

PREENCHIMENTO MENTALSOMÁTICO (MENTALSOMATOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. O *preenchimento mentalsomático* é o conjunto de ações, atitudes, procedimentos e treinamentos disciplinados e regulares, adotado pela conscin lúcida, homem ou mulher, com megafoco no aprimoramento dos atributos do veículo do discernimento, mediante a potencialização da intelectualidade, interassistência e cultura geral.

Tematologia. Tema central homeostático.

Etimologia. O prefixo *pré* vem do idioma Latim, *prae*, “anterioridade; antecipação; adiantamento; superioridade comparativa”. O vocábulo *encher* deriva igualmente do idioma Latim, *implere*, “encher; atestar; saturar; carregar; engordar; cevar; saciar; fartar; concluir; rematar; executar; seguir; imitar; fecundar”. Surgiu no Século XIII. O sufixo *mento* procede do idioma Latim Vulgar, *mentu*, e é formador de substantivos derivados de verbos. O termo *mental* provém do idioma Latim Tardio, *mentalis*, “do espírito; mental”, e este de *mens*, “mente; atividade do espírito; intenção; memória; pensamento; inteligência; razão; sabedoria; juízo; discernimento”. Apareceu no Século XV. A palavra *somático* origina-se do idioma Francês, *somatique*, e esta do idioma Grego, *somatikós*, “do corpo; material; corporal”. Surgiu no Século XIX.

Sinonimologia: 1. Preenchimento cognitivo. 2. Adoção de práticas mentaissomáticas. 3. Agenda de cunho mentalsomático. 4. Estímulos mentaissomáticos.

Neologia. As 3 expressões compostas *preenchimento mentalsomático*, *preenchimento mentalsomático inicial* e *preenchimento mentalsomático avançado* são neologismos técnicos da Mentalsomatologia.

Antonimologia: 1. Ociosidade cognitiva. 2. Inércia mentalsomática. 3. Vazio intelectual. 4. Lacuna mentalsomática. 5. Antidiscernimento.

Estrangeirismologia: o teletertuliano *habitué*; o *superavit* evolutivo; os *insights* preciosos; o *rapport* com os amparadores; o *Pensenarium*; o *strong profile*; o *breakthrough* mentalsomático; a *open mind*.

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

Megapensologia. Eis megapensene trivocabular sintetizando o tema: – *Optemos pela mentalsomática*.

Citaciologia. Eis 6 citações contributivas à temática: – *Nós somos aquilo que fazemos repetidamente. Excelência, então, não é um modo de agir, mas um hábito* (Aristóteles, 384–322 a.e.c.). *Aprender é mudar posturas* (Aristóteles). *A persistência é o caminho do êxito* (Charles Spencer Chaplin, 1889–1977). *Seja você a mudança que quer ver no mundo* (Mahatma Gandhi, 1869–1948). *Todo o homem recebe duas espécies de educação: a que lhe é dada pelos outros, e, muito mais importante, a que ele dá a si mesmo* (Edward Gibbon, 1737–1794). *A vida deve ser uma constante educação* (Gustave Flaubert, 1821–1880).

Proverbiologia. Eis provérbio expondo a evitação da autodispersividade: – *Mente vazia, oficina do diabo*.

Ortopensatologia: – “**Mentalsomaticidade.** O **enriquecimento mentalsomático** ocorre com o aumento dos trabalhos intelectuais. A consequência, com o tempo, é a aquisição da **cosmovisão**”. “**A autofocagem** e a priorização da atuação mentalsomática, em tempo integral, em todas as áreas de atividades da vida, não se trata apenas da autorganização, mas implica na **autovivência lúcida contínua**”.

II. Fatuística

Pensologia: o holopensene pessoal da Mentalsomatologia; a organização da pensenidade; a descompressão patopensênica a partir de atividades mentaissomáticas; a força autopensê-

nica; o holopensene da autorreeducação; o holopensene da *inteligência evolutiva* (IE); os evolucipensenes; a evolucipensenidade; os tenepessopensenes; a tenepessopensenidade; os metapensenes; a metapensenidade; os ortopensenes; a ortopensenidade; os prioropensenes; a prioropensenidade; o holopensene da biblioteca pessoal consolidando o campo mentalsomático; a autopense-nização homeostática; a ampliação da ortopensenização começando pelo *pen*; a expansão ideativa na pensenidade pesquisística.

Fatologia: o preenchimento mentalsomático; a autodisponibilidade mental; o exercício e o avanço mentaissomáticos; o autodomínio diante do rolo compressor das inutilidades; a disposição para aprender; o gosto pelo estudo; o autodidatismo ininterrupto; a concentração mental; a acuidade; a intelecção primordial; o imperativo da racionalidade; a autocatálise evolutiva; a qualificação do uso do tempo; a disciplina intelectual; a desdramatização das experiências pessoais; a saúde intelectual; o descortino cognitivo; o prazer advindo das reflexões; a sanidade mental; o emprego da *inteligência evolutiva*; o aparecimento de neoideias; a valorização dos achados pesquisísticos; a gescon; o incremento da cognição; o domínio das instintividades; o calculismo cosmoético desassediador; a criticidade auxiliando no melhor aproveitamento do tempo; os valores evolutivos mentaissomáticos; a predominância das atividades intelectuais; o uso mentalsomático do tempo; a autossuperação evolutiva; o autenfrentamento dos desafios evolutivos; a eliminação das amizades ociosas; a ortoconduta diária; as estratégias de estudo e de pesquisa; a relevância da introspecção; a autorganização diária otimizando a prolificidade; a aplicação da cientificidade em todas as áreas; o aproveitamento das oportunidades evolutivas; a superação da parcimônia antievolutiva; o microuniverso consciencial sendo manancial de riquezas a serem pesquisadas; o amor pelo saber; o aprofundamento dos achados intraconscienciais; o continuísmo das atividades intelectuais enquanto elemento propulsor do desenvolvimento parapsíquico; a eliminação da sociosidade; as conjunções da vida criando crises de crescimento; a evitação do sonambulismo consciencial.

Parafatologia: a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; a sinalética energética e parapsíquica pessoal; a prática diária da tenepes enquanto esteio energético da rotina mentalsomática; o parapsiquismo intelectual enquanto investimento; a recuperação de cons mag-nos; a expansão da autoconscientização multidimensional (AM); as energias conscienciais (ECs) de padrão mentalsomático; o desbloqueio energético cortical; o estreitamento do paraconvívio; a pressão extrafísica advinda de reciclagem; a representatividade multidimensional; a amparabilidade extrafísica de função favorecida pela rotina mentalsomática; a interassistencialidade multi-dimensional.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo prioridade evolutiva–qualificação da amparabilidade*; o *sinergismo reorganização pensênica–equilíbrio holossomático*; o *sinergismo força de vontade–força do hábito*; o *sinergismo autoinvestimento parapsíquico–autoinvestimento intelectual*; o *sinergismo autopesquisa-conscienciografia*.

Principiologia: o *princípio do autodomínio das energias conscienciais*; o *princípio do megafoco evolutivo*; o *princípio de se viver melhor a cada dia*; o *princípio da prioridade compulsória*; o *princípio do posicionamento pessoal (PPP)*; o *princípio da descrença (PD)* na prática.

Codigologia: o *código pessoal de Cosmoética (CPC)*; o *código pessoal de prioridades evolutivas*; o *código de valores pessoais*.

Teoriologia: a *teoria dos Cursos Intermissoivos (CIs)*; a *teoria da evolução consciencial*; a *teoria da autorganização*; a *teoria da recéxis*; a *teoria da responsabilidade autevolutive*.

Tecnologia: a *técnica do hábito de estudo*; as *técnicas de desassim*; a *técnica do detalhismo*; as *técnicas de autopesquisa*; a *técnica das práticas energéticas diárias*; a *técnica da evitação da cultura inútil*; as *técnicas da recin e recéxis*.

Voluntariologia: o *voluntariado conscienciológico*; o *voluntariado psicopedagógico*; o *paravoluntariado*.

Laboratoriologia: o *laboratório conscienciológico da Autamentalsomatologia*; o *laboratório conscienciológico da Autopenologia*; o *laboratório conscienciológico da Tenepessologia*; o *laboratório conscienciológico Serenarium*.

Colegiologia: o *Colégio Invisível da Mentalsomatologia*; o *Colégio Invisível da Proeologia*; o *Colégio Invisível da Experimentologia*; o *Colégio Invisível da Evoluciologia*.

Efeitologia: os *efeitos positivos da manutenção das rotinas úteis*; o *efeito da ponderação sobre a valorização do tempo*; o *efeito paracerebral da dedicação assídua aos estudos*.

Neossinapsologia: os *bons hábitos produzindo neossinapses*; as *neossinapses resultantes do autoinvestimento mentalsomático*; a *intensificação das paraneossinapses*; as *neossinapses geradas pelas neoverpons*.

Ciclogia: o *ciclo agir bem-sentir-se bem*; o *ciclo ininterrupto pesquisa-leitura-reflexão-escrita*; o *ciclo sementeira-colheita evolutiva*; o *ciclo iniciativa-manutenção-acabativa*.

Enumerologia: o *hábito das reflexões*; o *hábito das pesquisas*; o *hábito dos estudos*; o *hábito das observações*; o *hábito da docência*; o *hábito dos escritos*; o *hábito das leituras*.

Binomiologia: o *binômio hábitos sadios-rotinas úteis*; o *binômio disciplina-crescimento evolutivo*; o *binômio persistência-paciência*; o *binômio empenho pesquisístico-autodesassédio mentalsomático*.

Interaciologia: a *interação educação-paraeducação*; a *interação rotina intrafísica-rotina extrafísica*; a *interação autolucidez-aceleração evolutiva*.

Crescendologia: o *crescendo determinação-superação*; o *crescendo repetição-aprimoramento-consolidação de neossinapses*; o *crescendo completismos diários-completismo existencial*.

Trinomiologia: o *trinômio automotivação-trabalho-lazer*; o *trinômio autopesquisa-autenfrentamento-autosuperação*; o *trinômio curto prazo-médio prazo-longo prazo*.

Polinomiologia: o *polinômio ler-interpretar-compreender-refletir*; o *polinômio estudo-reflexão-registros-gescons*; o *polinômio lucidez-racionalidade-lógica-coerência*.

Antagonismologia: o *antagonismo hábito / instinto*; o *antagonismo aprofundamento / superficialidade*; o *antagonismo ser assistido / ser assistente*; o *antagonismo atenção / dispersão*.

Paradoxologia: o *paradoxo de o tempo ser o bem mais valioso e o mais perecível*; o *paradoxo de a conscin de amplo potencial intelectual poder ter preguiça mental*; o *paradoxo de o livro poder isolar o leitor do mundo circundante e ao mesmo tempo abrir janelas para o mundo*.

Politicologia: a *mentalsomatocracia*; a *cognocracia*; a *cosmoeticocracia*; a *discernimentocracia*; a *lucidocracia*; a *proexocracia*; a *evoluciocracia*.

Legislogia: a *lei do maior esforço pessoal*; a *lei de causa e efeito*.

Filiologia: a *autorganizaciofilia*; a *cognofilia*; a *conscienciofilia*; a *evoluciofilia*; a *neofilia*; a *priorofilia*; a *proexofilia*; a *pesquisofilia*.

Fobiologia: a *superação da reciclofobia*.

Sindromologia: a *síndrome da dispersão consciencial*; a *síndrome da subestimação*; a *síndrome da autovitimização prejudicando a evolução*; a *síndrome do comodismo*; a *síndrome da despriorização*; a *profilaxia das síndromes demenciais*.

Maniologia: a *bibliomania*; a *intelectomania*; a *mania do apego ideativo*; a *mania da empolgação parapsíquica*.

Mitologia: o *mito da inspiração sem transpiração*; o *mito da possibilidade de autevoluição sem autesforço*; o *mito do pensador solitário*; a *queda dos mitos multimilenares por meio das autopesquisas*.

Holotecologia: a *mentalsomatoteca*; a *cognoteca*; a *diarioteca*; a *experimentoteca*; a *intelectoteca*; a *racionoteca*; a *pesquisoteca*.

Interdisciplinologia: a Mentalsomatologia; a Cogniciologia; a Autodiscernimentologia; a Amparologia; a Autocriticologia; a Autodeterminologia; a Autopesquisologia; a Cosmoeticologia; a Intencionologia; a Evoluciologia.

IV. Perfilologia

Elencologia: a conscin lúcida; a pessoa organizada; a consciência mentalsomática; a isca humana lúcida; a pessoa neofílica; a conscin bibliofílica; a conscin enciclopedista.

Masculinologia: o acoplamentista; o agente retrocognitor; o amparador intrafísico; o autodecisor; o intermissivista; o conviviólogo; o proexistista; o reeducador; o intelectual; o reciclante existencial; o tenepessista; o pesquisador; o teletertuliano; o verbetólogo; o voluntário.

Femininologia: a acoplamentista; a agente retrocognitora; a amparadora intrafísica; a autodecisora; a intermissivista; a convivióloga; a proexistista; a reeducadora; a intelectual; a reciclante existencial; a tenepessista; a pesquisadora; a teletertuliana; a verbetóloga; a voluntária.

Hominologia: o *Homo sapiens semperaprendens*; o *Homo sapiens attentus*; o *Homo sapiens autocriticus*; o *Homo sapiens methodicus*; o *Homo sapiens studiosus*; o *Homo sapiens consciencilogus*; o *Homo sapiens holomaturologus*; o *Homo sapiens parapercutiens*; o *Homo sapiens cosmovisiologus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: preenchimento mentalsomático *inicial* = as práticas habituais de leituras, pesquisas e reflexões; preenchimento mentalsomático *avançado* = a rotina intelectual consolidada enquanto *modus operandi*, em todas as atividades, com foco multidimensional.

Culturologia: a cultura da priorização mentalsomática; a autolibertação dos idiotismos culturais; a cultura da Autexperimentologia; a cultura da Pesquisologia; a cultura do desassédio mentalsomático.

Antidispersão. Convém ao pesquisador interessado otimizar o aproveitamento do tempo, racionalizar o uso das inúmeras ferramentas tecnológicas disponíveis, por meio da organização e planejamento acurado das atividades e metas diárias, de modo a priorizar as pesquisas essenciais do momento.

Autorreflexões. As reflexões diárias são práticas catalisadoras do desenvolvimento mentalsomático e parapsíquico, promovendo maior autoconhecimento e ajustes nos comportamentos disfuncionais, aprimorando os aprofundamentos autopensênicos e elevando a autestima intelectual.

Pensenidade. A conscin desatenta aos próprios pensenes demonstra alienação, dispersão e falta de interesse com o próprio microuniverso consciencial. Se não pensar por si mesma, ainda está muito subjugada aos processos emocionais.

Autopesquisa. A realização da autopesquisa exige a atuação vigorosa do paracorpo do discernimento. Os fatos e parafatos espelham a realidade nua e crua, cabendo ao pesquisador ponderar frequentemente sobre a qualidade da própria manifestação.

VI. Acabativa

Remissiolgia. 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 preenchimento mentalsomático, indicados para a expan-

são das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Amplitude autopensênica:** Proexologia; Homeostático.
02. **Autodiscernimento:** Holomaturologia; Homeostático.
03. **Autopesquisologia:** Experimentologia; Homeostático.
04. **Avanço mentalsomático:** Mentalsomatologia; Homeostático.
05. **Bibliofilia:** Mentalsomatologia; Homeostático.
06. **Descrenciologia:** Experimentologia; Homeostático.
07. **Escrita conscienciológica:** Mentalsomatologia; Homeostático.
08. **Exercício mentalsomático:** Mentalsomatologia; Homeostático.
09. **Intelecção:** Mentalsomatologia; Homeostático.
10. **Laboratório consciencial:** Autopesquisologia; Neutro.
11. **Mentalsomaticidade libertária:** Liberologia; Homeostático.
12. **Priorização mentalsomática:** Mentalsomatologia; Homeostático.
13. **Reciclagem prazerosa:** Recexologia; Homeostático.
14. **Repetição paciente:** Experimentologia; Homeostático.
15. **Saúde intelectual:** Autoconscienciometrologia; Homeostático.

O PREENCHIMENTO MENTALSOMÁTICO DEVE FUNCIONAR DE MANEIRA COSTUMEIRA E NATURAL PARA A CONSCIN INTERMISSIVISTA. A CONDUTA AUTODISCERNIDORA APONTA O ACERTO EVOLUTIVO E O FOCO NA PROÉXIS.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, utiliza o paracorpo do discernimento com regularidade? Como tem valorizado essas práticas no cotidiano?

Bibliografia Específica:

1. **Vieira, Waldo;** *Léxico de Ortopensatas*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 2 Vols.; 1.800 p.; Vol. II; 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 1.075.

2. **Idem;** *Manual dos Megapensenes Trivocabulares*; revisores Adriana Lopes; Antonio Pitaguari; & Lourdes Pinheiro; 378 p.; 3 seções; 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 termos (megapensenes trivocabulares); 9 refs.; 1 anexo; 27,5 x 21 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2009; página 246.

F. R. C.