

## **MEDO** (SUBCEREBROLOGIA)

### I. Conformática

**Definologia.** O *medo* é o estado afetivo de inquietação, perturbação, ansiedade e apreensão mediante situações ameaçadoras, reais ou imaginárias, atuando tal qual instinto de sobrevivência (subcerebralidade) frente ao perigo, mas tornando-se patológico quando excessivo ou injustificado.

**Tematologia.** Tema central nosográfico.

**Etimologia.** A palavra *medo* vem do idioma Latim, *metus*, “medo; temor; desassossego; inquietação; ansiedade”. Surgiu no Século XIII.

**Sinonimologia:** 1. Temor. 2. Covardia; pusilanimidade. 3. Fobia. 4. Apreensão; inquietação; receio. 5. Pânico; susto. 6. Histeria.

**Cognatologia.** Eis, na ordem alfabética, 13 cognatos derivados do vocábulo *medo*: *amedrontada; amedrontado; amedrontador; amedrontadora; amedrontamento; amedrontante; amedrontar; medonha; medonho; medricas; medrosa; medroso; supermedo*.

**Neologia.** As 3 expressões compostas *medo subcerebral, medo psicossomático* e *medo irracional* são neologismos técnicos da Subcerebrologia.

**Antonimologia:** 1. Coragem. 2. Destemor. 3. Bravura. 4. Firmeza. 5. Desinibição. 6. Arrojo; audácia; ousadia.

**Estrangeirismologia:** o *handicap*; a *anxiety sensitivity*; o *expert* em evitamento das situações fóbicas; a preocupação excessiva com o *post-mortem*; o horror ao *Melexarium* ou Baratrofera; a *selfconscious emotions*; a persistência diante do *return of fear*.

**Atributologia:** predomínio dos sentidos somáticos, notadamente do autodiscernimento quanto à Homeostaticologia.

**Megapensologia.** Eis 3 megapensenes trivocabulares sintetizando o tema: – *Ansiedade: medo antecipado. Pânico: medo exagerado. Fobia: medo fixado*.

### II. Fatuística

**Pensologia:** o holopensene pessoal do medo; o holopensene da autossobrevivência; o holopensene pessoal da evitação do objeto fóbico; a autopensenidade subcerebral; os subpensenes; a subpensenidade; os nosopensenes; a nosopensenidade; os patopensenes; a patopensenidade; os morbopensenes; a morbopensenidade; o carregamento pensênico na emoção.

**Fatologia:** o medo; a emoção primária; os temores ancestrais; o alarme sinalizador de perigo; a garantia da sobrevivência da espécie; a cautela em não se expor a riscos desnecessários; o temor auxiliando na sobrevivência e segurança do soma; o sistema de defesa desregulado nos casos de fobia e pânico; a falta de medo aumentando o risco de acidentes; o sofrimento oriundo da pusilanimidade; a submissão ao medo; a vergonha de não superar a covardia pessoal; o fato de a vergonha ser emoção degradante; a ruminação imprimindo na memória emoções negativas; o sentimento de impotência para enfrentar a situação; a fraqueza sendo obstáculo ao alcance dos objetivos; as renúncias causadas por falta de ousadia; a paralisação da evolução da conscin; o medo de errar impedindo o aprendizado; a timidez como fator inibidor da manifestação consciencial; a autointoxicação pela repressão da raiva; as repressões condicionadoras; a apreensão facilitando o erro; o neocórtex desorientado pela hiperativação da amígdala cerebral; a descarga de adrenalina; as pessoas viciadas em sentir medo; a exaltação do temor pela religião; o terror como forma de intimidação e coerção; o aumento da violência contribuindo para o aumento do pavor; o trauma gerando a fobia; o perigo real; o perigo imaginário; a imaginação do pior; o pensamento catastrófico; a imagem mental fóbica; os pensamentos automáticos; a distorção da percepção; os temores da infância; as histórias de monstros e vampiros; a insegurança do adulto repercutindo nos filhos;

a superproteção fragilizando a conscin; os traumas da mãe durante a gestação; a predisposição genética e paragenética à fobia; as predisposições temperamentais; o perfeccionismo e a autexigência excessiva gerando o pavor de errar; a hipermotividade provocando o excesso de agitação emocional diante do perigo; as experiências de vida traumatizantes; o trauma em vida passada como Etiologia da fobia atual; os fatores subjetivos interferindo na avaliação dos riscos de determinada ação; o comportamento psicossocial patológico do uso de álcool para a desinibição; o efeito passageiro dos ansiolíticos; os antidepressivos atuando na serotonina e regulando a fobia; os bloqueadores beta limitando as reações fisiológicas; a decisão pessoal para o autenfrentamento; a persistência necessária para a autossuperação; a autorreflexão e discernimento eliminando os pavores irracionais; a mudança da arquitetura cerebral através da psicoterapia; a extinção da pusilanidade pela autoconfiança crescente; a cura pela mudança de comportamento.

**Parafatologia:** a falta de autovivência do estado vibracional (EV) profilático; as consciexes assediadoras utilizando a covardia das conscins para manipulação; os desafetos extrafísicos levando ao terror noturno; a descoincidência vígil patológica levando ao ataque de pânico; a morte e a Baratrofera sendo pai e mãe de todos os medos; o receio de ver consciexes; a vontade débil ao realizar técnicas projetivas; a covardia frente ao autoparapsiquismo.

### III. Detalhismo

**Sinergismologia:** o *sinergismo psicossoma-subcérebro*; o *sinergismo predisposição biológica–influências ambientais*; o *sinergismo patológico covardia-agressividade*; o *sinergismo ideia fixa–imaginação patológica*; o *sinergismo decisão-vontade*; o *sinergismo busca da causa–autocontrole dos sintomas*; o *sinergismo coragem-discernimento*; o *sinergismo refletir sobre o passado–enfrentar o presente*.

**Principiologia:** o *princípio da autocrítica cosmoética*; o *princípio de não ter medo de errar*; o *princípio da imortalidade da consciência*.

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

**Teoriologia:** a *teoria da Psicologia Cognitivo-Comportamental*.

**Tecnologia:** as *técnicas cognitivas*; as *técnicas comportamentais*; a *técnica da dessensibilização progressiva*; a *técnica da hipnose*; a *técnica de visualização*; a *técnica de respiração profunda*; a *técnica do autenfrentamento*; as *técnicas de regressão de memória*; as *técnicas conscienciométricas*; as *técnicas consciencioterápicas*.

**Voluntariologia:** o *destemido bombeiro voluntário para missões arriscadas*; o *voluntário em missões socorristas às catástrofes*; os *voluntários da interassistencialidade*; o *voluntário conscin-cobaia*; o *voluntariado conscienciológico multidimensional*.

**Laboratoriologia:** o *laboratório conscienciológico da Pensenologia*; o *laboratório conscienciológico da Experimentologia*; o *laboratório conscienciológico da Autoconscienciometrologia*; o *laboratório conscienciológico da Autoconsciencioterapia*; o *laboratório conscienciológico do estado vibracional*; o *laboratório conscienciológico das retrocognições*; o *laboratório conscienciológico das técnicas projetivas*.

**Colegiologia:** o *Colégio Invisível da Conviviologia*; o *Colégio Invisível da Dessomatologia*; o *Colégio Invisível dos Parapercepcionistas*; o *Colégio Invisível da Extrafísicologia*; o *Colégio Invisível da Assistenciologia*; o *Colégio Invisível dos Pesquisadores da Conscienciologia*.

**Efeitologia:** os *efeitos da pusilanidade no comportamento*; os *efeitos paralisantes do medo de errar*; os *efeitos do pavor no sistema nervoso autônomo*; o *efeito nocivo da convivência com o medo, na infância*; os *efeitos do planejamento da vida para evitar o pânico*; os *efeitos do acanhamento na relação sexual*; os *efeitos da cultura machista no desenvolvimento da agorafobia*; os *efeitos interassistenciais da tenepes na remissão da hadefobia*; o *ciclo multiexistencial pessoal demonstrando a irracionalidade da tanatofobia*.

**Neossinapsologia:** as *neossinapses adquiridas na mudança de paradigma pessoal*; as *neossinapses adquiridas a partir da Higiene Consciencial, limpando as redes interneuronais*; as

*neossinapses formadas a partir do raciocínio lógico; as parassinapses retrocognitivas; as neossinapses geradas pelas recins.*

**Ciclogia:** o ciclo *ansiedade-fobia-pânico*; o ciclo *patológico medo de ter medo*; o ciclo *interminável de fugas e evitações*; o ciclo *não confrontação-alívio da angústia-reforço da fobia*; o ciclo *autenfrentamento-autanálise-autossuperação*.

**Enumerologia:** o *medo normal*; o *medo egoico*; o *medo controlado*; o *medo antecipado*; o *medo irracional*; o *medo excessivo*; o *medo exagerado*.

**Binomiologia:** o *binômio memória corporal-memória emocional*; o *binômio medo inato-medo adquirido*; o *binômio inibição-ansiedade*; o *binômio fobia-frustração*; o *binômio medo da morte biológica-medo da vida intrafísica*; o *binômio desculpas esfarrapadas- pretextos evasivos*; o *binômio estímulo-encorajamento*.

**Interaciologia:** a *interação perigo-imaginação*; a *interação medo-stress*; a *interação covardia-raiva*; a *interação pusilanidade-subserviência*; a *interação gene-ambiente*.

**Crescendologia:** o *crescendo medo-fobia*; o *crescendo nervosismo-timidez-fobia social*; o *crescendo cérebro límbico-neocórtex*; o *crescendo ansiedade-angústia*; o *crescendo pulsilanidade-paralisia-incompléxis*.

**Trinomiologia:** o *trinômio congelamento-fuga-enfrentamento*; o *trinômio enfrentamento-lições-autocura*.

**Polinomiologia:** o *polinômio interiorose-apriorismose-neofobismo-decidofobia*; o *polinômio das emoções universais alegria-raiva-desagrado-medo-surpresa-tristeza*.

**Antagonismologia:** o *antagonismo medo normal / medo patológico*; o *antagonismo enfrentamento / fuga*; o *antagonismo fuga ativa / fuga passiva*; o *antagonismo segurança / perigo*; o *antagonismo vontade de acertar / receio de errar*; o *antagonismo medo pessoal / autodiscernimento fenomênico*; o *antagonismo experimento de enfrentamento traumatizante / experimento de enfrentamento proveitoso*.

**Paradoxologia:** o *paradoxo do medo de errar induzir ao erro*; o *paradoxo do medo do sucesso*; o *paradoxo da evitação do medo reforçar o próprio medo*.

**Legislogia:** a *lei do maior esforço evolutivo aplicada à autossuperação*; a *lei da sobrevivência do mais apto*; as *leis resultantes da interação Paragenética-Genética*; as *leis da Fisiologia Humana*.

**Filiologia:** a *neofilia*; a *experimentofilia*; a *praticofilia*; a *conscienciofilia*; a *raciocinofilia*; a *recinofilia*; a *autopesquisofilia*.

**Fobiologia:** as fobias em geral.

**Sindromologia:** a *síndrome do ansiosismo*; a *síndrome do pânico*; a *síndrome da distorção da realidade*; a *síndrome da catástrofe iminente*; a *síndrome da insegurança*; a *síndrome do infantilismo*; a *síndrome de Peter Pan*; a *síndrome do canguru*; a *síndrome da hipocondria*; a *síndrome da procrastinação*; a *síndrome do estresse pós-traumático (TEPT)*; a *síndrome do perfeccionismo*.

**Maniologia:** a *mania irracional de dormir de olhos abertos com pavor de morrer dormindo*; a *riscomania*; a *murismomania*; a *mania dos ansiolíticos*.

**Mitologia:** os mitos em geral.

**Holotecologia:** a *somatoteca*; a *egoteca*; a *holomnemoteca*; a *retrocognoteca*; a *parapsicoteca*; a *projeiectoteca*; a *imagisticoteca*; a *autopesquisoteca*; a *experimentoteca*; a *psicossomatoteca*; a *pensenoteca*; a *sociologicoteca*; a *convivioteca*; a *assistencioteca*.

**Interdisciplinologia:** a *Subcerebrologia*; a *Psicossomatologia*; a *Psicologia*; a *Psiquiatria*; a *Autopesquisologia*; a *Conscienciometrologia*; a *Consciencioterapia*; a *Experimentologia*; a *Conviviologia*; a *Retrocogniciologia*; a *Extrafisiologia*; a *Parapercepciologia*; a *Autodesassediologia*; a *Interassistenciologia*.

#### IV. Perfilologia

**Elencologia:** a *consréu transmigrada*; a *consciência baratroférica*; a *conscin reurbanizada*; a *consréu ressomada*; a *consréu acanhada*; a *consciênçula*; a *personalidade materialista*; a *con-*

cin eletrônica; a conscin vítima de repressão parapsíquica; a pessoa emocional; a conscin imatura; a criança tímida; o indivíduo inibido; a consciência insegura; a conscin introvertida; a conscin vulgar; a isca humana inconsciente; a isca humana lúcida; a conscin cobaia; a conscin autossupradora.

**Masculinologia:** o medroso; o fóbico; o ansioso; o aflito; o inseguro; o tímido; o desconfiado; o obsessivo-compulsivo; o hipocondríaco; o perfeccionista; o controlador; o assediado; o assediador; o vampiro energético; o guia-cego; o apriorista; o viciado em adrenalina; o riscomaníaco; o indeciso; o murista; o procrastinador; o psiquiatra; o psicólogo; o evoluciente; o consciencioterapeuta; os personagens de desenho animado Scooby-Doo e Salsicha.

**Femininologia:** a medrosa; a fóbica; a ansiosa; a aflita; a insegura; a tímida; a desconfiada; a obsessiva-compulsiva; a hipocondríaca; a perfeccionista; a controladora; a assediada; a assediadora; a vampira energética; a guia-cega; a apriorista; a viciada em adrenalina; a riscomaníaca; a indecisa; a murista; a procrastinadora; a psiquiatra; a psicóloga; a evoluciente; a consciencioterapeuta.

**Hominologia:** o *Homo sapiens acriticus*; o *Homo sapiens anxiousus*; o *Homo sapiens maniacus*; o *Homo sapiens pathopensenicus*; o *Homo sapiens religiosus*; o *Homo sapiens autassediatus*; o *Homo sapiens autassediator*; o *Homo sapiens thanatophobicus*; o *Homo sapiens neophobicus*; o *Homo sapiens sociophobicus*; o *Homo sapiens technophobicus*; o *Homo sapiens xenophobicus*.

## V. Argumentologia

**Exemplologia:** medo *subcerebral* = a reação instintiva de luta ou fuga mediante perigo real; medo *psicossomático* = a revivência do trauma emocional adquirido em experiência dolorosa; medo *irracional* = a ideia fixa ou automática, gerando ansiedade, nervosismo e pusilanidade perante perigos imaginários ou egoicos.

**Culturologia:** a *cultura do medo*; a *cultura patológica da irreflexão*; a *cultura dos esportes radicais*; a *cultura cinematográfica das histórias de terror*; a *cultura baratroférica sobre vampiros*.

**Somatologia.** Sob a perspectiva da *Fisiologia*, eis, por exemplo, em ordem alfabética, 21 reações somáticas e emocionais provindas do medo:

01. **Alteração do sono.**
02. **Ansiedade.**
03. **Diarreia.**
04. **Dificuldade para engolir.**
05. **Dificuldade para se concentrar.**
06. **Espasmos e tremores.**
07. **Fadiga.**
08. **Falta de ar.**
09. **Frio na barriga.**
10. **Inquietação.**
11. **Irritabilidade.**
12. **Micção frequente.**
13. **Náusea.**
14. **Nervosismo.**
15. **Ondas de calor.**
16. **Secura na boca.**
17. **Taquicardia.**

18. **Tensão muscular.**
19. **Tontura.**
20. **Transpiração excessiva.**
21. **Tremor nas pernas.**

**Etiologia.** Sob a ótica da *Passadologia*, algumas circunstâncias da vida atual ou de vidas pregressas podem estar na raiz dos temores e fobias. Eis, por exemplo, em ordem alfabética, 3 prováveis causas dos transtornos:

1. **Acontecimentos traumatizantes:** a violência; os acidentes; as humilhações; o assédio moral.
2. **Aprendizagem social** (imitação de modelos): as inseguranças e fobias dos pais, familiares e pessoas significativas.
3. **Assimilação de mensagens de preocupação:** a educação amedrontadora; as histórias de monstros imaginários (bichos-papões).

**Tipologia.** De acordo com a *Psicossomatologia*, eis, por exemplo, na ordem alfabética, 50 tipos de medos e principais características, afetando a vida de milhões de pessoas em todo o planeta:

01. **Medo da autexposição** (doxofobia): o encapsulamento autista; a falta de autocritica; a preocupação com o julgamento alheio.
02. **Medo da Baratrofera** (hadefobia): o sofrimento prolongado em dimensões patológicas; os inimigos extrafísicos; o reencontro das vítimas e dos algozes de outras vidas.
03. **Medo da crise econômica** (globofobia): a globalização; a instabilidade da bolsa de valores; o *efeito dominó*; a interdependência entre os países.
04. **Medo da crítica** (criticofobia): a falta de autoconhecimento; a fuga da autanálise; o acriticismo.
05. **Medo da desaprovação:** o querer ser entendido; o temor de não agradar; a necessidade de ser aceito.
06. **Medo da erudição técnica** (intelectofobia): o analfabetismo funcional; a linguagem popular; o ignorantismo.
07. **Medo da morte** (tanatofobia): o materialismo; a falta de autovivência da projeção lúcida; as marcas profundas das vivências baratroféricas.
08. **Medo da mudança** (metatesiofobia): o tradicionalismo borolento; o regressismo; o saudosismo.
09. **Medo da projeção lúcida** (projeciofobia): o restringimento intrafísico; a consciência trancada.
10. **Medo da rejeição:** a carência afetiva; os apegos egoísticos; a falta de autonomia energética.
11. **Medo da responsabilidade** (hipengiofobia): a fuga da maturidade; a eterna criança.
12. **Medo das energias conscienciais:** as vampirizações energéticas; a ignorância ou dificuldade quanto à desassim; os holopensenes patológicos.
13. **Medo de água** (hidrofobia): o pavor de passar mal na água; a sensação da água entrando pelo nariz e ouvidos; a imaginação em relação ao afogamento; a morte por afogamento em outra vida.
14. **Medo de altura** (acrofobia): a vertigem; o receio de escorregar e cair; a impressão de perder o controle e jogar-se do alto; a sensação de ser puxado para baixo.
15. **Medo de animais ou insetos** (zoofobia): a repugnância, o nojo e o horror de adquirir zoonoses; o temor de ser mordido ou picado.
16. **Medo de consciex:** as histórias de “fantasmas”; o pavor dos fenômenos parapsíquicos; os antigos desafetos a serem encontrados na dimensão extrafísica.
17. **Medo de dentista** (dentofobia): o pavor da anestesia e da broca; o temor de sentir dor; a deterioração dos dentes.

18. **Medo de denunciar as agressões do parceiro:** as ameaças; a vergonha; a baixa autostima; o masoquismo; os ganhos secundários.
19. **Medo de dirigir** (amaxofobia): o perfeccionismo; os traumas de trânsito; a necessidade de controle; a dificuldade de receber crítica.
20. **Medo de doenças** (patofobia ou hipocondria): o temor de morrer; a crença na doença; o autexame constante; a ida insistente aos médicos.
21. **Medo de dormir** (hipnofobia): o terror noturno; os pesadelos intermináveis; o assédio extrafísico.
22. **Medo de endividar-se:** o miserê; o baixo poder aquisitivo; o derrotismo.
23. **Medo de engasgar-se:** a fobia de ficar sem ar; a ingestão apenas de alimentos líquidos ou pastosos; a angústia com simples angina ou inflamação na garganta.
24. **Medo de enlouquecer** (agateofobia): os dramas da vida intrafísica; a perda da razão; a alucinação; a exacerbação das emoções; o assédio extrafísico; o ataque de pânico.
25. **Medo de enrubescer** (ereutofobia): o nervosismo; a vergonha de ficar vermelho; o incômodo por chamar a atenção; o receio da ironia ou do desprezo.
26. **Medo de envelhecer** (gerontofobia): a fuga à calvície; o repúdio aos cabelos brancos; o tabu das rugas; o culto permanente à plástica do corpo humano.
27. **Medo de errar:** a rigidez mental; o perfeccionismo; o orgulho.
28. **Medo de falar em público** (glossofobia): a hipercriticidade acrítica; a preocupação excessiva com o egô; a ansiedade; a timidez.
29. **Medo de ficar sozinho** (monofobia): a dependência; a carência; a rejeição; o abandono.
30. **Medo de livros** (bibliofobia): a aversão aos livros; a queima de livros; a preguiça mental; o bibliotismo; a repressão mentalsomática.
31. **Medo de locais fechados** (claustrofobia): o pânico de ficar preso; a sensação de ficar sem ar; o receio de não ter por onde sair.
32. **Medo de micróbios e bactérias** (microbiofobia e bacteriofobia): o pavor de sujeira; os rituais de lavagem e purificação; o transtorno obsessivo-compulsivo (TOC).
33. **Medo de ser assaltado** (harpaxofobia) **ou assassinado:** a violência urbana e rural; os altos índices de criminalidade; a sintonia com o holopensene de violência.
34. **Medo de ser avaliado:** o orgulho; a vaidade; a falta de abertismo.
35. **Medo de ser enterrado vivo** (tafobia): o pavor de sentir-se vivo dentro do túmulo; o estado de animação suspensa; a parapsicose pós-dessomática.
36. **Medo de situações sociais** (sociofobia): a dificuldade de interagir; o não gostar de ser observado; a preocupação com a *performance*; a insegurança quanto ao posicionamento pessoal.
37. **Medo de tempestades, relâmpagos** (astrapofobia) **e trovões** (brontofobia): a ansiedade frente aos raios e trovões; a consulta constante à previsão do tempo; o ficar trancado em casa durante chuva.
38. **Medo de ter medo** (fobofobia): a covardia; o pavor generalizado.
39. **Medo de tomar decisões** (decidofobia): a indecisão; a procrastinação; a falta de firmeza; a pusilanimidade.
40. **Medo de ver sangue e ferimento** (hematofobia): a náusea; a tontura; a diminuição do ritmo cardíaco; o desmaio; a sensibilidade aos odores de sangue, os desinfetantes e anestésicos dos hospitais; a sensação dolorosa de picadas e injeções.
41. **Medo de viajar de avião** (aerodromofobia): o sentimento de impotência em caso de acidente aéreo; a necessidade de controle; o horror de locais fechados; o uso de álcool e tranquilizantes para viajar de avião.
42. **Medo do ataque de pânico** (agorafobia): a fobia das situações exteriores; os pensamentos catastróficos.
43. **Medo do autoconhecimento:** a falta de autocrítica; a autoimagem distorcida; o encaramujamento.

44. **Medo do escuro** (ligofobia): a dependência humana da visão; o dormir com a luz acesa; as crendices infantis; o assédio extrafísico durante a noite.

45. **Medo do novo** (neofobia): a apreensão quanto ao desconhecido; as renovações e as reciclagens evitadas.

46. **Medo da gravidez e parto** (tocofobia): a morte das parturientes no passado; o evitamento das relações sexuais; os traumas durante o parto.

47. **Medo do ridículo** (catagelofobia): a escravidão a opinião pública; a preocupação exagerada com a autoimagem; o temor do vexame.

48. **Medo do sexo** (erotofobia): as repressões religiosas; a repressão sexual na infância; a autocobrança pelo desempenho sexual; os traumas de abusos sexuais.

49. **Medo do sucesso**: a fuga da responsabilidade e da liderança; a síndrome do ostracismo.

50. **Medo do trabalho** (ergofobia): o estresse diário; as doenças relacionadas ao trabalho; o assédio moral; o contato constante com o público; a ansiedade resultante do receio de perder o emprego.

**Terapeuticologia.** Segundo a *Autoconsciencioterapia*, eis, por exemplo, em ordem alfabética, 8 atitudes prescritas à consciência autossuperadora na autocura dos medos patológicos:

1. **Autenfrentamento**: o estudo; a pesquisa da normalidade; o autocontrole.

2. **Autesforços contínuos**: a autossustentabilidade nas reciclagens.

3. **Autocontrole**: a não submissão à fobia; a mudança de atitude mental.

4. **Autocuidado**: os exercícios físicos constantes; a alimentação livre de cafeína e nicotina.

5. **Autodiagnóstico**: o reconhecimento dos próprios medos; a admissão das dificuldades.

6. **Autorreciclagem**: a fatuística; a parafatuística; a visão multidimensional e multiexistencial; a Cosmoética; a interassistencialidade.

7. **Autorreflexão**: a compreensão da história, função e etiologia.

8. **Autorrelaxamento e estado vibracional**: a diminuição do ritmo cardíaco; o relaxamento muscular; a autodefesa energética.

## 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 medo, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Ansiedade**: Psicossomatologia; Nosográfico.

02. **Autocontrole**: Holomaturologia; Homeostático.

03. **Autocura**: Consciencioterapia; Homeostático.

04. **Autodecisor**: Evoluciologia; Homeostático.

05. **Autodesassediabilidade**: Autoconsciencioterapia; Homeostático.

06. **Autodeterminação**: Autodeterminologia; Neutro.

07. **Decidofobia**: Parapatologia; Nosográfico.

08. **Desassediologia**: Consciencioterapia; Homeostático.

09. **Desrepressão parapsíquica**: Parapercepciologia; Homeostático.

10. **Hipocondria**: Parapatologia; Nosográfico.

11. **Neofobia**: Parapatologia; Nosográfico.

12. **Patopensene**: Patopensenologia; Nosográfico.

13. **Racionalização**: Autorraciocinologia; Neutro.

14. **Subcerebralidade**: Parapatologia; Nosográfico.

15. **Tanatofobia**: Parapatologia; Nosográfico.

**O MEDO, MECANISMO PRIMITIVO DE DEFESA DO SOMA, QUANDO EGOICO E IRRACIONAL, É PREJUDICIAL À EVOLUÇÃO IMPEDINDO A RECICLAGEM INTRA CONSCIENCIAL E A REALIZAÇÃO DA INTERASSISTÊNCIA PELA TARES.**

**Questionologia.** Você, leitor ou leitora, ainda sofre de algum medo irracional? Qual o próprio nível de submissão ao subcérebro abdominal?

**Bibliografia Específica:**

1. André, Christophe; *Psicologia do Medo: Como Lidar com Temores, Fobias, Angústias e Pânicos (Psychologie de la Peur: Craintes, Angoisses et Phobies)*; trad. João Batista Kreuch; 304 p.; 10 caps.; 1 diagrama; 52 enus.; 2 gráfs.; 2 ilus.; 17 tabs.; 4 técnicas; 8 websites; 26 refs.; 23 x 16 cm; br.; Vozes; Petrópolis, RJ; 2007; páginas 12 a 304.
2. Corassa, Neuza; *Vença o Medo de Dirigir*; 176 p.; 9 caps.; 2 diagramas; 24 enus.; 5 ilus.; 4 tabs.; 2 técnicas; 16 refs.; 21 x 14 cm; br.; 9ª Ed.; Gente; São Paulo, SP; 2006; páginas 17 a 44.
3. Gray, Jeffer; *A Psicologia do Medo e do "Stress" (The Psychology for Fear and Stress)*; trad. Junéia Mallas; & Maria Inez Lobo Viana; 278 p.; 13 caps.; 12 diagramas; 4 enus.; 23 esquemas; 8 fotos; 53 gráfs.; 15 ilus.; 2 painéis; 3 tabs.; 270 refs.; 21 x 14 cm; br.; 2ª Ed.; Zahar Editores; Rio de Janeiro, RJ; 1978; páginas 11 a 196.
4. Gross, Elvira; *Avião: Viaje sem Medo*; 120 p.; 8 caps.; 1 diagrama; 2 enus.; 1 esquema; 8 ilus.; 2 tabs.; 3 técnicas; 20 refs.; 21 x 14 cm; br.; 2ª Ed.; Alauê; São Paulo, SP; 2009; páginas 17 a 80.
5. Rafailov, Igor; *Dicionário Igor de Fobias com Sinônimos e Termos Correlatos*; apres. Rostan Silvestre; int. Cyro del Nero; pref. Humberto Costa; 166 p.; glos. 1.000 termos; 11 ilus.; 1 microbiografia; 29 websites; 2 apênds.; 40 refs.; 15 x 10,5 cm; br.; Editora do Autor; Recife, PE; 2003; páginas 25 a 149.

A. A. L.