

CONSCIN EMOCIONAL (PSICOSSOMATOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. A *conscin emocional* é a consciência intrafísica, homem ou mulher, movida por memórias, desejos, caprichos e anseios instintuais, sob ascendência do subcérebro abdominal, comprometendo a avaliação, apreensão, compreensão, lucidez, discernimento, conduta e comportamento nas interrelações conscienciais e desempenho autevolutivo.

Tematologia. Tema central nosográfico.

Etimologia. O vocábulo *consciência* vem do idioma Latim, *conscientia*, “conhecimento de alguma coisa comum a muitas pessoas; conhecimento; consciência; senso íntimo”, e este do verbo *conscire*, “ter conhecimento de”. Surgiu no Século XIII. O prefixo *intra* deriva também do idioma Latim, *intra*, “dentro de; no interior; no intervalo de; durante; no recinto de; próximo ao centro; interiormente”. O termo *físico* procede igualmente do idioma Latim, *physicus*, e este do idioma Grego, *physikós*, “relativo à Natureza ou ao estudo da mesma”. Apareceu no Século XIII. A palavra *emocional* provém do idioma Francês, *émotion*, “perturbação moral”, derivado de *émouvoir*, e esta do idioma Francês Antigo, *motion*, com origem no idioma Latim, *motio*, “movimento; perturbação (febre)”. Surgiu em 1922.

Sinonimologia: 1. Conscin emotiva. 2. Indivíduo sensível emocionalmente. 3. Conscin sentimental. 4. Indivíduo dramático. 5. Conscin comocional.

Neologia. As 3 expressões compostas *conscin emocional*, *conscin emocional ignorante* e *conscin emocional esclarecida* são neologismos técnicos da Psicossomatologia.

Antonimologia: 1. Conscin mentalsomática. 2. Indivíduo autodiscernidor; indivíduo racional. 3. Conscin imperturbável. 4. Conscin pacífica. 5. Conscin desperta.

Estrangeirismologia: o *gap* emocional entre a teoria e a prática; as *unknown emotions*; a depressão *light*.

Atributologia: predomínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto às manifestações psicossomáticas.

Coloquiologia: a *paixonite aguda*; o ato de *ficar “cego” de amor*; o *estopim emocional*; o *chilique*; o estilo *não-me-toque*; o *ficar vermelho de raiva*; o descontrolado *cavando o próprio buraco*; a pessoa *se achando o centro do universo*.

Megapensenologia. Eis 2 megapensenes trivocabulares relativos ao tema: – *Evitemos falsificar emoções. Traduzamos nossas emoções*.

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

1. “**Emoções.** As emoções tanto curam quanto matam. O **autodiscernimento** sempre cura”. “Não se foge das próprias **emoções**, o mais inteligente é dosar os seus efeitos. Cada consciência tem as **emoções** a que se submete por sua própria vontade”.

2. “**Temperamentologia.** Sem **autocrítica**, não se muda o temperamento. Há temperamentos graníticos fixados milenarmente nas consciências. O primeiro passo para a depuração do temperamento é a análise do processo afetivo, do emocional ou comocional, ou seja, da Psicossomatologia”.

II. Fatuística

Pensenologia: o holopensene pessoal da imaturidade emocional; os egopensenes; a egopensenedade; o holopensene pessoal desequilibrado; os lateropensenes imaturos; a lateropensenedade; os xenopensenes; a xenopensenedade; os patopensenes; a patopensenedade; o holopensene pessoal carregado no *sen*; a subjugação aos pensenes emocionais.

Fatologia: o egocentrismo predominando nas manifestações pessoais; o ocultamento da real emoção; a negação do incômodo; o medo de assumir as imaturidades; o orgulho mascarando a verdadeira emoção; a perda da autenticidade ao camuflar as emoções; a memória emocional alterando os fatos vivenciados; a negligência em curar as feridas emocionais; o analfabetismo emocional; a incapacidade de identificar ou compreender as próprias emoções; a alexitimia; a ausência de discernimento afetivo; o autoconflito provocado pela acriticidade emocional; a carência afetiva; a autagressão; a autoculpa; o medo à felicidade; o medo de errar; a dificuldade em perdoar; a manipulação; a verborreia emocional; a expectativa da tragédia eminente; a dependência da opinião externa; a extrapolação dos próprios limites para agradar o outro; a melin devido à crise intraconsciente; as repercussões somáticas decorrentes das emoções não superadas; as doenças resultantes da emoção reprimida; a dor somática fantasma; as doenças autoimunes; a utilização de falácias gerando malentendidos; a distorção dos sentimentos defendida pelos falsos argumentos; a subutilização do córtex cerebral; a dificuldade em ouvir ideias ou considerações diferentes; a ausência de reflexão levando ao auto e heterengano; a falta de discernimento induzindo a soluções mais fáceis e menos evolutivas; a vulnerabilidade à pressão emocional dos grupos; as reações emocionais patológicas apreendidas no convívio familiar; a crítica do ato praticado por outrem porém sem autocritica quando realizado por si; o investimento na autopesquisa; o arco voltaico facilitando o desbloqueio cortical para maior compreensão do momento vivenciado; a autanálise crítica; a identificação da emoção sentida; o novo posicionamento a partir da autorreflexão; o ato de compreender as próprias emoções de maneira mentalsomática; o autocontrole após o entendimento do fato; a assunção da responsabilidade pela emoção indesejada; a reconciliação a partir da compreensão da emoção do outro; a substituição com discernimento dos desejos pessoais egoicos pela assistência fraterna.

Parafatologia: a negligência na prática do estado vibracional (EV) profilático; a impossibilidade em esconder as emoções na dimensão extrafísica; a parapsicose pós-dessomática advinda das emoções não trabalhadas; a influência patológica das consciexes na conscin emocional; a negação da influência das consciexes no humor pessoal; a energosfera descompensada emocionalmente atrativa à consciex emotiva; a condição de isca humana inconsciente; a desatenção da consciência ao assédio extrafísico; a labilidade parapsíquica de base psicossomática; a intoxicação energética decorrente da condição de conscin-esponja; a projeção vexaminosa mostrando as imaturidades emocionais; a projeção consciente (PC) como antídoto ao medo; as projeções esclarecedoras auxiliando no entendimento da situação emocional vivenciada; a atuação enquanto isca humana lúcida; a identificação das energias do amparador extrafísico em consequência da assistência fraterna realizada.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo nosográfico carência afetiva-vitimização*.

Principiologia: a ausência do *princípio da autocriticidade cosmoética*; a ausência do *princípio da convivência fraterna*; o *princípio da reeducação emocional*; o *princípio de a emoção serena ser meta síntese de todo intermissivista*.

Codigologia: o *código pessoal de Cosmoética* (CPC) auxiliando a conscin emocional a superar as imaturidades; o *código grupal de Cosmoética* (CGC) auxiliando na superação das interprisões grupocármicas.

Teoriologia: a *teoria das interprisões grupocármicas*; a *teoria da reciclagem intrafísica*.

Tecnologia: a *técnica de respirar fundo*; a *técnica de contar até 10*; a *técnica da meditação*; a *técnica da autoconsciencioterapia*; a *técnica da autorreflexão de 5 horas*; a *técnica da imobilidade física vígil* (IFV) favorecendo o domínio do soma; a *técnica diária de anotação dos pensenes* para identificar as imaturidades emocionais; a *técnica de mais 1 ano de vida intrafísica* propiciando a aceleração do autoconhecimento emocional.

Voluntariologia: a oportunidade dos reencontros dos *voluntários nas Instituições Conscienciocêntricas* (ICs) para superação das pendências emocionais.

Laboratoriologia: o laboratório conscienciológico da Autocosmoeticologia; o laboratório conscienciológico da Autopensenologia; o laboratório conscienciológico da Automentalso-matologia; o laboratório conscienciológico da Reeduaciologia.

Colegiologia: o Colégio Invisível da Consciencioterapia; o Colégio Invisível da Conscienciometrologia; o Colégio Invisível da Tenepessologia.

Efeitologia: o efeito multidimensional das manifestações psicossomáticas; o efeito da falta de autopesquisa nas reações da conscin; o efeito bola de neve emocional ao ignorar os conflitos; o efeito da autorrepressão das emoções; o efeito dos desejos egoístas; o efeito da falta da autassistência; o efeito da emoção na escolha da alimentação; os efeitos dos autenfrentamentos e autossuperações emocionais na autevolução; o efeito libertador do perdão.

Neossinapsologia: as neossinapses adquiridas na reeducação afetiva.

Ciclogia: o ciclo dos altos e baixos emocionais.

Enumerologia: a aversão sem sentido; o medo paralisante; a raiva descomedida; a tristeza camuflada; a mágoa cultivada; a autoculpa construída; a alegria exagerada. A aversão ultrapassada; o medo enfrentado; a raiva racionalizada; a tristeza superada; a mágoa compreendida; a autoculpa desfeita; a alegria serena.

Binomiologia: o binômio autassédio emocional–heterassédio emocional; o binômio autodesvalorização–autodesrespeito; o binômio conscin autêntica–conscin autocrítica; o binômio admiração–discordância.

Interaciologia: a interação pensamentos-emoções; a interação neocórtex-amígdala.

Crescendologia: o crescendo medo-rejeição-isolamento.

Trinomiologia: o trinômio autopesquisa–autoconhecimento–autevolução.

Polinomiologia: o polinômio medo-susto-pânico-pavor-terror; o polinômio raiva-indignação-ódio-mágoa-ressentimento; o polinômio tristeza-desgosto-desilusão-lamento-melancolia-pesar-luto; o polinômio surpresa-admiração-deslumbramento-fascínio; o polinômio alegria-satisfação-deleite-felicidade-êxtase.

Antagonismologia: o antagonismo extravasar a emoção / reprimir a emoção.

Paradoxologia: o paradoxo de quanto mais as emoções são escondidas, mais aparecem; o paradoxo de a repressão de emoções indesejadas poder também provocar a repressão das desejadas alegrias.

Politicologia: a lucidocracia; a cosmoeticocracia; a evolucionocracia.

Legislogia: a lei da reeducação emocional; a lei do maior esforço evolutivo aplicado ao autodomínio emocional.

Filiologia: o investimento na conviviofilia; a importância da assistenciofilia.

Fobiologia: a superação da autopesquisofobia.

Sindromologia: a síndrome da autovitimização; a síndrome do ansiosismo; a síndrome da autodesvalorização provocando a perda de oportunidades evolutivas; a síndrome da dispersão consciencial inibindo as percepções autênticas; a síndrome da decidofobia; a síndrome da indisciplina autopensênica.

Maniologia: a mania pela procura do prazer ectópico.

Mitologia: os mitos influenciando a conscin inexperiente e imatura; o mito da reciclagem sem esforço.

Holotecologia: a parapsicoteca; a conscienciometroteca; a consciencioterapeuticoteca.

Interdisciplinologia: a Psicossomatologia; a Autodesassediologia; a Autopesquisologia; a Autodiscernimentologia; a Parapatologia; a Recexologia; a Recinologia; a Energossomatologia; a Mentalsomatologia; a Voliciologia.

IV. Perfilologia

Elencologia: a conscin emocional; a pessoa conflituosa; a conscin perturbada; a conscin melindrada; a conscin medrosa; a conscin magoada; a pessoa emocionalmente desequilibrada; a pessoa energeticamente descompensada; a isca humana inconsciente; a pessoa influenciável;

a conscin-esponja; a conscin depressiva; a conscin parapsíquica imatura; a isca humana lúcida; o ser interassistencial.

Masculinologia: o chorão; o apaixonado; o raivoso; o manipulador; o ciumento; o intermissivista; o tenepessista; o duplista; o escritor; o verbetógrafo; o voluntário; o tocador de obra; o homem de ação.

Femininologia: a chorona; a apaixonada; a raivosa; a manipuladora; a ciumenta; a intermissivista; a tenepessista; a duplista; a escritora; a verbetógrafa; a voluntária; a tocadora de obra; a mulher de ação.

Hominologia: o *Homo sapiens emotionalis*; o *Homo sapiens illucidus*; o *Homo sapiens immaturus*; o *Homo sapiens pathopenenicus*; o *Homo sapiens egocentricus*; o *Homo sapiens perquisitor*; o *Homo sapiens recyclans*; o *Homo sapiens autorreeducator*.

V. Argumentologia

Exemplologia: conscin emocional *ignorante* = aquela com reações regidas pelo subcérebro abdominal, de modo irrefletido e irracional, sem autocrítica; conscin emocional *esclarecida* = aquela utilizando o mentalsoma para o autenfrentamento e recin das automanifestações pensênicas.

Culturologia: a *cultura da emoção*; a *cultura religiosa de repressão emocional*; a *cultura monárquica* interferindo na extravasão das verdadeiras emoções; a *cultura do autoconhecimento evolutivo* descortinando novas prioridades.

Paragenética. Segundo a *Parageneticologia*, a cada ressonância a consciência traz as experiências emocionais das retrovidas, influenciando a autopenalidade e as reações emocionais no presente.

Função. De acordo com a *Somatologia*, a principal função das emoções é gerar respostas e comportamentos, objetivando a sobrevivência do indivíduo diante do estímulo externo, seja para proteger ou impulsioná-lo.

Intensidade. Sob a ótica da *Pensenologia*, a emoção resulta do equilíbrio entre os pensamentos, sentimentos e energias sobre os fatos, em função da interpretação e do grau de cosmovisão da realidade vivenciada. A intensidade da emoção negativa será maior quanto menor for a capacidade de a conscin compreender a causa do transtorno.

Serenões. Conforme a *Holomaturologia*, a emoção não desaparece com os Serenões, ficando dominada sem inculcações patológicas, ou seja, chega-se a esse nível evolutivo compreendendo e acolhendo as emoções pessoais.

Variáveis. Sob a ótica da *Autolucidologia*, cada emoção pode gerar diversas reações. Eis, por exemplo, 16 variáveis emocionais, na ordem alfabética, classificadas em 2 grupos:

A. **Positivas.** Emoções ou estados de ânimo decorrentes de experiência agradável de bem-estar, contentamento e segurança íntima com a função de criar vínculos entre as pessoas:

01. **Afeição.**
02. **Alegria.**
03. **Amor.**
04. **Confiança.**
05. **Empatia.**
06. **Gratidão.**
07. **Otimismo.**
08. **Serenidade.**

B. **Negativas.** Estados de ânimo desagradáveis, podendo advertir sobre determinadas circunstâncias consideradas ameaçadoras ou desafiadoras:

09. **Culpa.**
10. **Decepção.**
11. **Opressão.**
12. **Preocupação.**
13. **Raiva.**
14. **Rancor.**
15. **Tristeza.**
16. **Vergonha.**

Nosografia. Sob a ótica da *Psicossomatologia*, eis, por exemplo, na ordem alfabética, 5 condições dificultadoras da identificação e do contato com as emoções pessoais:

1. **Autodesorganização:** a pensividade desordenada; a confusão; a desatenção.
2. **Autoperdoamento:** a autopermissão para repetir as mesmas reações impulsivas; o hábito de se desculpar, justificar.
3. **Autorrepressão:** a emoção mantida em segredo através dos mecanismos de autorrepressão; quanto maior a autorrepressão emocional, menor a liberdade consciencial.
4. **Autossabotagem:** a aceitação de determinada emoção falsa como sendo verdadeira; a sustentação da emoção “conveniente” e contrária aos próprios interesses evolutivos; o disfarce; a fuga.
5. **Autovitimização:** a dificuldade em responsabilizar-se pelas próprias emoções; a autotulpa; a autodepreciação; a dependência emocional.

Terapeuticologia. De acordo com a *Autoconsciencioterapia*, eis, por exemplo, na ordem alfabética, 7 providências para o entendimento e qualificação das emoções no microuniverso consciencial:

1. **Autenticidade:** a identificação, autocompreensão e autaceitação da emoção realmente sentida; o autoafeto.
2. **Autodiscernimento:** a compreensão das crises de crescimento com autolucidez para aprofundar o autoconhecimento e aproveitamento do momento vivenciado.
3. **Autenfrentamento:** a prática das ações planejadas para superação de determinada emoção; a autavaliação dos medos.
4. **Interassistência:** a realização da heterassistência decorrente das autossuperações pessoais; a tenepes.
5. **Responsabilidade:** a assunção, reconhecimento dos trafores e audácia cosmoética em fazer escolhas em sintonia com os valores pessoais cosmoéticos.
6. **Sobreparamento:** a condição do distanciamento crítico para compreender a vivência emocional.
7. **Técnicas:** a utilização de *técnicas para autossuperações emocionais* especialmente a prática do estado vibracional profilático.

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

01. **Antivitimologia:** Holomaturologia; Homeostático.
02. **Autenganologia:** Errologia; Nosográfico.
03. **Autoconscienciometria desrepressiva:** Autoconscienciometrologia; Homeostático.
04. **Autodesrespeito:** Autoconscienciometrologia; Nosográfico.
05. **Autodiscernimento afetivo:** Mentalsomatologia; Homeostático.

06. **Autorrepressão emocional:** Parapatologia; Nosográfico.
07. **Conscin desreprimida:** Coerenciologia; Homeostático.
08. **Construção do autoafeto:** Evoluciologia; Homeostático.
09. **Crescendo perdão-libertação:** Conviviologia; Homeostático.
10. **Hostilidade reprimida:** Psicossomatologia; Nosográfico.
11. **Liberdade interior:** Autocognicologia; Neutro.
12. **Memória emocional:** Mnemossomatologia; Neutro.
13. **Raiz do temperamento:** Autotemperamentologia; Neutro.
14. **Ruído emocional:** Psicopatologia; Nosográfico.
15. **Sentimento elevado:** Mentalsomatologia; Homeostático.

CABE À CONSCIN EMOCIONAL ACOLHER AS PRÓPRIAS EMOÇÕES SEM JULGAMENTOS PRECIPITADOS, COM LUCIDEZ, ATENÇÃO E AUTOCRÍTICA, INVESTIGANDO A ETIOLOGIA DAS REAÇÕES, EM PROL DA AUTOMATURIDADE.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, no atual momento evolutivo, avalia o percentual de maturidade para identificar e discernir as emoções vivenciadas? Ainda está na condição de analfabeto(a) emocional?

Filmografia Específica:

1. **Divertida Mente.** **Título Original:** *The Inside Out*. **País:** Estados Unidos. **Data:** 2015. **Duração:** 94 min. **Gênero:** animação. **Idade** (censura): livre. **Idioma:** Inglês, japonês, mongol. **Cor:** Colorido. **Direção:** Pete Docter; & Ronaldo Del Carmen. **Elenco:** Amy Poehler; Bill Hader; Bob Bergen; Carlos Alazraqui; Diane Lane; Jess Harnell; Kyle MacLachlan, Laraine Newman; Lewis Black; Lori Alan; Mindy Kaling; Paula Poundstone; & Phyllis Smith. **Roteiro:** Josh Cooley; Meg LeFauve; & Pete Docter. **Música:** Michael Giacchino. **Estúdios:** Pixar Animation Studios; & Walt Disney Pictures. **Distribuição:** Disney. **Sinopse:** Riley, garota divertida de 11 anos de idade, deve enfrentar mudanças importantes na vida. A mais relevante ocorre quando os pais decidem deixar a cidade natal, no centro dos Estados Unidos, para viver em São Francisco. O enredo se desenrola dentro da cabeça da menina, onde 5 emoções: alegria, tristeza, medo, raiva e nojo são responsáveis por processar as informações e armazenar as memórias.

Bibliografia Específica:

1. **Cardoso, Alba;** *Dicionário de emoções, sentimento e estados de ânimo*; 124 p.; 21 x 14 cm; br.; 1 quad.; *Epígrafe*; Foz do Iguaçu, PR; 2017; páginas 22, 25, 27, 41 a 44, 47, 55, 61, 67, 69, 82, 87, 88, 93, 95, 96, 102, 109 e 112.
2. **Haymann, Maximiliano;** *Prescrições para o Autodesassédio*; 212 p.; 4 seções; 36 caps.; 75 enus.; 2 figs.; illus.; 1 minicurriculo; 4 tabs.; 20 *websites*; glos. 178 termos; 63 refs.; alf.; 23 x 16 cm; br.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2015; páginas 19, 31, 57 a 60, 89 a 92, 126 a 127, 137 a 139, 140 a 156.
3. **Machado, Cesar;** *Antivitimização: Alicerce para a Autevolução*; pref. Alexandre Zaslavsky; 324 p.; 3 seções; 19 caps.; 65 abrevs.; 5 cronologias; 120 enus.; 35 questionamentos; 3 testes; 5 tabs.; glos. 256 termos; 215 refs.; 1 *webgrafia*; alf.; 50 estrangeirismos; 23 x 16 cm; br.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2016; páginas 75, 77 a 84.
4. **Nader, Rosa;** *Autodesrepressão: Reflexões Conscienciológicas*; pref. Kátia Arakaki; revisores: Cristina Arakaki; *et al*; 294 p.; 3 partes; 4 caps.; 117 enus.; 1 tab.; 33 filmes; 37 refs.; 17 *webgrafias*; alf.; 23 x 16 cm; br.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 29 e 31.
5. **Vieira, Waldo;** *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 illus.; 168 megapensenes trivocabulares; 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.; 29x21,5 x 7 cm; enc.; 3ª Ed. Gratuita; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2007; página 940.
6. **Idem;** *Léxico de Ortopensatas*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; CEAEC; & EDITARES; 3 Vols.; 2.084 p.; Vols. I e III; 1 *blog*; 652 conceitos analógicos; 22 *E-mails*; 19 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 17 fotos; glos. 7.518 termos; 1.811 megapensenes trivocabulares; 1 microbiografia; 25.183 ortopensatas; 2 tabs.; 120 técnicas lexicográficas; 19 *websites*; 28,5 x 22 x 13cm; enc.; 2ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2019; páginas 709 e 1.908.

R. H. N.