser interassistencial; a conscin universalista; a conscin enciclopedista; o ser desperto.

Masculinologia: o acoplamentista; o agente retrocognitor; o amparador intrafísico; o atacadista consciencial; o autodecisor; o intermissivista; o cognopolita; o compassageiro evolutivo; o completista; o comunicólogo; o conscienciólogo; o conscienciômetra; o consciencioterapeuta; o macrossômata; o conviviólogo; o duplista; o duplólogo; o proexista; o proexólogo; o reeducador; o epicon lúcido; o escritor; o evoluciente; o exemplarista; o intelectual; o reciclante existencial; o inversor existencial; o maxidissidente ideológico; o autoimperdoador; o heteroperdoador; o tenepessista; o ofiexista; o parapercepciologista; o pesquisador; o projetor consciente; o sistemata; o tertuliano; o teletertuliano; o verbetólogo; o voluntário; o tocador de obra; o homem de ação.

Femininologia: a acoplamentista; a agente retrocognitora; a amparadora intrafísica; a atacadista consciencial; a autodecisora; a intermissivista; a cognopolita; a compassageira evolutiva; a completista; a comunicóloga; a consciencióloga; a conscienciômetra; a consciencioterapeuta; a macrossômata; a convivióloga; a duplista; a duplóloga; a proexista; a proexóloga; a reeducadora; a epicon lúcida; a escritora; a evoluciente; a exemplarista; a intelectual; a reciclante existencial; a inversora existencial; a maxidissidente ideológica; a autoimperdoadora; a heteroperdoadora; a tenepessista; a ofiexista; a parapercepciologista; a pesquisadora; a projetora consciente; a sistemata; a tertuliana; a teletertuliana; a verbetóloga; a voluntária; a tocadora de obra; a mulher de ação.

Hominologia: o *Homo sapiens flexibilis*; o *Homo sapiens adaptabilis*; o *Homo sapiens recyclans*; o *Homo sapiens autolucidus*; o *Homo sapiens reflexivus*; o *Homo sapiens homeostaticus*; o *Homo sapiens cosmoethicus*; o *Homo sapiens epicentricus*; o *Homo sapiens interassistens*; o *Homo sapiens orthopensenicus*; o *Homo sapiens holomaturologus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: autossuperação *mínima* da inflexibilidade = aquela cuja ressignificação do tragar foi diminuta, com reflexos pífios na autevolução; autossuperação *máxima* da inflexibilidade = aquela cuja ressignificação do tragar promoveu a reestruturação holopensênica, com aquisição de neossinapses maxifraternas.

Culturologia: a *cultura da flexibilidade* enquanto adaptação; a *cultura do desapego* aos conceitos enraizados e apriorísticos; a *cultura da reciclagem das ideias envelhecidas*; a *cultura da aquisição de neoideias*; a *cultura da aceitação das adversidades* enquanto oportunidades de crescimento; a *cultura do egocídio cosmoético contínuo*; a *cultura de dedicar-se à autevolução*;

a cultura da recin ininterrupta; a cultura da autoortopensenização; a cultura da Conviviologia Evolutiva.

Taxologia. Eis, em ordem alfabética, 25 tipos de inflexibilidade passíveis de se fazerem presentes nas manifestações observadas pela conscin predisposta à autossuperação:

01. **Adaptativa.**
02. **Afetiva.**
03. **Arrogante.**
04. **Antiassistencial.**
05. **Autocoercitiva.**
06. **Autômata.**
07. **Baratrosférica.**
08. **Belicista.**
09. **Comunicativa.**
10. **Controladora.**
11. **Egoística.**
12. **Energética.**
13. **Estrategista.**
14. **Familiar.**
15. **Grupal.**
16. **Intelectual.**
17. **Interrelacional.**
18. **Mental.**
19. **Mimética.**
20. **Multidimensional.**
21. **Perpetuadora.**
22. **Preconceituosa.**
23. **Psicopatológica.**
24. **Psicossomática.**
25. **Radical.**

Flexibilidade. Para suplantar a inflexibilidade é preciso desenvolver a capacidade de admitir a realidade sem criar barreiras, compreender as perspectivas e ideias diferentes provenientes de outras consciências, acolher as mudanças e responsabilidades, estar disposto(a) a mudar as próprias ideias, concepções ou enfoques perante novas situações.

Gargalologia. Sob a ótica da *Autopriorologia*, eis, por exemplo, na ordem alfabética, 17 tipos de barreiras evolutivas ou tráfegos relacionados à inflexibilidade, com as respectivas sugestões convergentes à autossuperação:

01. **Anacronismo:** a substituição de hábitos pensênicos, crenças e conceitos retrógrados por hábitos mentaissomáticos pró-evolutivos.
02. **Ansiedade:** a substituição da inquietude pela acalmia interior.
03. **Apego:** a substituição da incapacidade de abrir mão das próprias concepções pela autodisposição às mudanças de pontos de vista.
04. **Apriorismose:** a substituição do pensamento preconceituoso, de elementos prévios fixados sem exame e análise pela atuação mais autorreflexiva, ponderada e interassistencial.
05. **Arrogância:** a substituição do conjunto de padrões comportamentais imaturos, auto-concepção de pseudosuperioridade, autoritarismo, resistência para obedecer ordens e seguir regras, de não saber ouvir “não” pela conquista do altruísmo, fraternismo e assistencialidade.
06. **Autocorruptibilidade:** a substituição da atuação pessoal imatura autocorrupta pela ação proativa à autossuperação.
07. **Controle:** a substituição da predisposição à manipulação, repressão e desrespeito das manifestações alheias pela autorreflexão sincera na checagem da intenção nas interações.

08. **Dicotomia:** a *substituição* do pensamento simplista dicotômico pela reflexão sobre a pluralidade e complexidade, empregando a inteligência contextual.

09. **Distorção cognitiva:** a *substituição* da interpretação equivocada das adversidades pelo predomínio da análise crítica.

10. **Egocentrismo:** a *substituição* do posicionamento egoico pela aquiescência fraterna.

11. **Frustrações:** a *substituição* da imaturidade para lidar com o fracasso pela capacidade de resolver problemas e decepções gerados por expectativas egocêntricas.

12. **Isolacionismo:** a *substituição* do afastamento das ocorrências contextuais diferentes das próprias expectativas pelo enfrentamento ativo, racional e ponderado.

13. **Monovisão:** a *substituição* do reducionismo mental pelo abertismo à percepção e aprendizado com outras formas diferentes de pensar e agir.

14. **Neofobia:** a *substituição* do mecanismo autoprotetor de bloqueio de estímulos estressantes pela ousadia do enfrentamento autevolutivo.

15. **Orgulho:** a *substituição* do orgulho nas interrelações pela reciclagem intraconscien- cial e reestruturação holopensênica.

16. **Perfeccionismo:** a *substituição* dos padrões elevados inatingíveis pela admissão e resignificação dos erros e aprendizagem pelos acertos.

17. **Teimosia:** a *substituição* do ato de desejar resultados diferentes com ações iguais pela aquisição de neoposturas.

Benefícios. No âmbito da *Autorrecinologia*, eis, por exemplo, dispostos em ordem alfa- bética, 22 benefícios obtidos quando a inflexibilidade é superada:

01. **Abertismo consciencial.**
02. **Acalmia íntima.**
03. **Adaptabilidade contextual.**
04. **Ampliação de amizades.**
05. **Antiautoconflituosidade.**
06. **Autabnegação cosmoética.**
07. **Autoconfiança.**
08. **Autocriticidade aplicada.**
09. **Avanço autevolutivo.**
10. **Clareza de raciocínio.**
11. **Desapego libertário.**
12. **Equilíbrio emocional.**
13. **Espontaneidade interrelacional.**
14. **Expansão interassistencial.**
15. **Extrapolacionismos parapsíquicos.**
16. **Fluxo assistencial.**
17. **Inovação de posturas.**
18. **Intercooperação evolutiva.**
19. **Libertação consciencial.**
20. **Neopensenidade.**
21. **Prevalência do mentalsoma.**
22. **Qualificação das interrelações.**

VI. Acabativa

Remissiolgia. Pelos critérios da *Mentalsomatologia*, eis, por exemplo, na ordem alfabé- tica, 15 verbetes da *Enciclopédia da Conscienciologia*, e respectivas especialidades e temas cen- trais, evidenciando relação estreita com a autossuperação da inflexibilidade, indicados para a ex- pansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens inte- ressados:

01. **Apriorismose:** Parapatologia; Nosográfico.

02. **Autorresponsabilidade pensênica:** Autopensenologia; Homeostático.
03. **Autossuperação do orgulho:** Autoconsciencioterapia; Homeostático.
04. **Conscin controladora:** Parapatologia; Nosográfico.
05. **Conscin perfeccionista:** Parapatologia; Nosográfico.
06. **Couraça holossomática:** Parapatologia; Nosográfico.
07. **Egocentrismo compulsório:** Egologia; Neutro.
08. **Exercício do desapego:** Desapegologia; Homeostático.
09. **Flexibilidade autopenênica conscienciográfica:** Conscienciografologia; Homeostático.
10. **Flexibilidade cognitiva:** Multiculturologia; Neutro.
11. **Flexibilidade cosmoética:** Autocosmoeticologia; Homeostático.
12. **Flexibilização da autopenenidade:** Reciclologia; Homeostático.
13. **Resiliência consciencial:** Holomaturologia; Neutro.
14. **Rigorisidade:** Holomaturologia; Neutro.
15. **Teimosia:** Errologia; Nosográfico.

A AUTOSSUPERAÇÃO DA INFLEXIBILIDADE É CONDIÇÃO ESSENCIAL PARA DINAMIZAR A AUTEVOLUÇÃO LÚCIDA, POIS FAVORECE A PENSENIZAÇÃO COSMOÉTICA, AMPLIA AS INTERAÇÕES SADIAS E QUALIFICA A ASSISTÊNCIA.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, ainda apresenta sinais de inflexibilidade no comportamento? Qual tem sido o empenho lúcido empregado por você na autossuperação?

Filmografia Específica:

1. **Melhor é Impossível.** Título Original: *As Good as it Gets*. País: EUA. Data: 1997. Duração: 139 min. Gênero: Comédia romântica. Idade (censura): 14 anos. Idioma: Inglês. Cor: Colorido. Legendado: Inglês; Português; Espanhol; & Francês (em DVD). Direção: James L. Brooks. Elenco: Jack Nicholson; Helen Hunt; Greg Kinnear; Cuba, 33 Gooding Jr; Skeet Ulrich; Shirley Knight; Rosso Bleckner; Bibi Osterwald; Lupe Ontiveros; & Yeradley Smith. Produção: James L. Brooks; Bridget Johnson; & Kristi Zea. Desenho de Produção: Bill Brzeski. Direção de Arte: Philip Toolin. Roteiro: Mark Andrus; & James L. Brooks. Fotografia: John Bailey. Música: Hans Florian Zimmer. Montagem: Richard Marks. Cenografia: Clay A. Griffith. Companhia: TriStar Pictures; & Gracie Films. Outros dados: Oscar de Melhor Ator (Jack Nicholson) e de Melhor Atriz (Helen Hunt). Sinopse: Melvin Udall (Jack Nicholson) é escritor com transtorno obsessivo-compulsivo (TOC), grosseiro, sarcástico e isola-se dos vizinhos e de qualquer outra pessoa. O filme mostra a dificuldade do personagem nos relacionamentos sociais, em especial com o artista (Greg Kinnear), o vizinho e a garçonete (Helen Hunt).

Bibliografia Específica:

01. **Brown, Brené; A Coragem de Ser Imperfeito (Daring Greatly);** revisores Clarissa Peixoto; et al.; trad. Joel Macedo; 206 p.; 13 partes; 7 caps.; 14 notas; 76 refs.; 10 webgrafias; 16 x 23 cm; br.; Sextante; Rio de Janeiro, RJ; 2013; páginas 9 a 126.
02. **Chalita, Adriana; & Carvalho, Rose; Transtorno Obsessivo-Compulsivo: Uma Abordagem Conscienciológica;** Artigo; V Jornada de Saúde da Consciência & II Simpósio de Autoconsciencioterapia; Foz do Iguaçu, PR; 05-07.09.08; Conscientia; Revista; Trimestral; Ed. Especial; Vol. 12; N. 1; 2 E-mails; 16 enus.; 5 esquemas; 2 minicurrículos; 5 notas; 11 refs.; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; Janeiro-Março, 2008; páginas 74 a 87.
03. **Kremer, Silvana; Binômio Rigidez X Flexibilidade;** Artigo; Saúde Consciencial; Revista; Anuário; Ano 2; N. 2; 1 E-mail; 15 enus.; 1 microbiografia; 2 tabs.; 8 técnicas; 19 refs.; Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC); Foz do Iguaçu, PR; Setembro, 2013; páginas 31 a 43.
04. **Lima, Thaís; Consrigidus;** Artigo; I Congresso de Verponologia; Foz do Iguaçu, PR; 13-15.07.07; Conscientia; Revista; Vol. 11; N. 2-S. Seção: Painel; 1 E-mail; 8 enus.; 1 microbiografia; 6 técnicas; 10 refs.; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; Julho, 2007; páginas 93 a 97.
05. **Manfroí, Eliana; Resiliência Interassistencial: A Força do Exemplo;** Journal of Conscientiology; Revista; Trimestral; Vol. 9; N. 36; 4 enus.; 23 refs.; London / Foz do Iguaçu, PR; 2007; páginas 427 a 435.

06. **Martins, Eduardo; *Higiene Conscencial: Reconquistando a Homeostase no Microuniverso Conscencial***; revisoras Dayane Rossa; *et al.*; 396 p.; 6 seções; glos. 282 termos; 7 filmes; 59 refs.; 19 webgrafias; alf.; ono.; enc.; 2ª Ed.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2017; páginas 27, 30, 90 e 95.

07. **Orsborn, Carol; *A Arte da Flexibilidade: 100 Passos em Direção à Sabedoria e à Força num Mundo Cheio de Incertezas* (*The Art of Resilience, 100 Paths to Wisdom and Strength in an Uncertain World*)**; trad. Marcus Rogério Tavares Sampaio Salgado; 256 p.; 10 caps.; 21 x 14 cm; br.; Cultrix; São Paulo, SP; 1997; páginas 121 a 142.

08. **Riso, Walter; *A Arte de Ser Flexível: De uma Mente Rígida a uma Mente Livre e Aberta à Mudança***; trad. de Marcelo Barbão; 184 p.; 7 caps.; 117 refs.; 21 x 14 cm; br.; L&PM; Porto Alegre, RS; 2013; páginas 20 a 60.

09. **Vieira, Waldo; *Conscienciograma: Técnica de Avaliação da Consciência Integral***; revisor Alexander Steiner; 344 p.; 150 abrevs.; 106 assuntos das folhas de avaliação; 3 *E-mails*; 11 enus.; 100 folhas de avaliação; 1 foto; 1 microbiografia; 100 qualidades da consciência; 2.000 questionamentos; 100 títulos das folhas de avaliação; 1 *website*; glos. 282 termos; 7 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; Instituto Internacional de Projeciologia; Rio de Janeiro, RJ; 1996; página 209.

10. **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 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; página 489.

I. C. R.