

## INTERAÇÃO GRATIDÃO-PERDÃO (CONVIVIOLOGIA)

### I. Conformática

**Definologia.** A *interação gratidão-perdão* é o conjunto de influências multidimensionais recíprocas, vivenciadas pela conscin ou consciex, entre o sentimento gratulatório no reconhecimento de aportes e benesses recebidos e o processo de heterocompreensão e heteroperdoamento.

**Tematologia.** Tema central homeostático.

**Etimologia.** O prefixo *inter* vem do idioma Latim, *inter*, “no interior de 2; entre; no espaço de”. A palavra *ação* procede também do idioma Latim, *actio*, “ação; movimento; feito; obra; negócio; direito de proceder judicialmente; processo; auto; discurso; enredo”, e esta de *agere*, “obrar; agir”. Apareceu no Século XIII. O termo *interação* surgiu no Século XX. O vocábulo *gratidão* vem do idioma Latim, *gratitudo*, “gratidão”. Apareceu em 1543. A palavra *perdão* vem do idioma Latim Medieval, *perdonet*, “que ele perdoe”, e esta de *perdonare*, “perdoar; desculpar”. Surgiu no Século XIII.

**Sinonimologia:** 1. *Interação reconhecimento de benesses-perdão*. 2. Bissociação interativa gratidão-perdão.

**Neologia.** As 3 expressões compostas *interação gratidão-perdão*, *interação básica gratidão-perdão* e *interação avançada gratidão-perdão* são neologismos técnicos da Convivioologia.

**Antonimologia:** 1. *Interação ingratitude-imperdoamento*. 2. Bissociação desaproveitamento de aportes-ruminação de mágoas.

**Estrangeirismologia:** os *social effects* da prática gratulatória; o *coping gratefully*; o *counting blessings*; o fato de o *fake it until you make it* não se aplicar ao perdão; o momento de *detach of the trauma*; o *turning point* da libertação grupocármica; o *upgrade* evolutivo; o *move on*; o *pay it forward*.

**Atributologia:** predomínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto à holomaturidade evolutiva pessoal.

**Megapensenologia.** Eis 4 megapensenes trivocabulares relativos ao tema: – *Perdão requer lógica. Gratidão amplia cognição. Perdão: escolha mentalsomática. Gratidão: escolha evolutiva.*

**Citaciologia.** Eis citação pertinente ao tema: – *Entre o estímulo e a resposta há um espaço. Neste espaço está nosso poder de escolher nossa resposta. Na nossa resposta está nosso crescimento e nossa liberdade* (Viktor Frankl, 1905–1997).

**Ortopensatologia.** Eis 3 ortopensatas, citadas em ordem alfabética e classificadas em 2 subtítulos:

1. “**Gratidão.** Não somente o perdão antecipado, mas a **gratidão antecipada** é postura inteligente a ser adotada permanentemente pelas conscins intermissivistas”. “Quanto mais evoluída a **consciência**, maior o grau de gratidão”.

2. “**Perdão.** O perdão é o **primeiro acerto** manifesto quanto ao erro da inexperiência alheia”.

### II. Fatuística

**Pensenologia:** o holopensene pessoal gratulatório e heteroperdoador; os benignopenses; a benignopensenidade; o aperfeiçoamento da autopensenidade refletido pela teática pessoal; os harmonopenses, a harmonopensenidade; os convivioenses; a convivioensenidade; os evolucionopenses; a evolucionopensenidade; os fraternopenses; a fraternopensenidade; os ortopenses; a ortopensenidade crescente promovida pela vivência teática da gratidão e do perdão.

**Fatologia:** a gratidão se iniciando pelo reconhecimento da oportunidade da vida intrafísica; a identificação e reconhecimento das benesses recebidas; o ato do agradecimento; o apego às

mágoas impedindo o heteroperdoamento; a ingratidão e o egocentrismo imprimindo grau de normalidade ao imperdoamento; a ilusão promovida pelo sentimento de merecimento; o apego à autovitimização gerando *deficit* gratulatório; o egocídio predispondo à vivência dos sentimentos elevados; a empatia e humildade como componentes-chave ao perdão; o mimo energético; o crescimento da lista de credores; a gratidão facilitando a mudança de olhar sobre as agressões e traições vividas; o estímulo ao comportamento pró-social; a predisposição ao altruísmo crescente; a auto-disponibilidade assistencial; a autolibertação mediante abrir mão de ter sempre razão; a evitação das exigências alheias; as neorreclagens; o “perdoamento da dívida”; as novas respostas cognitivas e comportamentais positivas perante o passado e o presente; a generosidade contida no perdão; o discernimento lógico embasando as ações; a necessidade de especificação nos processos de agradecimento e perdão; o otimismo racional e a postura traforista; as novas escolhas contribuindo para saúde física; a conquista pelo fato de malfetores e algozes não promoverem alterações psicossomáticas ou autassédios; as reconciliações e a evolução grupocármica.

**Parafatologia:** a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; a libertação das energias patológicas produzidas pelas mágoas e ressentimentos; a escolha por aplicar a energia vital na autopesquisa evolutiva; a mudança do padrão energético durante as lembranças do passado; a paragratição; o paraperdão; a gratidão pela vivência do fenômeno parapsíquico interassistencial; o paradever grupal; as energias gratulatórias e heteroperdoadoras contribuindo para a saúde consciencial e a interassistencialidade multidimensional.

### III. Detalhismo

**Sinergismologia:** o *sinergismo gratidão-generosidade*; o *sinergismo esclarecimento-perdão*.

**Principiologia:** o *princípio da compreensão interassistencial*; o *princípio de não violência*; o *princípio de ninguém evoluir sozinho*; o *princípio do posicionamento pessoal (PPP)*; o *princípio da gratidão* ao modo de caminho para evolução; o *princípio do heteroperdão*; o *princípio da interassistencialidade fraternal*; os *princípios cosmoéticos* enquanto gatilhos autorreclogênicos.

**Codigologia:** a atualização constante do *código pessoal de Cosmoética (CPC)*.

**Teoriologia:** as ingratidões e imperdoamentos comprometendo a *teoria das interprisoões grupocármicas*.

**Tecnologia:** a *técnica da auditoria gratulatória*; a *técnica da revisão diária pré-tenepes*; a *técnica do diário da gratidão*; a *técnica da conexão com a Central Extrafísica da Fraternidade (CEF)*; a *técnica da visão panorâmica aplicada*; a *técnica da desdramatização emocional*; a *técnica da vivência do binômio admiração-discordância*; a *técnica de mais 1 ano de vida intrafísica*; a *técnica do perdão universal*.

**Voluntariologia:** o voluntariado como oportunidade teática para retribuição dos aportes recebidos e o exercício do perdão.

**Laboratoriologia:** o *laboratório conscienciológico da Tenepessologia*; o *laboratório conscienciológico da Assistenciologia*; o *laboratório conscienciológico da Automentalsomatologia*; o *laboratório conscienciológico da Autocosmoeticologia*; o *laboratório conscienciológico da Paradireitologia*; o *laboratório conscienciológico da Autevoluciologia*; o *laboratório conscienciológico da vida cotidiana*; a *interrelação entre labcons*.

**Efeitologia:** o *efeito da gratidão na ampliação cognitiva favorecendo a heterocompreensão e o heteroperdão*; o *efeito da ampliação da visão de conjunto*; o *efeito benéfico da racionalidade do mentalsoma no psicossoma*; a conquista da autoridade moral vivenciada pelo *efeito do heteroperdoamento*; o *efeito na homeostase holossomática promovido pela interação gratidão-perdão*; os *efeitos da libertação grupocármica*.

**Neossinapsologia:** as *neossinapses promovidas pela heterocompreensão*; as *neossinapses gratulatórias* promovendo novas perspectivas; a *renovação sináptica* promovida pela liberação

das mágoas; o fortalecimento das neossinapses sendo sustentado pela prática da gratidão e do perdão antecipados.

**Ciclogia:** a quebra do *ciclo vicioso milenar vítima-algoz*; o *ciclo evolutivo* sendo favorecido pela *interação gratidão-perdão*.

**Enumerologia:** a escolha evolutiva; a gratidão cotidiana; a empatia; a postura hetero-perdoadora; a holomaturidade; a convivialidade fraterna; a integração ao maximecanismo evolutivo.

**Binomiologia:** o *binômio admiração-discordância*; o *binômio autoimperdoador-hetero-perdoador*; o *binômio gratidão-fortalecimento de vínculos*; o *binômio gratidão-superação*; o *binômio gratidão-cosmovisão*; o *binômio perdão-ares*; o *binômio ação-reação*; o *binômio autocrítica-heterocrítica*; o *binômio serenidade-benignidade*.

**Interaciologia:** a *interação gratidão-perdão*.

**Crescendologia:** o *crescendo pseudo-harmonia-acúmulo de mágoas*.

**Trinomiologia:** o *trinômio liberação-autocura-reconciliação*; o *trinômio proatividade-autodiscernimento-autodesperticidade*.

**Polinomiologia:** o *polinômio empatia-compaixão-gratidão-perdão* enquanto caminho para pacificação íntima.

**Antagonismologia:** o *antagonismo perdoar / compactuar*; o *antagonismo perdão / ingenuidade*; o *antagonismo agir de modo complacente / perdoar com discernimento*.

**Paradoxologia:** o *paradoxo de o ofensor poder ser benfeitor*; o *paradoxo de o sofrimento trazer oportunidade de crescimento*; o *paradoxo de aprender a evoluir nas adversidades*.

**Politicologia:** a lucidocracia.

**Legislogia:** a *lei da causa e efeito*; a *lei do holocarma*; a *lei da interdependência evolutiva*; as *leis da Cosmoética*.

**Filiologia:** a evoluciofilia.

**Sindromologia:** a ineficácia na *síndrome do justiceiro*; a *superação da síndrome da autovitimização*; a *evitação da síndrome do bonzinho*.

**Maniologia:** o abandono da mania do direito de ressentir-se; a *evitação da mania de merecer*.

**Mitologia:** o *mito da heterocura*; o *mito da aceleração evolutiva sem autodesassédio*.

**Holotecologia:** a *mentalsomatoteca*; a *socioteca*; a *convivioteca*; a *cognoteca*; a *maturoteca*; a *interassistencioteca*; a *cosmoeticoteca*.

**Interdisciplinologia:** a *Conviviologia*; a *Autopesquisologia*; a *Interassistenciologia*; a *Tenepessologia*; a *Autodiscernimentologia*; a *Grupocarmologia*; a *Holomaturologia*; a *Recexologia*; a *Evoluciolgia*; a *Paradireitologia*.

#### IV. Perfilologia

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

**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 *tenepessista*; o *ofiexista*; o *parapercepciologista*; o *pesquisador*; o *projettor 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*.

peuta; 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 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 gratus*; o *Homo sapiens perdonator*; o *Homo sapiens benignus*; o *Homo sapiens fraternus*; o *Homo sapiens interassistentialis*; o *Homo sapiens libertarius*; o *Homo sapiens epicentricus*; o *Homo sapiens cosmoethicus*.

## V. Argumentologia

**Exemplologia:** *interação básica gratidão-perdão* = aquela decorrente das primeiras vivências gratulatórias e a correlação com o heteroperdoamento cotidiano; *interação avançada gratidão-perdão* = aquela vivenciada pelas consciências gratas, praticantes do heteroperdão antecipado, detentoras de psicofera interassistencial e encaminhadas à megafraternidade.

**Culturologia:** a cultura da *Paradireitologia*; a cultura da *Conviviologia Evolutiva*.

**Associação.** Eis, em ordem alfabética, sob a ótica da *Experimentologia*, 3 resultados relacionados à *interação gratidão-perdão*:

1. **Altruísmo.** A gratidão predispõe à vivência de maior patamar de generosidade. Tal fato contribui para maior benevolência perante os malfeitores.

2. **Maturidade.** A vivência da gratidão expande a atuação do mentalsoma, ampliando cognição, criatividade, otimismo, autocontrole, discernimento e cosmovisão. Essa expansão mentalsomática potencializa a heterocompreensão e o heteroperdoamento.

3. **Ortopensividade.** As consciências gratas possuem maior capacidade de autossuperação, têm registros de boas memórias, estando menos reféns dos patopenses e ruminações negativas, como inveja, ressentimentos, ganância e amargura. Portanto, estão mais predispostas a melhor enfrentar as adversidades e, por hipótese, perdoar.

**Técnica.** Sob a ótica da *Autodiscernimentologia*, para os interessados na teática da *interação gratidão-perdão*, eis, em ordem funcional, 12 passos autorreflexivos, classificados em duas modalidades técnicas:

A. **Autorreflexão gratulatória:** envolvendo aportes e consciências.

01. **Reconhecimento.** Reflita sobre a vida intrafísica atual. Quais foram os aportes recebidos?

02. **Aprofundamento.** Escolha certa situação na qual tenha experienciado a gratidão. Reviva a experiência. Quais as repercussões holossomáticas?

03. **Agradecimento.** Pense sobre as conscins e consciexes às quais gostaria de agradecer. Considere a exteriorização de energias para essas consciências. Como as percebe?

04. **Conexão.** Busque conectar-se com a *Central Extrafísica da Fraternidade* ao experienciar as energias gratulatórias. Quais as modificações no padrão energético?

05. **Expansão.** Expanda a exteriorização das energias fraternas para todo o Universo. Quais as repercussões holossomáticas?

B. **Autorreflexão heteroperdoadora:** envolvendo retrofato aparentemente imperdoável.

06. **Especificação.** Escolha algum fato passado ainda considerado difícil de perdoar. Quais os aspectos rememorados possíveis de discriminar?

07. **Aprofundamento.** Retorne ao momento presente. Qual o peso atual do fato ocorrido?

08. **Empatia.** Pense sobre as circunstâncias de vida da pessoa considerada malfeitora. Quais dificuldades possivelmente enfrentava e / ou ainda enfrenta?

09. **Antivitimização.** Explore hipóteses holobiográficas. Qual a autorresponsabilização no contexto seriexológico?

10. **Aprendizado.** Reflita sobre o aprendizado obtido com a experiência. Qual atributo intraconsciencial se desenvolveu ou intensificou?

11. **Reperspectivação.** Pondere sobre possíveis opções em substituição ao imperdoamento. Quais as maneiras de seguir em frente?

12. **Amadurecimento.** Considere a possibilidade da gratidão pela oportunidade de reciclagem, aprendizado e crescimento. Quais aspectos considera passíveis de agradecimento?

**Valores.** A checagem quanto à autocoerência vivenciada dos valores existenciais e *princípios conscienciológicos* auxilia na autoprescrição terapêutica, por intermédio da identificação de neorreciclagens prementes facilitadoras das experiências gratulatórias e heteroperdoadoras.

**Interassistencialidade.** A libertação originada pelo ato de perdoar favorece e qualifica o sentimento de gratidão, fortalecendo o *ciclo interassistencial*.

**Tenepes.** É escolha inteligente e cosmoética incluir permanentemente não apenas os crendores, mas também os desafetos na tenepes e demais tarefas interassistenciais.

## VI. Acabativa

**Remissilogia.** 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 *interação gratidão-perdão*, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Altruísmo:** Policarmologia; Homeostático.
02. **Autoimperdoador:** Holomaturologia; Homeostático.
03. **Central Extrafísica da Fraternidade:** Cosmovisiologia; Homeostático.
04. **Crescendo perdão-libertação:** Conviviologia; Homeostático.
05. **Escolha evolutiva:** Experimentologia; Homeostático.
06. **Gratidão:** Holomaturologia; Homeostático.
07. **Gratidão intelectual:** Retribuiciologia; Homeostático.
08. **Gratidão reciclogênica:** Holomaturologia; Homeostático.
09. **Harmonia existencial:** Harmoniologia; Homeostático.
10. **Holopensene interassistencial:** Interassistenciologia; Homeostático.
11. **Inventário do autalinhamento principiológico:** Autopesquisologia; Neutro.
12. **Pré-perdão assistencial:** Interassistenciologia; Homeostático.
13. **Senso de gratidão:** Holomaturologia; Homeostático.
14. **Sinergismo gratidão-generosidade:** Interassistenciologia; Homeostático.
15. **Técnica do perdão:** Paradireitologia; Homeostático.

## **A OPÇÃO TEÁTICA PELA GRATIDÃO E HETEROPERDÃO PROMOVE A HOMEOSTASE E A SAÚDE CONSCIENCIAL, ALÉM DE IMPULSIONAR A CONVIVIALIDADE FRATERNA LIBERTÁRIA E A AUTEVOLUÇÃO CONSCIENCIAL.**

**Questionologia.** Você, leitor ou leitora, vivencia a *interação gratidão-perdão* a fim de potencializar a autevolução? Quais resultados interassistenciais vem obtendo?

**Bibliografia Específica:**

1. **Emmons, Robert; *Agradeça e seja Feliz: Como a Ciência da Gratidão pode mudar sua Vida (Thanks)***; trad. Maria Clara De Biasi W. Fernandes; 284 p.; 7 caps.; 256 enus.; 1 tab; 2 ilus.; 21 x 14 cm; enc.; *Best Seller*; Rio de Janeiro, RJ; 2009; páginas 14 a 31 e 57 a 82.
2. **Idem; *Gratitude Works: A 21-Day Program for creating Emotional Prosperity***; 196 p.; 7 caps.; 134 enus.; 2 ilus.; 1 teste; 11 refs.; 1 minibiografia; 19 x 13 cm; enc.; *Jossey-Bass*; San Francisco, CA; 2013; páginas 43 a 48.
3. **Santiago, Adriana; *O Poder Terapêutico do Perdão: Teoria, Prática e Aplicabilidade do Perdão com Base Científica na Psicologia Positiva***; revisora Miriam Franco Novaes; 159 p.; 193 enus.; 20 tabs; 23 x 16 x 0,5 cm; enc.; *Editora Leader*; São Paulo, SP; 2017; páginas 21 a 105.
4. **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 509 e 628.
5. **Idem; *Homo sapiens pacificus***; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.584 p.; 24 seções; 413 caps.; 403 abrevs.; 38 *E-mails*; 434 enus.; 484 estrangeirismos; 1 foto; 37 ilus.; 168 megapensenes trivoculares; 1 microbiografia; 36 tabs.; 15 *websites*; glos. 241 termos; 25 pinacografias; 103 musicografias; 24 discografias; 20 cenografias; 240 filmes; 9.625 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21,5 x 7 cm; enc.; 3ª Ed. Gratuita; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia*; & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2007; páginas 571, 626 e 995.
6. **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 trivoculares; 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 765, 766, 1.283 e 1.285.

**Webgrafia Específica:**

1. **Fincham, Frank; & Beach, Steven; *Gratitude and Forgiveness in Relationships***; Artigo; *The Oxford Handbook of Close Relationships*; EUA: disponível em <<https://www.oxfordhandbooks.com/view/10.1093/oxfordhb/9780195398694.001.0001/oxfordhb-9780195398694-e-029>>; acesso em: 11.07.19.
2. **Watson, Rita; *Forgiveness Research and the Gratitude Factor***; Artigo; *Psychology Today*; Abril, 2017; disponível em <<https://www.psychologytoday.com/us/blog/love-and-gratitude/201704/forgiveness-research-and-the-gratitude-factor>>; acesso em: 11.07.19.

R. A. L.