

REGOZIO COTIDIANO (HOMEOSTATICOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. O *regozio cotidiano* é a instalação espontânea da condição de satisfação, bem-estar, equilíbrio holossomática e tranquilidade íntima, incitada por fato ou parafato comum, habitual, capaz de ocasionar a oxigenação do holopensene pessoal em meio às pressões da vida dia a dia.

Tematologia. Tema central homeostático.

Etimologia. O vocábulo *regozio* provém do idioma Espanhol, *regocijo*, “alegria expansiva; júbilo”. Surgiu no Século XVI. O termo *cotidiano* deriva do idioma Latim, *quotidianus* ou *cottidianus*, “de todos os dias; diário”. Apareceu no Século XIII.

Sinonimologia: 1. Júbilo cotidiano. 2. Miniprazer costumeiro. 3. Contentamento do dia a dia. 4. Comprazimento habitual. 5. Autossatisfação rotineira.

Cognatologia. Eis, na ordem alfabética, 7 cognatos derivados do vocábulo *regozio*: *regozijada*; *regozijado*; *regozijador*; *regozijadora*; *regozijante*; *regozijar*; *regozijável*.

Neologia. As 3 expressões compostas *regozio cotidiano*, *regozio cotidiano individualizado* e *regozio cotidiano compartilhado* são neologismos técnicos da Homeostaticologia.

Antonimologia: 1. Desgosto cotidiano. 2. Desprazer costumaz. 3. Dissabor habitual. 4. Felicidade patológica. 5. Anedonia.

Estrangeirismologia: o *rapport* bioenergético interconsciencial; o *attachment* à Natureza; o *spot* idílico; a *joie de vivre*.

Atributologia: predomínio das percepções extrassensoriais, notadamente do autodiscernimento quanto à higidez holossomática.

Coloquiologia: a condição de estar *de bem com a vida*; a cena capaz de *fazer bem aos olhos e regalar o espírito*.

II. Fatuística

Pensenologia: o holopensene pessoal da biofilia cosmoética; os lucidopensenes; a lucidopensenidade; os harmonopensenes; a harmonopensenidade; os ortopensenes; a ortopensenidade; a acalmia da autopensenização; o favorecimento à mudança de bloco na autopensenidade; o desanuviamento do holopensene pessoal; a higienização holopensênica; a autossintonização espontânea a holopensenes sadios.

Fatologia: o *regozio cotidiano*; o ato inteligente de extrair prazer das breves vivências sadias corriqueiras; a valorização dos instantes existenciais singelos, memoráveis e habituais; o comprazimento com os pequenos encantos da vida diária; as sensações físicas agradáveis; a interrelação afetiva gratificante; a vivência intelectual enriquecedora; as conjunturas existenciais predisponentes ao contentamento interior; o relaxamento psicofisiológico; o frescor mental; a quietude afetiva; o sentimento de bem-estar; a pacificação íntima; a atenção focada no presente; a pausa na correria cotidiana; a desconexão temporária das problemáticas do dia; o momento fugaz de lazer entre as jornadas laborais; a microférias de minutos; o aproveitamento máximo do tempo existencial; o reconhecimento das raras oportunidades experienciais presentes em ocorrências aparentemente triviais; o júbilo espontâneo por estar vivo, sem pieguice, basbaquice ou polianismo.

Parafatologia: a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; as circunstâncias existenciais propulsoras de revigoramento energossomático instantâneo; as interconexões energéticas salutares do dia a dia; o refazimento holossomático; a aditivação da voliciolina; a irradiação espontânea de energias benígnas.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo ectoplástico fitoenergias-geoenergias-hidroenergias-aeroenergias-zooenergias-hominienergias*.

Principiologia: o *princípio do bem-estar*; o *princípio do intercâmbio energético onipresente*; o *princípio da empatia evolutiva*; o *princípio da reciprocidade*; o *princípio do contágio holopensênico*; o *princípio da convivialidade sadia*; o *princípio da evolução interassistencial*.

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

Tecnologia: as *técnicas energéticas*; as *técnicas projetivas*; as *técnicas de relaxamento*; as *técnicas de autodesassédio*; a *técnica do acoplamento energético*; a *técnica da desassim*; a *técnica da megaeuforização*.

Laboratoriologia: o *laboratório conscienciológico da vida cotidiana*.

Colegiologia: o *Colégio Invisível da Homeostaticologia*; o *Colégio Invisível da Conviviologia*; o *Colégio Invisível da Psicossomatologia*; o *Colégio Invisível da Mentalsomatologia*; o *Colégio Invisível da Parapercepciologia*; o *Colégio Invisível da Interassistenciologia*; o *Colégio Invisível da Consciencioterapia*.

Efeitologia: os *efeitos dos regozijos cotidianos na sustentação da rotina útil*; os *efeitos do bem-estar holossomático na otimização da autevolução*; os *efeitos do equilíbrio somático e energético na expansão mentalsomática*; os *efeitos evolutivos da vida junto à natureza*; o *efeito acolhedor da Botânica em humanos, subumanos e consciexes*; o *efeito desassediador da contemplação da beleza e da harmonia na paisagem natural*; os *efeitos da ortoenergização no bem-estar do assistente*.

Neossinapsologia: a *formação de neossinapses para a apreciação de belezas cotidianas*.

Ciclogia: o *ciclo diário de regozijos cotidianos resguardando a saúde consciencial*.

Enumerologia: o *espairecimento*; o *desenfadamento*; o *desarmamento*; o *alívio*; o *enternecimento*; o *serenamento*; o *revigoramento*. O *relaxante natural*; o *calmante natural*; o *ansiolítico natural*; o *antidepressivo natural*; o *estimulante natural*; o *antialienante natural*; o *autodesassediador natural*.

Binomiologia: o *binômio autodiscernimento cosmoético-pragmatismo evolutivo*; o *binômio trabalho-lazer*; o *binômio automotivação laboral-autodisposição holossomática*.

Interaciologia: a *interação saúde consciencial-bem-estar evolutivo*; a *interação bem-estar pessoal-bem-estar coletivo*.

Trinomiologia: o *trinômio cores-aromas-frescor*; o *trinômio flores vívidas-frutos saborosos-folhas verdejantes*; o *trinômio água fresca-ar puro-sombra aprazível*; o *trinômio olhar fraterno-sorriso amigo-energias balsâmicas*; o *trinômio mente tranquila-espinha ereta-sentimento elevado*; o *trinômio ambiente confortável-clima aconchegante-conversa revigorante*; o *trinômio local sossegado-vínculos sadios-intelecção expandida*.

Polinomiologia: a *amabilidade expressa pelo polinômio postura-olhar-voz-gesto*.

Antagonismologia: o *antagonismo bem-estar / malestar*; o *antagonismo olhar amistoso / olhar distante*; o *antagonismo sorriso franco / sorriso amarelo*; o *antagonismo alegria íntima / risada nervosa*; o *antagonismo bom ânimo / desânimo*; o *antagonismo esperança / desolação*; o *antagonismo ataraxia / infelicidade*.

Paradoxologia: a *paradoxo da complexidade existente no apreço por vivências simples na contemporaneidade*.

Politicologia: a *democracia*.

Legislogia: a *lei do maior esforço aplicada ao autequilíbrio holossomático*.

Filiologia: a *biofilia*; a *conscienciofilia*; a *fitofilias*; a *zoofilias*; a *energofilias*; a *conviviofilias*; a *assistenciofilias*.

Sindromologia: a *profilaxia da síndrome de burnout*.

Mitologia: a *eliminação do mito do sofrimento necessário*.

Holotecologia: a *fitoteca*; a *zooteca*; a *ecoteca*; a *psicologoteca*; a *duploteca*; a *convivio-teca*; a *interassistencioteca*.

Interdisciplinologia: a Homeostaticologia; a Harmoniologia; a Energossomatologia; a Psicossomatologia; a Duplologia; a Grupocarmologia; a Autodesassediologia; a Interassistentiologia; a Cosmoeticologia; a Holomaturologia.

IV. Perfilologia

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

Masculinologia: o acoplamentista; o agente retrocognitor; o amparador extrafísico; o intermissivista; o cognopolita; o compassageiro evolutivo; o comunicólogo; o conscienciólogo; o conscienciômetra; o consciencioterapeuta; 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 tenepessista; o ofiexista; o parapercepciologista; o pesquisador; o pré-serenão vulgar; o projetor consciente; o tertuliano; o verbetógrafo; o verbetólogo; o voluntário; o tocador de obra; o homem de ação.

Femininologia: a acoplamentista; a agente retrocognitora; a amparadora extrafísica; a intermissivista; a cognopolita; a compassageira evolutiva; a comunicóloga; a consciencióloga; a conscienciômetra; a consciencioterapeuta; 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 tenepessista; a ofiexista; a parapercepciologista; a pesquisadora; a pré-serenona vulgar; a projetora consciente; a tertuliana; a verbetógrafa; a verbetóloga; a voluntária; a tocadora de obra; a mulher de ação.

Hominologia: o *Homo sapiens attentus*; o *Homo sapiens biophilicus*; o *Homo sapiens energossomaticus*; o *Homo sapiens fraternus*; o *Homo sapiens amicus*; o *Homo sapiens neophilicus*; o *Homo sapiens felix*.

V. Argumentologia

Exemplologia: regozijo cotidiano *individualizado* = a satisfação íntima surgida no abrir a janela e se deparar com cores e aromas de manhã primaveril; regozijo cotidiano *compartilhado* = a satisfação mútua do casal surgida no colóquio carinhoso no recanto doméstico ao final do dia.

Culturologia: a *cultura da omniconvivialidade sadia*; a *cultura da simplicidade*.

Taxologia. Eis, por exemplo, em ordem alfabética, 25 agentes passíveis de incitar regozijos cotidianos em conscins predispostas, com as respectivas exemplificações:

01. **Amigo.** O aceno e o sorriso acolhedor do compassageiro estimado.
02. **Amparo.** O parabano energético promovido pelo amparador extrafísico.
03. **Aroma.** O odor natural e agradável das ervas aromáticas.
04. **Árvore.** A imponentia do vegetal frondoso.
05. **Assistente.** A gratidão pelo auxílio recebido do agente da tares.
06. **Assistido.** O alívio no semblante do interlocutor esclarecido na demanda pessoal.
07. **Bebê.** O riso e a fâcies empática da criança pequena.
08. **Borboleta.** A geometria colorida das asas e o borboleio.
09. **Brisa.** A sensação de frescor da aragem matinal.
10. **Cão.** A *festinha* e os agrados caninos.
11. **Céu.** A limpidez e o brilho do azul celeste.
12. **Conversa.** O bate-papo ameno com troca afetiva revigorante.
13. **Duplista.** As mãos dadas e o brilho no olhar afetuoso do ser amado.
14. **Feito.** O orgulho íntimo e silencioso ao término do trabalho bem-feito.

15. **Flor.** O formato, coloração e cheiro do espécime formoso.
16. **Gato.** O chamego e o ronronar felino.
17. **Gota d'água.** A sensação refrescante das gotículas de água límpida no soma.
18. **Heterorrealização.** A satisfação benévola com o êxito alheio.
19. **Insight.** A elucidação de autoquestionamento antes perduradouro.
20. **Mar.** Os movimentos e sons das ondas quebrando na praia.
21. **Mimo.** A doação de presente selecionado cuidadosamente para o receptor.
22. **Neocognição.** A apreensão de novo conhecimento útil.
23. **Paisagem.** O cenário paradisíaco observado presencial ou digitalmente.
24. **Pássaro.** O cantar e o planar da bela ave.
25. **Sol.** A luminosidade e a leve quentura dos primeiros raios solares.

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

01. **Aconchego botânico:** Intrafisicologia; Homeostático.
02. **Ânimo extra:** Autorrecexologia; Homeostático.
03. **Autocenografia existencial:** Paracosmovisiologia; Neutro.
04. **Bem-estar:** Homeostaticologia; Homeostático.
05. **Conversa revigorante:** Coloquiologia; Homeostático.
06. **Descompressão consciencial:** Intraconscienciologia; Neutro.
07. **Desopressão holopensênica:** Holopensenologia; Homeostático.
08. **Eudemonia cosmoética:** Homeostaticologia; Homeostático.
09. **Felicidade patológica:** Parapatologia; Nosográfico.
10. **Harmoniologia:** Cosmoeticologia; Homeostático.
11. **Júbilo cosmoético:** Holomaturologia; Homeostático.
12. **Limpidez mental:** Mentalsomatologia; Homeostático.
13. **Satisfação benévola:** Psicossomatologia; Homeostático.
14. **Senso de gratidão:** Holomaturologia; Homeostático.
15. **Solicitude cotidiana:** Interassistenciologia; Homeostático.

A VIDA COTIDIANA PROMOVE REGOZIJOS SALUTARES, RELAXANTES E AUTO-HIGIENIZANTES, PARA QUEM OPTA POR RECONHECÊ-LOS E APROVEITÁ-LOS, OBJETIVANDO O FORTALECIMENTO DO ÂNIMO PRÓ-EVOLUÇÃO LÚCIDA.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, valoriza as circunstâncias cotidianas promotoras de regozijos pessoais? Quais contribuições à autoprodutividade evolutiva tais vivências regozijantes propiciaram?

Bibliografia Específica:

1. **Vieira, Waldo;** *700 Experimentos da Conscienciologia*; 1.058 p.; 40 seções; 100 subseções; 700 caps.; 147 abrevs.; 1 cronologia; 100 datas; 1 *E-mail*; 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; páginas 346 e 368.

A. L.