

AUTOSSUPERAÇÃO DE CONFLITOS INTRACONSCIENCIAIS (EVOLUCIOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. A *autossuperação de conflitos intraconscienciais* é o ato ou efeito de a conscin, homem ou mulher, conhecer e aprender a gerenciar os antagonismos intrapsíquicos através de autorreflexão, autopesquisa, autodiscernimento, autenfrentamento, coragem e determinação, sanando a condição de estagnação evolutiva, conquistando o estado de pacificação íntima decorrente.

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 termo *conflito* procede igualmente do idioma Latim, *conflictus*, “choque; embate; encontro; combate; luta; peleja”, ligado ao verbo *confligere*, “combater; lutar; pelejar; confrontar; opor; comparar; bater com alguma coisa contra outra”. Apareceu no Século XVI. O prefixo *intra* provém do mesmo idioma Latim, *intra*, “dentro de; no interior; no intervalo de; durante; no recinto de; próximo ao centro; interiormente”. A palavra *consciência* origina-se igualmente do idioma Latim, *conscientia*, “conhecimento de alguma coisa comum a muitas pessoas; conhecimento; consciência; senso íntimo”, e esta do verbo *conscire*, “ter conhecimento de”. Surgiu no Século XIII.

Sinonimologia: 1. Autossuperação dos antagonismos intraconscienciais. 2. Desobscurecimento das desarmonias internas. 3. Assepsia das divergências intrapsíquicas.

Neologia. As 3 expressões compostas *autossuperação de conflitos intraconscienciais*, *autossuperação parcial de conflitos intraconscienciais* e *autossuperação total de conflitos intraconscienciais* são neologismos técnicos da Evolucioologia.

Antonimologia: 1. Aprisionamento aos antagonismos intraconscienciais. 2. Perpetuação dos autoconflitos. 3. Autaprisionamento consciencial. 4. Manutenção das incoerências intrapsíquicas. 5. Fuga ao autenfrentamento. 6. Rendição aos embates internos. 7. Incapacidade de administrar as desarmonias internas.

Atributologia: domínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto à holomaturescência da harmonia intraconsciencial.

Megapensanologia. Eis megapensene trivocabular relativo ao tema: – *Conflito: amor ausente*.

Ortopensatologia: – “**Conflitividade.** O **egoísmo** é a origem de todos os autoconflitos”.

II. Fatuística

Pensenologia: o holopensesne pessoal da autevolução lúcida; os evoluciopensesnes; a evoluciopensesnidade; os lucidopensesnes; a lucidopensesnidade; os reciclopensesnes; a reciclopensesnidade; os parapensesnes; a parapensesnidade; os xenopensesnes; a xenopensesnidade; os ortopensesnes; a ortopensesnidade; a perquirição e gerência sobre os autopensesnes; a identificação dos xenopensesnes; a xenopensesnidade; a busca de autonomia pensênica; a perseverança em alcançar e manter a reeducação pensênica; a metapensesnidade utilizada a favor de compreender a existência dos autembates.

Fatologia: a autossuperação de conflitos intraconscienciais; a escolha de mudar de atitude a partir de autanálise; a autorreconciliação íntima; o ato de não brigar consigo mesmo ao ficar evidente a própria manifestação consciencial; a reconciliação com os tráfares pessoais permitindo-se a autenticidade; a dor emocional ao se dar conta de conflitos latentes; a tentativa de esconder de si mesmo os incômodos internos; a decepção ao perceber as infantilidades denunciadoras da realidade intraconsciencial; a doença crônica podendo denunciar conflitos multiexistenciais;

a aprendizagem com os surtos de imaturidade diminuindo a recidiva nas tempestades emocionais; o “deixar vir” à tona as emoções denunciadoras de desequilíbrios íntimos; o reconhecimento das limitações pessoais; o sentir-se bem ao aceitar o próprio nível evolutivo; o apaziguamento ao admitir o fim da ilusão; o hábito da autorreflexão; o entendimento das próprias frustrações; a disposição para encarar os sintomas sutis das autoincoerências; o ato de eviscerar a si mesmo; a intimidade intraconscencial; o fato de não mais esperar por salvador para tomar as rédeas da própria vida; o abandono gradativo da postura de autovitimização; o fato de não exigir tanto do outro; o ato de libertar o outro; o desapego às mágoas; o abandono da postura de algoz de si mesmo; a percepção da utilização dos mecanismos de defesa do ego (MDEs); o abrir mão da pseudosse-gurança revelada na autoproteção despropositada; o aconselhamento e inspiração para ter visão mais positiva da vida; a priorização da aceleração da aut-evolução; o entendimento de o conflito ser parte do crescimento evolutivo; a autoconfrontação das autocorrupções; a opção lúcida pela incorruptibilidade; a desdramatização das experiências pessoais; o apaziguamento das autoincoerências; a gestão mentalsomática dos autoconflitos; a *inteligência evolutiva* (IE) utilizada a favor de si mesmo e do outro; a conquista de novos hábitos homeostáticos de comportamento; a habilidade em observar o próprio desempenho evolutivo; as experiências vividas, encaradas enquanto desafios e oportunidades evolutivas de aprendizagem e não ameaças; a paciência em esperar os resultados almejados; a confiança na própria capacidade de realizar mudanças importantes; a prática regular de ações prioritárias consideradas indispensáveis para a autotransformação; a vivência lúcida das emoções pessoais; o empenho pela autoconsciência; a conquista da saúde intraconscencial; a autolibertação consciencial.

Parafatologia: a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; a vivência lúcida quanto à multidimensionalidade sustentando a superação de autoconflitos; a autossuperação dos antagonismos remanescentes de vidas pretéritas; a intoxicação energética ao não encarar as auto-divergências; o não acumpliciamento com os exopenses intrusivos; o extrapolicionismo parapsíquico; o *rapport* com a condição homeostática de referência.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo automelhoria-continuismo*; o *sinergismo insatisfação-decisão-recin*; o *sinergismo autorreflexão-autoconhecimento-autorenovação*.

Princiologia: o *princípio do aproveitamento máximo do tempo evolutivo*; o *princípio de não pensar mal de ninguém*; o *princípio de não pensar mal de si mesmo*; o *princípio cosmoético* “aconteça o melhor para todos”.

Codigologia: o *código pessoal de Cosmoética* (CPC).

Teoriologia: a *teoria do pensene*; a *teoria do paradigma consciencial*; a *teoria da seri-éxis*.

Tecnologia: a *técnica do estado vibracional*; a *técnica da mobilização básica das energias* (MBE); a *técnica da tenepes*; a *técnica da desassim*; a *técnica gratificadora da aceleração de crise evolutiva*; a *técnica do autenfrentamento dos medos*; a *técnica da evocação do padrão homeostático de referência*; a *técnica da investigação do malestar*; a *técnica da terapia usada a favor das autorreconciliações*; a *técnica da visualização ampliando as conquistas pessoais*; a *técnica da autochecagem holossomática*; a *técnica da identificação dos pseudoganhos*; a *técnica do autaprimoramento*.

Voluntariologia: o *voluntariado conscienciológico*; o *voluntário autopesquisador do-cente*.

Laboratoriologia: o *laboratório conscienciológico da Autopensenologia*; o *laboratório conscienciológico da Autevoluciologia*; o *labcon pessoal*; o *laboratório conscienciológico do estado vibracional*.

Colegiologia: o *Colégio Invisível da Evoluciologia*; o *Colégio Invisível da Consciencio-terapeuticologia*; o *Colégio Invisível da Pensenologia*.

Efeitologia: o efeito das melhorias na Ficha Evolutiva Pessoal (FEP); o efeito multidimensional da manutenção de guerras íntimas; o efeito recinológico do autenfrentamento; o efeito desassediador do autoposicionamento anticonflitivo; o efeito benéfico de “abrir mão” do controle; o efeito da aceitação da própria condição evolutiva no bem-estar; o efeito de a autocompreensão levar à retomada da proéxis; o efeito da valorização dos relacionamentos interpessoais; o efeito da autocura no holossoma; o efeito recompensador da desdramatização; o efeito do abandono de ideias anacrônicas, autoconvicções disfuncionais e apriorismoses; o efeito da coragem evolutiva.

Neossinapsologia: as neossinapses resultantes das renovações pensênicas; as neossinapses oriundas dos autenfrentamentos; as neossinapses decorrentes da maturidade pensênica; as neossinapses advindas do autoposicionamento quanto a ser amparador de si mesmo; as neossinapses advindas do desprendimento às mágoas e ressentimentos; as neossinapses geradoras de autossustentabilidade pensênica; as neossinapses decorrentes do treino para vivenciar o olhar traforista.

Ciclogia: o ciclo autoobservação–autesforço–flexibilidade pensênica; o ciclo detecção das autocontradições–escrutínio dos mecanismos de defesa do ego–redirecionamento das atitudes; o ciclo interpretação–vitimização–recomposição–libertação–policarmalidade; o ciclo autinvestigação–autodiagnóstico–autenfrentamento–autossuperação; o ciclo crises de crescimento–evolução pessoal.

Enumerologia: o conflito não percebido; o conflito contido; o conflito disfarçado; o conflito identificado; o conflito aceito; o conflito trabalhado; o conflito resolvido.

Binomiologia: o binômio raiva-medo; o binômio medo-heterassédio; o binômio fuga-distanciamento; o binômio força de vontade–autodisciplina; o binômio autoconfrontação–auto percepção; o binômio autorreconciliação–autopacificação; o binômio fato–interpretação; o binômio evolução egocármica–evolução grupocármica; o binômio coragem–autossoerguimento; o binômio admiração–discordância; o binômio autaceitação–autapaziguamento; o binômio autassistência–interassistência; o binômio autoimperdoamento–heteroperdoamento.

Interaciologia: a interação autassédio–heterassédio; a interação busca honesta de autoconhecimento–resolução de autembates; a interação pensamento–sentimento–energia; a interação insatisfação–empenho nas mudanças íntimas.

Crescendologia: o crescendo do desenvolvimento parapsíquico; o crescendo da autoconscientização multidimensional (AM); o crescendo holopensene conturbado–autorreflexão–ortopenalidade; o crescendo coragem–perseverança–autovitória contínua; o crescendo reações pseudoprotetoras–compreensão intraconsciencial–ações cosmoéticas; o crescendo egocarma–grupocarma–policarma; o crescendo aplicação dos trafores ociosos–autenfrentamento das batalhas internas–reafirmação da proéxis; o crescendo distorções cognitivas–ampliação da autoconsciencialidade–autoconfiança; o crescendo autenfrentamento–autodesassédio.

Trinomiologia: a prática do trinômio autoinvestigação–autaceitação–autorremissão das patologias intraconscienciais; o trinômio trauma–mecanismos de defesa do ego–autocontradições; o trinômio autoconhecimento–autorreciclagem–autopenalidade hígida; o trinômio aqui–agora–já; o trinômio resolução–disposição–renovação; o trinômio decisões prioritárias–dedicação–tenacidade.

Polinomiologia: o polinômio transparência–honestidade–autenfrentamento–automelhoramento; o polinômio elaborar–reconhecer–compreender–perdoar; o polinômio autodeterminação–intencionalidade sadia–autassistência–renovação intraconsciencial.

Antagonismologia: o antagonismo autopreservação exagerada / autossegurança; o antagonismo autoconflagrações / aceleração da autevolução; o antagonismo assim / desassim; o antagonismo zona de conforto sadia / zona de desconforto patológica; o antagonismo entendimento intelectual / compreensão renovadora; o antagonismo autocura a menor / autocura a maior; o antagonismo pseudopreservação / anseio evolutivo; o antagonismo medo / autocrescimento; o antagonismo autacareação / pusilanimidade; o antagonismo loc interno / loc externo; o antagonismo autodesmotivação / automotivação; o antagonismo autaceitação / autembate; o antagonismo negatividade / positividade.

Paradoxologia: o paradoxo de o maior conflito poder produzir a maior autorreestruturação evolutiva; o paradoxo da aut-evolução incitar a heter-evolução; o paradoxo da aut-assistência favorecer a inter-assistência.

Politicologia: a conscienciocracia; a lucidocracia; a evolucionocracia; a meritocracia; a cognocracia; a discernimentocracia.

Legislogia: a lei do maior esforço evolutivo aplicada à desopressão das desarmonias intraconscienciais.

Filiologia: a conscienciofilia; a evolucionofilia; a autocogniciofilia; a cosmoeticofilia; a lucidofilia.

Fobiologia: a reciclofobia; a criticofobia; a aut-evolucionofobia; a autopesquisofobia.

Sindromologia: a profilaxia da síndrome da despriorização evolutiva; a eliminação da síndrome do infantilismo; a superação da síndrome da autovitimização.

Maniologia: a mania de não querer reconhecer as próprias emoções; a mania de manter o apego aos traumas pretéritos; a mania de ser o algoz de si mesmo; a mania de esperar o pior acontecer; a mania de se fechar ao heteroconvívio.

Mitologia: o mito da evolução sem autesforço; o mito de alcançar novo patamar evolutivo sem descortinar as próprias emoções; o mito de esperar que as dificuldades desapareçam de modo mágico; o mito da perfeição.

Holotecologia: a pensenoteca; a evolucionoteca; a discernimentoteca; a consciencioteca.

Interdisciplinologia: a Evolucionologia; a Autopensenologia; a Autodiscernimentologia; a Autocriticologia; a Autopesquisologia; a Autoparapercepciologia; a Autodesassediologia; a Autoconscienciometrologia; a Intraconscienciolgia; a Holomaturologia.

IV. Perfilologia

Elencologia: a conscin lúcida; a isca humana lúcida; o ser desperto; o ser interassistencial; a conscin enciclopedista.

Masculinologia: o completista; o conscienciólogo; o pesquisador; o proexistente; o evolucioniente; o exemplarista; o autodecisor; o tenepeessista; o parapercepciologista; o projetor consciente; o reciclante existencial; o inversor existencial; o verbetógrafo; o voluntário.

Femininologia: a completista; a consciencióloga; a pesquisadora; a proexistente; a evolucioniente; a exemplarista; a autodecisora; a tenepeessista; a parapercepciologista; a projetora consciente; a reciclante existencial; a inversora existencial; a verbetógrafa; a voluntária.

Hominologia: o *Homo sapiens conflictuosus*; o *Homo sapiens autopensenicus*; o *Homo sapiens evolutiens*; o *Homo sapiens autolucidus*; o *Homo sapiens autocognitor*; o *Homo sapiens mentalsomaticus*; o *Homo sapiens reflexivus*; o *Homo sapiens autocriticus*; o *Homo sapiens orthopensenicus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: autossuperação *parcial* de conflitos intraconscienciais = o sobrepujamento de antagonismos intrapsíquicos de modo inicial, com reconhecimento dos fatores geradores dos autoconflitos e implementação gradual de reciclagens íntimas para vencer a estagnação evolutiva; autossuperação *total* de conflitos intraconscienciais = a conquista da condição definitiva de harmonia íntima potencializadora de *upgrade* evolutivo.

Culturologia: a cultura da Aut-evolucionologia; a cultura da Autodiscernimentologia; a cultura da ortopensenização; a cultura da Interassistenciologia; a cultura da multidimensionalidade; a cultura da reciclagem intraconsciencial.

Consequências. Pelo enfoque da *Evoluciologia*, eis em ordem alfabética, 25 possíveis consequências evolutivas da autossuperação de conflitos intraconscienciais resultantes da aplicação da *técnica do autenfrentamento dos medos*:

01. **Apaziguamento íntimo.**
02. **Aproveitamento das oportunidades evolutivas.**
03. **Assunção de trafores.**
04. **Aumento da autestima.**
05. **Aumento do discernimento.**
06. **Aumento do fôlego da capacidade interassistencial.**
07. **Autodesassédio.**
08. **Autorreestruturação pensênica.**
09. **Autossegurança.**
10. **Cessaçã da drenagem das energias conscienciais.**
11. **Conquista de trafais.**
12. **Desbloqueios energéticos.**
13. **Desenvolvimento da *inteligência evolutiva*.**
14. **Desenvolvimento parapsíquico.**
15. **Maior lucidez nas tomadas de decisões.**
16. **Maior ortopenacidade.**
17. **Maior receptividade ao amparo.**
18. **Melhoria na autorganização.**
19. **Melhoria nas relações grupocármicas.**
20. **Mudança de patamar evolutivo.**
21. **Neossinapses favorecedoras de recins.**
22. **Pronto restabelecimento do equilíbrio após situações estressantes.**
23. **Recuperação de cons magnos.**
24. **Saúde holossomática.**
25. **Superação de trafares.**

Atitudes. Consoante a *Autorrecinologia*, eis, dispostos em ordem alfabética, 25 atitudes, condições ou atributos conscienciais para o auxílio na superação de conflitos intraconscienciais:

01. **Abandono do hábito de queixar-se.**
02. **Assunção da postura de ser amparador de si mesmo.**
03. **Assunção de autorresponsabilidades.**
04. **Autaceitação.**
05. **Autocriticidade sadia.**
06. **Autoposicionamento.**
07. **Autorganização.**
08. **Autorreconciliação.**
09. **Autorreflexão contínua.**
10. **Bom humor.**
11. **Coragem para o autenfrentamento.**
12. **Desapego.**
13. **Desdramatização.**
14. **Determinação.**
15. **Disciplina.**
16. **Flexibilidade pensênica.**
17. **Força de vontade.**
18. **Intencionalidade sadia.**
19. **Manter olhar mais positivo sobre si mesmo.**
20. **Ter olhar mais fraterno e empático sobre os outros.**
21. **Otimismo cosmoético.**
22. **Paciência.**

23. **Prática da metapensividade.**
24. **Prática de exercícios energéticos diários.**
25. **Prática regular de exercícios físicos.**

Tabelologia. Considerando-se o *antagonismo autacareação / pusilanimidade*, eis, em ordem alfabética, o cotejo de 20 traços benéficos e prejudiciais potencialmente presentes na consciência disposta à autacareação e na consciência pusilânime, em detrimento da conquista da superação dos autoconflitos:

Tabela – Cotejo Traços Benéficos / Traços Prejudiciais

N ^{os}	Traços Benéficos	Traços Prejudiciais
01.	Adaptabilidade	Inflexibilidade
02.	Assistencialidade	Autocentralização
03.	Autenticidade	Autocorruptibilidade
04.	Autocriticidade	Autodefensibilidade
05.	Cautela	Negligência
06.	Confiabilidade	Instabilidade
07.	Decidibilidade	Hesitabilidade
08.	Destemor	Covardia
09.	Detalhismo	Dispersividade
10.	Finalização	Procrastinação
11.	Foco	Desconcentração
12.	Objetividade	Devaneio
13.	Paciência	Ansiedade
14.	Pacificação	Litigiosidade
15.	Perseverância	Desistência
16.	Ponderabilidade	Impulsividade
17.	Positividade	Pessimismo
18.	Pragmatismo	Dramaticidade
19.	Responsabilidade	Descuido
20.	Segurança	Fragilidade

VI. Acabativa

Remissiologia. 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 autossuperação de conflitos intraconscenciais, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Autenfrentamento da insatisfação evolutiva:** Autodecidologia; Homeostático.
02. **Autenfrentamento do incômodo:** Consciencioterapia; Homeostático.

03. **Autoconflito:** Autoconflitologia; Neutro.
04. **Autoconflitometria:** Autoconscienciometrologia; Neutro.
05. **Autossuperação do medo:** Psicossomatologia; Homeostático.
06. **Autossuperação específica:** Experimentologia; Homeostático.
07. **Conflitograma:** Conflitologia; Neutro.
08. **Crescendo das autossuperações:** Crescendologia; Homeostático.
09. **Crise de crescimento:** Recexologia; Neutro.
10. **Decidofobia:** Parapatologia; Nosográfico.
11. **Distanciamento emocional:** Afetivologia; Neutro.
12. **Enfrentamento evolutivo:** Proexologia; Homeostático.
13. **Gargalo evolutivo:** Evoluciologia; Homeostático.
14. **Interação aceitação-autopacificação:** Holomaturologia; Homeostático.
15. **Megafeito do minifeito diário:** Voliciologia; Neutro.

**GRANDES CONQUISTAS ORIUNDAS DE PEQUENAS
VITÓRIAS SÃO GERADAS A PARTIR DA GRADATIVA
AUTOSSUPERAÇÃO DE CONFLITOS INTRACONSCIENCIAIS,
RESULTANDO NA AUTOMATURIDADE HOLOSSOMÁTICA.**

Questionologia. Você, leitor ou leitora, já é capaz de vasculhar e esmiuçar os próprios conflitos internos? Quais ações tem colocado em prática para reconhecê-los e superá-los?

Bibliografia Específica:

1. **Kabat-Zin, Jon.;** *Viver a Catástrofe Total: Como Utilizar a Sabedoria do Corpo e da Mente para Enfrentar o Estresse, a Dor e a Doença*; trad. Márcia Epstein; 704 p.; 36 caps.; 23 x 16 cm; br.; *Palas Athena*; São Paulo, SP; 2017; páginas 39 a 57 e 468 a 485.
2. **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; 2014; páginas 266 a 268.
3. **Idem;** *Léxico de Ortopensatas*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 2 Vols; 1.800 p.; Vol. I; 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 392.
4. **Idem;** *Manual dos Megapensenes Trivocabulares*; revisores Adriana Lopes; Antonio Pitaguari; & Lourdes Pinheiro; 378 p.; 3 seqões; 49 citações; 85 elementos linguísticos; 18 *E-mails*; 110 enus.; 200 fórmulas; 2 fotos; 14 ilus.; 1 microbiografia; 2 pontoações; 1 técnica; 4.672 temas; 53 variáveis; 1 verbete enciclopédico; 16 *websites*; glos. 12.576 megapensenes trivocabulares; 29 refs.; 1 anexo; 27,5 x 21 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; Cognópolis; Foz do Iguaçu, PR; 2009; páginas 140 e 324.

M. G. M.