

## VIAGEM DE FÉRIAS (HOMEOSTATICOLOGIA)

### I. Conformática

**Definologia.** A *viagem de férias* é o deslocamento intrafísico, de lazer, realizado durante o período de descanso anual ou semestral do estudante ou trabalhador, objetivando a quebra da rotina e o esparecimento, favorecendo a saúde holossomática para novo período de trabalho.

**Tematologia.** Tema central neutro.

**Etimologia.** O termo *viagem* procede do idioma Provençal, *viatge*, e este do idioma Latim, *viaticum*, “provisões ou dinheiro para viagem”. Surgiu no Século XIV. O vocábulo *férias* tem origem no idioma Latim, *feriae*, “dias nos quais os romanos não trabalhavam por razões religiosas”.

**Sinonimologia:** 1. Viagem recreativa. 2. Turismo. 3. Dromomania sadia. 4. Excursão. 5. Lazer alhures.

**Cognatologia.** Eis, na ordem alfabética, 10 cognatos derivados do vocábulo *viagem*: *viagear*; *viagíssimo*; *viajada*; *viajadeiro*; *viajado*; *viajante*; *viajão*; *viajar*; *Viajologia*; *viajor*.

**Neologia.** As duas expressões compostas *viagem de férias profilática* e *viagem de férias terapêutica* são neologismos técnicos da Homeostaticologia.

**Antonimologia:** 1. Viagem a trabalho. 2. Férias em casa. 3. Ausência de férias. 4. *Workaholism*. 5. Turismo existencial.

**Estrangeirismologia:** o *savoir-vivre*; o *dolce far niente*; o *relaxing*; o movimento *slow travel*; o *backpacker*; o *flashpacking*; o *geeky traveler*; as *nanobreaks*; a *staycation*.

**Atributologia:** predomínio dos sentidos somáticos, notadamente do autodiscernimento quanto ao emprego sadio do corpo físico na vida humana.

**Megapensenologia.** Eis 3 megapensenes trivocabulares relativos ao tema: – *Férias*: *afrouxamento pensênico*. *Miniférias*: *saúde consciencial*. *Maxiférias*: *doença crônica*.

**Filosofia:** o Anti-*workaholism*; o Antiescravagismo; o Antiabsenteísmo; o Hedonismo.

### II. Fatuística

**Pensenologia:** o holopensene pessoal do equilíbrio; os equilibriopensenes; a equilíbrio-pensenidade; os ortopensenes; a ortopensenidade; os lucidopensenes; a lucidopensenidade; os conviviopensenes; a conviviopensenidade; a variação holopensênica visando a saúde consciencial; o desanuviamiento do holopensene pessoal; a pensenidade hígida; a otimização do holopensene organizacional com as viagens de férias dos funcionários.

**Fatologia:** a viagem de férias; a mudança de ambiente; o distanciamento da pressão, dos problemas e conflitos do trabalho; a quebra da rotina; a organização prévia à viagem de férias; as orientações pertinentes ao substituto no ambiente de trabalho profissional; a arrumação doméstica antecedendo a viagem; a boa acomodação de crianças e *pets* para viajar com tranquilidade; a pesquisa e análise de empresas de viagem idôneas; a escolha do destino evitando as superlotações desgastantes; o planejamento da viagem; o cronograma da viagem; a arrumação dos documentos da viagem com segurança; a antecedência nos preparativos; o período de descontração; o contato com novos estímulos; a Higiene Mental; os passeios revigorantes; o cansaço sadio de passear; o refazimento holossomático; o aumento da disposição; o contato com pessoas afins; o tempo livre dedicado aos interesses pessoais; os autocuidados; o relógio, os telefonemas e os *E-mails* dispensados; a perda da noção do horário; o desfrutar da paisagem; as refeições feitas com calma; a experimentação do movimento *slow*; o espaço mental para as novidades; a compra de *souvenirs* para amigos e familiares; a degustação da culinária local; a vida vista sob outro prisma; a minimização das dificuldades cotidianas; a reorganização consciencial.

**Parafatologia:** a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; a interação bioenergética com a Natureza; a desintoxicação energética; a desassimilação das energias; a compensação energética; a soltura holossomática; a atuação dos amparadores a partir da descontração do viajante; o oásis bioenergético da *Cognópolis*; a manutenção da prática da tenepes nas férias; o domínio energético exigido na Higiene Consciencial; o autencapsulamento em holopenses nocivos; a volitação revigorante do projetor lúcido; a megaeuforização como férias permanentes.

### III. Detalhismo

**Principiologia:** o princípio da preservação da vida; o princípio do ócio criativo.

**Codigologia:** as cláusulas do código pessoal de Cosmoética (CPC) referentes à manutenção da saúde holossomática; o código duplista de Cosmoética (CDC) respeitando os limites conscienciais do(a) duplista mais necessitado de viagem de férias.

**Teoriologia:** a teoria e prática da existência humana sadia.

**Tecnologia:** as técnicas de viagem; a técnica de viver evolutivamente.

**Voluntariologia:** o voluntário bem disposto depois da viagem de férias.

**Laboratoriologia:** os laboratórios conscienciológicos de autopesquisa do balneário bioenergético do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC).

**Efeitologia:** o efeito autodesassediador da viagem de férias; o efeito da olorização semelhante ao de viagem de férias; os efeitos profiláticos da viagem de férias.

**Neossinapsologia:** as neossinapses necessárias ao workaholic para abordar a viagem de férias enquanto investimento na saúde e não desperdício de tempo.

**Ciclogia:** o ciclo trabalho-férias; o ciclo viagem-retorno; o ciclo vital juventude-maturidade-velhice; o ciclo poupar-viajar; o ciclo ser convidado-convidar; o ciclo parada-aceleração; o ciclo da autorganização; o ciclo viajar-compartilhar.

**Enumerologia:** as férias escolares; as férias do trabalho; as férias da rotina doméstica; as férias da cidade grande; as férias anuais do empregado; as férias prolongadas do aposentado; as férias coletivas nas empresas.

**Binomiologia:** o binômio lazer-prazer; o binômio férias-descontração; o binômio viagem de férias-lua-de-mel; o binômio leitura de guias-contato com lugares; o binômio mapa-orientação; o binômio companheiro de viagem-duplista; o binômio viagem de férias-gescons.

**Interaciologia:** a interação estresse patológico-doença genética; a interação workaholism-abreviamento da vida; a interação trabalho sem pausa-queda da produtividade; a interação competitividade profissional-medo de tirar férias; as interações intergeracionais na viagem de férias em família; as novas interações com pessoas, ambientes, ideias, realizadas durante viagem de férias; a interação companhias intrafísicas-companhias extrafísicas.

**Crescendologia:** o crescendo profilático Higiene Mental-Higiene Consciencial; o crescendo nosográfico cansaço-estresse patológico-estafa; o crescendo euforin-primener-cipriene.

**Trinomiologia:** o trinômio autorganização-saúde-longevidade; o trinômio deslocamento intrafísico-mudança holopensênica-renovação consciencial; o trinômio viagem de férias-reflexões-reciclagens; o trinômio passear-conversar-gargalhar; o trinômio viagem-gastronomia-cultura.

**Antagonismologia:** o antagonismo miniférias / maxiférias; o antagonismo viagem de férias / viagem de mudança; o antagonismo autoculpa / férias; o antagonismo vida vegetativa / vida ativa; o antagonismo viagem de férias / itinerância interassistencial; o antagonismo viagem de férias / Cuidadologia; o antagonismo boavidismo / compléxis.

**Paradoxologia:** o paradoxo de a viagem de férias aumentar a produtividade no trabalho; o paradoxo da viagem de férias gerar estresse negativo quando mal planejada.

**Politicologia:** a Política Mundial de Saúde Mental; as políticas públicas para a promoção da saúde da população através de viagens; as políticas organizacionais de férias e viagens.

**Legislogia:** as leis trabalhistas de descanso laboral; as leis da Fisiologia Humana; a lei do maior esforço aplicada com critérios.

**Filiologia:** a somatofilia; a equilíbriofilia; a proexofilia.

**Fobiologia:** a hedonofobia; a interaciofobia; a disciplinofobia.

**Sindromologia:** o combate à *síndrome do stress*, à *síndrome da robéxis*, à *síndrome de burnout* e à *síndrome do exaurimento energético*.

**Maniologia:** a dromomania sadia evitando a riscomania doentia.

**Mitologia:** a superação do *mito da invulnerabilidade consciencial*.

**Holotecologia:** a somatoteca; a nosoteca; a terapeutocoteca.

**Interdisciplinologia:** a Homeostaticologia; a Viajologia; a Intrafiscologia; a Conviviolgia; a Duplologia; a Holossomatologia; a Gerontologia; a Prevenciologia; a Terapeutologia; a Higienologia; a Consciencioterapia.

#### IV. Perfilologia

**Elencologia:** a conscin estudante; o ser pró-saúde; a pessoa trabalhadora.

**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 tenepeessista; o ofiexista; o parapercepciologista; o pesquisador; o projetor consciente; o sistemata; o tertuliano; 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; 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 tenepeessista; a ofiexista; a parapercepciologista; a pesquisadora; a projetora consciente; a sistemata; a tertuliana; a verbetóloga; a voluntária; a tocadora de obra; a mulher de ação.

**Hominologia:** o *Homo sapiens sanus*; o *Homo sapiens homeostaticus*; o *Homo sapiens somaticus*; o *Homo sapiens biophilicus*; o *Homo sapiens aequilibratus*; o *Homo sapiens orthopensenicus*; o *Homo sapiens interassistentialis*.

#### V. Argumentologia

**Exemplologia:** viagem de férias *profilática* = aquela visando a manutenção da saúde holossomática; viagem de férias *terapêutica* = aquela de recuperação da saúde holossomática.

**Culturologia:** a *cultura do bem-estar*; a *cultura da qualidade de vida*.

**Taxologia.** Eis, na ordem alfabética, 33 exemplos de modalidades turísticas disponíveis para os viajantes de férias:

01. **Turismo alternativo:** as modalidades não convencionais.
02. **Turismo cemiterial:** as obras de artes e curiosidade mórbida sobre cemitérios.
03. **Turismo científico:** a realização de estudos e pesquisas científicas em campo.
04. **Turismo cultural:** o conhecimento de povos e culturas.
05. **Turismo da miséria:** a experimentação da pobreza em condições de luxo.
06. **Turismo da terceira idade:** o foco nas necessidades e comportamentos dos idosos.
07. **Turismo de aventura:** os desafios e as viagens arrojadas.

08. **Turismo de bem-estar e saúde:** a melhora das condições físicas ou intraconscien-  
ciais.
09. **Turismo de compras:** o abastecimento do estoque dos consumidores.
10. **Turismo de elite:** os serviços personalizados direcionados à classe social alta.
11. **Turismo de incentivo:** os programas objetivando premiar equipes e funcionários.
12. **Turismo de massa:** as modalidades turísticas com grande quantidade de pessoas,  
em geral, de classes de baixa renda.
13. **Turismo de nudismo:** o grupo de naturalistas nudistas.
14. **Turismo de sol e praia:** a recreação, entretenimento, descanso em regiões de praias.
15. **Turismo doméstico:** as viagens no próprio país.
16. **Turismo ecológico:** a visita aos atrativos da Natureza.
17. **Turismo econômico:** as excursões a preços populares.
18. **Turismo enológico:** a degustação de vinhos em determinada região.
19. **Turismo equestre:** o uso de cavalos para locomoção.
20. **Turismo espacial:** as excursões para fora da Terra, ainda somente para milionários.
21. **Turismo esportivo:** os programas específicos de práticas esportivas.
22. **Turismo feminino:** o público-alvo exclusivo de mulheres.
23. **Turismo gastronômico:** a degustação de pratos típicos em determinada região.
24. **Turismo internacional:** as viagens para outros países.
25. **Turismo itinerante:** a parada em várias cidades diferentes dentro de mesmo roteiro.
26. **Turismo jovem:** o praticado pelos jovens.
27. **Turismo náutico:** as atividades relacionadas à navegação no mar, rios ou lagos,  
com diferentes embarcações.
28. **Turismo pedestre:** a modalidade turística em caminhos não-pavimentados sinali-  
zados.
29. **Turismo popular:** os centros turísticos e recreativos de baixo custo próximo às  
grandes cidades.
30. **Turismo religioso:** a visitação de santuários ou monumentos religiosos.
31. **Turismo rural:** os serviços turísticos em ambiente campestre.
32. **Turismo seletivo:** o específico para pessoas de alta renda.
33. **Turismo temático:** os roteiros feitos por museus e instituições educacionais.

## VI. Acabativa

**Remissiológia.** 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 viagem de férias, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Antissomática:** Somatologia; Nosográfico.
02. **Autodesempenho proexológico:** Proexologia; Homeostático.
03. **Autodisposição:** Experimentologia; Neutro.
04. **Automotivação:** Psicossomatologia; Homeostático.
05. **Bem-estar:** Homeostaticologia; Homeostático.
06. **Cansaço:** Consciencioterapia; Neutro.
07. **Compatibilidade automotivação-trabalho:** Experimentologia; Homeostático.
08. **Equilibrilogia:** Homeostaticologia; Homeostático.
09. **Eustresse:** Homeostaticologia; Homeostático.
10. **Fitoconvivialidade:** Conviviologia; Homeostático.
11. **Longevidade produtiva:** Intrafisiologia; Homeostático.
12. **Parada produtiva:** Autexperimentologia; Homeostático.
13. **Pé-de-meia somático:** Somatologia; Homeostático.
14. **Técnica do trinômio automotivação-trabalho-lazer:** Intrafisiologia; Neutro.
15. **Workaholism:** Parapatologia; Nosográfico.

## **ANTES DA VIVÊNCIA PLENA DO TRINÔMIO AUTOMOTIVAÇÃO-TRABALHO-LAZER, A VIAGEM DE FÉRIAS BEM PLANEJADA AINDA É RECURSO BENÉFICO PARA O PRÉ-SE-RENÃO FAZER A HIGIENE MENTAL DA ROTINA LABORAL.**

**Questionologia.** Você, leitor ou leitora, mantém a homeostase holossomática produtiva o tempo todo? Já pensou em tirar férias e viajar?

### **Bibliografia Específica:**

1. **Arakaki, Kátia; *Viagens Internacionais: O Nomadismo da Conscienciologia***; pref. Simone de La Tour; revisores Cathia Caporali; *et al.*; 308 p.; 7 seções; 33 caps.; 13 abrevs.; 13 *E-mails*; 123 enus.; 1 foto; 1 microbiografia; miniglos. 106 termos; 1 tab.; 8 *websites*; glos. 155 termos; 244 refs.; alf.; geo.; ono.; 21 x 14 cm; br.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2005; páginas 36 a 38.

2. **Vieira, Waldo; *Manual dos Megapenses 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 pontuações; 1 técnica; 4.672 temas; 53 variáveis; 1 verbete enciclopédico; 16 *websites*; glos. 12.576 termos (megapenses trivocabulares); 9 refs.; 1 anexo; 27,5 x 21 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2009; página 192.

K. A.