

## **CARDIOCHACRA** (ENERGOSSOMATOLOGIA)

### **I. Conformática**

**Definologia.** O *cardiochakra* é o chacra, vórtex, ou centro energético situado na região do tórax, sobre o coração, relacionado com as atividades emocionais e com o funcionamento e vitalização dos pulmões e músculos cardíacos da conscin, homem ou mulher.

**Tematologia.** Tema central neutro.

**Etimologia.** O elemento de composição *cardio* vem do idioma Grego, *kardía*, “coração”. O vocábulo *chakra* deriva do idioma Sânscrito, *chakra*, “roda; círculo”.

**Sinonimologia:** 1. Chakra cardíaco. 2. Chakra do coração. 3. Chakra das emoções. 4. Núcleo de energia da afetividade. 5. Vórtice energético das emoções.

**Neologia.** O vocábulo *cardiochakra* e as duas expressões compostas *cardiochakra bloqueado* e *cardiochakra homeostático* são neologismos técnicos da Energossomatologia.

**Antonimologia:** 1. Coração. 2. Nucalchakra. 3. Mentalsoma. 4. Plexo solar.

**Estrangeirismologia:** o *heart chakra*; o *anahata*; o *chakra del corazón*; o chacra do *feeling*.

**Atributologia:** predomínio das percepções extrassensoriais, notadamente do autodiscernimento quanto à saúde energética e emocional.

**Coloquiologia:** o ato de *colocar o coração no que faz*.

### **II. Fatuística**

**Pensenologia:** o holopensene pessoal da Psicossomatologia; o holopensene pessoal das emoções; o holopensene dos sentimentos; o holopensene dos estados de ânimo; o holopensene da afetividade; o holopensene do acolhimento; o holopensene da compaixão; o holopensene da carência afetiva; o holopensene da manipulação consciencial; o holopensene do equilíbrio emocional; o holopensene da antiemocionalidade sadia; o holopensene da empatia; os energopensenes; a energopensenidade; a pensenidade do amor fraterno; o holopensene pessoal da megafraternidade instalado a partir do desenvolvimento do cardiochakra.

**Fatologia:** a saúde emocional alinhada às condições cardiochacrais; a relação entre o cardiochakra e a irrigação do coração; a importância do coração em todo o funcionamento do organismo, notadamente dos sistemas circulatório, linfático e imunológico; a relevância da correta respiração para a manutenção sadia do cardiochakra; a hipótese da relação entre o oxigênio e o cardiochakra; a somatização de estados emocionais patológicos, podendo gerar problemas respiratórios, cardíacos ou alergias; as dores físicas na região do peito em função do bloqueio do cardiochakra; a crença cultural de a expressão de emoções ser errada, vexatória ou demonstração de fraqueza; a ansiedade, o estresse e a depressão como consequências do acúmulo de emoções negligenciadas; os abusos, exageros e vícios como estratégia para evitar o autenfrentamento quanto aos processos emocionais; a busca por ajuda para a autoconscientização quanto às próprias emoções; a prática de exercícios cardiovasculares em prol da saúde física e energossomática; a autopesquisa psicossomática; a reeducação afetiva; a aplicação da vontade na superação da instabilidade emocional; a evitação das fugas emocionais; o desenvolvimento da sensibilidade sem sentimentalismos; a opção pelo autodesassédio; o equilíbrio emocional; o humor equilibrado; a pacificação íntima; a empatia, a compaixão; a generosidade; a gratidão; a vontade genuína de assistir; o desenvolvimento e manutenção das amizades evolutivas.

**Parafatologia:** o cardiochakra; a qualidade da cardiochacralidade influenciando nas companhias extrafísicas da conscin; as influências de eventos marcantes vivenciados em retrovidas; o bloqueio energético do cardiochakra em função dos travões emocionais; a intoxicação ener-

gética; a prática do estado vibracional (EV) profilático a fim de promover desbloqueios cardiochacrais; a influência das companhias extrafísicas do *passado*; as desassimilações simpáticas; a aplicação do estado vibracional visando a soltura do holochakra; o mapeamento dos bloqueios energéticos de base comocional; a autoconscientização multidimensional (AM); a compreensão dos impactos multidimensionais da instabilidade emocional; a retrocognição sendo ferramenta evolutiva para compreender a causa dos travões emocionais; o equilíbrio emocional refletindo na homeostase energossomática; as assimilações simpáticas cosmoéticas e interassistenciais potencializadas pela empatia; a doação de energias conscienciais saudáveis; o contato com amparadores extrafísicos na condição de amizades raríssimas.

### III. Detalhismo

**Sinergismologia:** o *sinergismo autopesquisa-autenfrentamento*; o *sinergismo Consciencioterapia-Autoconsciencioterapia*; o *sinergismo saúde energética-saúde emocional*.

**Princiologia:** o *princípio do equilíbrio holossomático*; o *princípio “isso também passa”*; o *princípio de ir até as últimas consequências* em favor da autocura.

**Codigologia:** o *código pessoal de Cosmoética (CPC)*; o *código de conduta social e parassocial*.

**Teoriologia:** a *teoria do autassédio emocional*; a *teoria da inteligência evolutiva (IE)*; a *teoria do pensene*; a *teoria do autodomínio consciencial*.

**Tecnologia:** a *técnica da Autoconsciencioterapia*; a *técnica da mudança de bloco pensênico*; a *técnica da autorreflexão de 5 horas*; a *técnica do Conscienciograma*; a *técnica da imobilidade física vígil (IFV)*.

**Voluntariologia:** a *interassistencialidade antiemocional* expressa a partir do *voluntariado conscienciológico*; o *desenvolvimento da inteligência emocional* na convivência com os colegas de voluntariado.

**Laboratoriologia:** o *laboratório conscienciológico da Autorganiziologia*; o *laboratório conscienciológico do estado vibracional*; o *laboratório conscienciológico da Autopensenologia*; o *laboratório conscienciológico da Psicossomatologia*.

**Efeitologia:** os *efeitos patológicos dos comocionalismos infantis*; os *efeitos da somatização das emoções reprimidas*; os *efeitos somáticos das autocondições energochacrais*; o *efeito das emoções negligenciadas gerando vícios*; o *efeito da tranquilidade íntima nas interrelações*.

**Neossinapsologia:** as *neossinapses necessárias para desenvolver o domínio energético sobre o cardiochakra*.

**Ciclologia:** o *ciclo mania-depressão*; o *ciclo erro-correção-acerto*; o *ciclo autoinvestigação-autodiagnóstico-autenfrentamento-autossuperação*.

**Binomiologia:** o *binômio instintividade-emocionalidade*; o *binômio admiração-discordância*; o *binômio autoimperdoamento-heteroperdoamento*; o *binômio autopesquisa-pacificação íntima*.

**Crescendologia:** o *crescendo expectativa-frustração-depressão*; o *cardiochakra saudável levando ao crescendo emoções-sentimentos elevados*.

**Trinomiologia:** o *trinômio eliminação da carência-afetividade sadia-amizade evolutiva*; o *trinômio aqui-agora-já*; o *trinômio motivação-trabalho-lazer*.

**Polinomiologia:** o *polinômio empatia-sobrepairamento-desdramatização-anticonflitividade*.

**Antagonismologia:** o *antagonismo repressão emocional / inteligência emocional*; o *antagonismo egoísmo / altruísmo*; o *antagonismo sentimentos elevados / emoções sombrias*; o *antagonismo ansiosismo / pacificação íntima*.

**Legislogia:** a *lei da ação e reação*; a *lei do maior esforço evolutivo*.

**Interdisciplinologia:** a *Energossomatologia*; a *Equilibriologia*; a *Psicologia*; a *Convivologia*; a *Discernimentologia*; a *Consciencimetrolologia*; a *Psicossomatologia*; a *Consciencioterapeuticologia*; a *Evoluciologia*; a *Proexologia*; a *Despertologia*; a *Mentalsomatologia*; a *Holomaturologia*; a *Cosmoeticologia*.

#### IV. Perfilologia

**Elencologia:** a conscin emocional; a pessoa emotiva; o indivíduo sentimental; a conscin afetiva; a conscin passional; a pessoa conflituosa; a conscin melindrada; a conscin magoada; a pessoa influenciável; a conscin-esponja; a conscin amorosa; a isca humana inconsciente; a isca humana lúcida; a conscin autopesquisadora; o ser interassistencial; a conscin benevolente; o ser desperto.

**Masculinologia:** o pré-serenão vulgar; o emotivo; o chorão; o romântico; o ansioso; o depressivo; o apaixonado; o manipulador; o ciumento; o mal humorado; o evoluciente; o compassageiro evolutivo; o querido; o acolhedor; o benfeitor; o altruísta; o generoso; o *paizão*; o *amigão*; o *bonzinho*; o bondoso; o filantropo; o solidário; o caridoso; o voluntário; o intermissivista; o tenepessista; o duplista; o autopesquisador; o projetor consciente; o verbetólogo; o amparador intrafísico.

**Femininologia:** a pré-serenona vulgar; a emotiva; a chorona; a romântica; a ansiosa; a depressiva; a apaixonada; a manipuladora; a ciumenta; a mal humorada; a evoluciente; a compassageira evolutiva; a querida; a acolhedora; a benfeitora; a altruísta; a generosa; a *mãezona*; a *amigona*; a *boazinha*; a bondosa; a filantropa; a solidária; a caridosa; a voluntária; a intermissivista; a tenepessista; a duplista; a autopesquisadora; a projetora consciente; a verbetóloga; a amparadora intrafísica.

**Hominologia:** o *Homo sapiens cardiochacralis*; o *Homo sapiens emotionalis*; o *Homo sapiens aequilibratus*; o *Homo sapiens autolucidus*; o *Homo sapiens harmonicus*; o *Homo sapiens intermissivista*; o *Homo sapiens truncatus*; o *Homo sapiens evolutiens*.

#### V. Argumentologia

**Exemplologia:** cardiochacra *bloqueado* = o exposto na manifestação emocional oscilante e infantil, com predomínio de dificuldades sociais, afetivas ou de expressão; cardiochacra *homeostático* = o exposto na manifestação estável e madura, com predomínio do equilíbrio emocional, pacificação íntima e sentimentos elevados.

**Culturologia:** a *cultura religiosa da repressão emocional*; a *cultura da afetividade*; a *cultura do autoconhecimento evolutivo*.

**Conviviologia.** A qualidade das *interações interconscienciais* tem relação direta com a maturidade emocional, consequentemente, a manifestação do cardiochacra exerce forte influência na construção e manutenção de relacionamentos na vida humana.

**Interprisões.** Pela *Parapatologia*, o egocentrismo, as expectativas desmedidas e a manipulação consciencial, frutos da manifestação cardiochacral imatura, dão origem a vínculos abusivos e destrutivos.

**Contraponto.** Dentro da *Holomaturologia*, a cardiochacralidade amadurecida envolve amor, confiança, aceitação, perdão, inspiração, bondade, compaixão, empatia, intercompreensão, pacificação, equilíbrio, harmonia e assistencialidade, confluindo para a ampliação social e parasocial de vínculos sadios, incluindo as amizades raríssimas.

**Parafisiologia.** O cardiochacra está localizado no ponto médio entre os 7 chacras principais, contando com 3 chacras abaixo (sexochacra, umbilicochacra e esplenicochacra) e 3 acima (laringochacra, frontochacra e coronochacra).

**Equilibrilogia.** A localização central promove ao cardiochacra funções primordiais de equilíbrio entre os chacras inferiores e superiores e ponte entre as manifestações intrafísica (instintividade e necessidades fisiológicas) e extrafísica (multidimensionalidade e mentalsomaticidade) da consciência.

**Desequilíbriologia.** Sob a ótica da *Autopesquisologia*, a origem do bloqueio ou desequilíbrio do cardiochakra pode estar associada aos exemplos apresentados em 7 grupos, em ordem alfabética:

1. **Energossoma:** o cascagrossismo; o desconhecimento quanto às sinaléticas energéticas parapsíquicas; a ausência de manobras energéticas buscando a soltura do holochakra; a ignorância quanto os impactos multidimensionais das energias de pessoas e ambientes.

2. **Mentalsoma:** o dogmatismo; o misticismo; o fanatismo; a falta de autodiscernimento; o acriticismo; o analfabetismo; a arrogância; a prepotência; a ignorância; a neofobia.

3. **Objetos:** o hábito de carregar objetos, dinheiro ou documentos no bolso esquerdo, sobre o peito; o ato de usar colares ou correntes capazes de gerar *rapport* negativo com outras consciências; a decoração de ambientes com objetos nostálgicos ou porta-retratos de amigos, familiares, parceiros ou parceiras dessorados.

4. **Paragenética:** as experiências emocionais traumáticas das retrovidas, não superadas; as reações emocionais imaturas com origem paragenética; a vivência multiexistencial mimética do *ciclo vítima-algoz*.

5. **Psicossoma:** o drama; a impulsividade; os choros excessivos; as brigas; a instabilidade emocional; os surtos de imaturidade; a depressão; as mágoas; os ressentimentos; as mudanças repentinas de humor.

6. **Relacionamentos:** as amizades tóxicas; as relações familiares doentias; os relacionamentos abusivos, paixões e desilusões amorosas.

7. **Soma:** a falta de exercícios físicos; a má alimentação; a drogadição; o tabagismo enfraquecendo os pulmões; os hábitos nocivos; os abusos e excessos; a quantidade e a qualidade insuficientes de sono; a ignorância quanto às frequências cardíacas e respiratórias; a falta de *check-ups* e exames periódicos para verificar o estado de saúde do coração e pulmões; a somatização de processos emocionais nocivos.

**Terapeuticologia.** No universo da *Evoluciologia*, eis 15 recursos terapêuticos ou instrumentos teáticos, dispostos em ordem alfabética, capazes de auxiliar na homeostase do cardiochakra:

01. **Afetividade:** as trocas afetivas regulares e o aprofundamento saudável dos vínculos conscienciais.

02. **Amizades:** o desenvolvimento e manutenção de amizades sadias, sinceras e interassistenciais.

03. **Autopesquisa:** o aprofundamento técnico, sistematizado e profissional quanto ao próprio temperamento, os processos emocionais, as reações básicas, a autoconscientização e reciclagem de traumas mal elaborados e os mecanismos de defesa do ego (MDEs).

04. **Cursos:** a participação em cursos de campo da Conscienciologia, buscando o desenvolvimento parapsíquico, o domínio energético e a interassistencialidade.

05. **Consciencioterapia:** o acompanhamento de consciencioterapeutas, amparadores intrafísicos aptos a auxiliar no aprofundamento da autopesquisa.

06. **Duplismo:** a constituição de dupla evolutiva (DE), impactando positivamente em todas as áreas da vida humana e trazendo estabilidade emocional-afetiva-sexual.

07. **Energossomática:** a aplicação de manobras energéticas, visando a soltura do holochakra e o domínio energético; a pulsação dos chacras; a circulação fechada de energias; a exteriorização de energias conscienciais; o encapsulamento energético; a assimilação e desassimilação simpática; a instalação do estado vibracional.

08. **Exercícios:** a prática de atividades físicas visando o fortalecimento muscular e liberação de hormônios, a exemplo da endorfina, geradora de sensação de bem-estar e diminuição do *stress*, da ansiedade e de sintomas depressivos.

09. **Gratidão:** o exercício lúcido e sincero da gratidão sendo poderosa ferramenta para aceitação e reinterpretação de eventos, ajudando a compreender toda e qualquer situação vivenciada enquanto oportunidade evolutiva.

10. **Interassistencialidade:** o desenvolvimento da postura interassistencial nas interações cotidianas, com o olhar voltado para as necessidades e demandas do outro; a cone-

xão lúcida e madura através do cardiochakra proporcionando empatia, intercompreensão, sintonia, bondade, compaixão, benevolência, generosidade, altruísmo e disponibilidade assistencial.

11. **Mentalsomática:** o estudo, a leitura e a escrita como ferramentas essenciais ao aprofundamento nos conhecimentos e autopesquisas das emoções.

12. **Perdão:** o exercício sincero e autêntico do perdão, visando a ressignificação de vínculos conscienciais e a minimização dos travões emocionais gerados pelas interpretações grupocármicas.

13. **Projetabilidade:** a vivência de projeções lúcidas e o desenvolvimento da estabilidade de pensênica na dimensão extrafísica.

14. **Respiração:** o estudo e a aplicação de técnicas e exercícios de respiração, proporcionando pacificação íntima, diminuição da ansiedade e fortalecimento das atividades pulmonares.

15. **Tecnicidade:** a aplicação recorrente de *técnicas evolutivas* visando a saúde emocional, ao modo da tenepes, relaxação psicofisiológica e tábula rasa consciencial.

## 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 cardiochakra, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores interessados:

01. **Autassédio emocional:** Autassediologia; Nosográfico.
02. **Autorrepressão emocional:** Parapatologia; Nosográfico.
03. **Autossuperação do emocionalismo:** Mentalsomatologia; Homeostático.
04. **Buscador de emoções:** Perfilologia; Nosográfico.
05. **Chakra da Terra:** Energosferologia; Homeostático.
06. **Conscin emocional:** Psicossomatologia; Nosográfico.
07. **Desinibição laringochacral:** Comunicologia; Neutro.
08. **Expressão energética:** Energossomatologia; Neutro.
09. **Ferida emocional:** Consciencioterapeuticologia; Nosográfico.
10. **Memória emocional:** Mnemossomatologia; Neutro.
11. **Personalidade emocionalmente instável:** Nosologia; Nosográfico.
12. **Refém do cardiochakra:** Psicossomatologia; Nosográfico.
13. **Saúde emocional:** Autoconscienciometrologia; Homeostático.
14. **Saúde energética:** Autoconscienciometrologia; Homeostático.
15. **Saúde parapsíquica:** Autoconscienciometrologia; Homeostático.

## **NEGLIGENCIAR, IGNORAR OU REPRIMIR OS PROCESSOS CARDIOCHACRAIS IMPEDE O DESENVOLVIMENTO PLENO DA CONSCIÊNCIA. A EVOLUÇÃO CONSCIENCIAL NÃO PULA ETAPAS. PRIORIZEMOS A SAÚDE EMOCIONAL.**

**Questionologia.** Você, leitor ou leitora, já identificou o nível de manifestação do cardiochakra pessoal? Quais têm sido as ações para ampliar a maturidade emocional?

### **Bibliografia Específica:**

1. **Harding, Jennie;** *Secrets of Chakras*; 224 p.; 6 caps.; editora *The Ivy Press Limited*; *Librero b.v.* (edición Española); Kerkdriel, Países Baixos; 2018; páginas, 68, 70, 74, 137, 186 e 204.
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; página 190.
3. **Idem;** *200 Teáticas da Conscienciologia: Especialidades e Subcampos*; 260 p.; Instituto Internacional de Projeziologia; Rio de Janeiro, RJ; 1997; página 104.

4. **Idem; 700 Experimentos da Conscienciologia;** 1.058 p.; 40 seções; 100 subseções; 700 caps.; 147 abrevs.; 1 cronologia; 600 enus.; 272 estrangeirismos; 2 tabs.; 300 testes; glos. 280 termos; 5.116 refs.; alf.; geo.; ono.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; *Instituto Internacional de Projeciologia*; Rio de Janeiro, RJ; 1994; página 342.

S. C. H.