EFEITO DA AUTORREPRESSÃO EMOCIONAL
(PSICOSSOMATOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. O *efeito da autorrepressão emocional* é a consequência da manifestação autoinibidora da conscin, homem ou mulher, decorrente da contenção de sentimentos e emoções, gerando bloqueios energéticos, travões comunicativos e dificuldade nas manifestações afetivas, comprometendo a autenticidade consciencial, as autorreciclagens e a consecução proexológica.

Tematologia. Tema central nosográfico.

Etimologia. O termo *efeito* vem do idioma Latim, *effectum,* "efeito; produto de alguma causa". Surgiu no Século XIII. O primeiro elemento de composição *auto* procede do idioma Grego, autós, "eu mesmo; por si próprio". O vocábulo *repressão* deriva do idioma Latim Tardio, *repressio,* "sinal de retirada (dado pela corneta)", de *repressum,* e este de *reprimere,* "recuar; suster; reter". Apareceu no Século XVIII. A palavra *emocional* provém do idioma Francês, *émotion,* "perturbação moral", derivado de *émouvoir,* e este do idioma Francês Antigo, *motion,* com origem no idioma Latim, *motio,* "movimento; perturbação (febre)". Surgiu em 1922.

Sinonimologia: 1. *Efeito da autorrepressão psicossomática*. 2. *Efeito da contenção emocional*. 3. *Efeito da inibição emocional*. 4. Consequência do travamento emocional. 5. Resultado da autocensura psicossomática.

Neologia. As 3 expressões compostas *efeito da autorrepressão emocional, miniefeito da autorrepressão emocional* e *maxiefeito da autorrepressão emocional* são neologismos técnicos da Psicossomatologia.

Antonimologia: 1. Benefícios da autodesrepressão emocional. 2. *Efeito da autexpressão emocional sadia*. 3. *Efeito da autodesopressão emocional.* 4. Consequência da autolibertação emocional. 5. Resultado da autexpressão anticoercitiva.

Estrangeirismologia: a falta do *timing* emocional; a dificuldade de *construcción de la identidade;* as *unknown emoticons;* o *coping;* o *self-overcoming* do traço temperamental; a avaliação sincera da própria *performance* afetiva; a *emotional intelligence***.**

Atributologia: predomínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto às decorrências crescentes do autabertismo consciencial vivenciado**.**

Megapensenologia. Eis 3 megapensenes trivocabulares relativos ao tema: – *Identifiquemos autorrepressões afetivas*. *A autorrepressão aprisiona*. *Submissão não, autorrecin*.

Coloquiologia. Eis 5 expressões populares pertinentes ao assunto: o ato de *fechar-se em copas;* o pensamento do *tudo-ou-nada;* o raciocínio *8 ou 80;* a atitude de *ficar na minha;* o ato de *guardar a 7 chaves*.

Citaciologia. Eis 3 citações relativas à temática: – *As emoções não expressas nunca morrem*. *Elas são enterradas vivas e saem mais tarde de maneiras piores* (Sigmund Freud, 1856–1939). *Conhece todas as teorias, domina todas as técnicas, mas ao tocar uma alma humana seja apenas outra alma humana* (Carl Gustav Jung, 1875–1961). *Aquilo a que você resiste, persiste* (Carl Gustav Jung, 1875–1961).

Proverbiologia. Eis 3 provérbios pertinentes ao tema: – "Quem não fala o que sente adoece no silêncio". "Quem evita o caminho, prolonga a viagem". "O que não nos destrói, nos fortalece".

Ortopensatologia. Eis 4 ortopensatas, citadas na ordem alfabética e classificados em 3 subtítulos:

1. **"Efeito.** Os ***efeitos*** das suas *causas* pessoais, independentemente das suas qualificações evolutivas, acompanham você automaticamente em todos os contingenciamentos. Assim atua a *Lei de Causa e Efeito***"**.

2. **"Recin.** A fim de a consciência não vivenciar a **automegadecepção pós-dessomática,** ou a megamelex, deve-se cortar os fatores dos desvios proexológicos *até o osso***"**. "Não existe modificação evolutiva instantânea. As **mudanças da consciência** ocorrem gradativamente, passo

a passo, com recorrências dos surtos de imaturidade até a estabilização da autopensenidade em patamar evolutivo superior".

3. **"Repressão.** No passado social da Terra, devido às incompreensões alheias, quem se destacava pelo ideário avançado era sempre perseguido. A vantagem nesta vida do Terceiro Milênio é a ampla **liberdade de expressão** para toda e qualquer ideia. O megaproblema, agora, é saber priorizar as ideias positivas**"**.

II. Fatuística

Pensenologia: o holopensene pessoal da autocensura emocional; os nosopensenes derivados do medo da autexposição emocional; a nosopensenidade reiterada; os intrapensenes; a incongruência da intrapensenidade na manifestação externa; os conflitopensenes; a conflitopensenidade; os patopensenes; a patopensenidade supressora da automanifestação emocional sadia; a desqualificação da autopensenização afetiva; a autopensenização defensiva; a ruminação pensênica autassediadora; a autassedialidade reforçando o holopensene de retraimento; o pensene fixado no traf*a*r emocional; a necessidade da autorreestruturação pensênica; os reciclopensenes; a reciclopensenidade; os evoluciopensenes; a evoluciopensenidade; os lucidopensenes; a lucidopensenidade aplicada à autorreciclagem emocional; os ortopensenes; a ortopensenidade proporcionando a vivência da autenticidade consciencial; o investimento na flexibilização pensênica; a autossustentação da pensenidade hígida; a autolucidez pensênica na desdramatização afetiva; a reeducação pensênica enquanto condição *sine quo non* para a realização da autoproéxis interassistencial**.**

Fatologia: as repercussões doentias da autocensura; as consequências nocivas da manutenção de emoções reprimidas; as decorrências da autocontenção patológica; a reverberação da autoinibição cronificada restringindo a espontaneidade consciencial; a pobreza do dicionário afetivo pessoal; a influência mesológica tolhendo a liberdade de expressão; a repressão infantil perpetuada na adultidade; o travão comunicativo impedindo a autexposição tarística; o silêncio recorrente sob o medo do julgamento nas interrelações; a perda de oportunidade interassistencial pela incapacidade de acolhimento afetivo; a ruminação mental sustentando o autassédio; a rigidez impedindo a flexibilidade convivencial; o medo da vulnerabilidade mantendo mecanismos autodefensivos disfuncionais; o baixo nível de tolerância aos sentimentos desconfortáveis; a tentativa de mostrar-se imperturbável e inabalável; os sinais fisiológicos indicadores da somatização das emoções reprimidas; a pseudoimperturbabilidade; o hábito de ocultar sentimentos dificultando a comunicação interconsciencial transparente; a dificuldade de autexpressão desqualificando a tares; a autorrepressão alimentando o autassédio; a dificuldade na manifestação de afeto comprometendo a convivialidade sadia; o autofechadismo consciencial impossibilitando as reconciliações interconscienciais; a manutenção de padrões emocionais regressivos; a ectopia afetiva provocando o desvio da programação existencial; a autointimidação da consciência enquanto trava evolutiva; o aprendizado contínuo no aprimoramento da afetividade; o destravamento das emoções reprimidas; o emprego dos traf*o*res da vontade e da determinação na conquista do autequilíbrio; o desbloqueio psicossomático gradativo lúcido favorecendo a recuperação da autenticidade consciencial**.**

Parafatologia: a necessária autovivência do estado vibracional (EV) profilático; a sinalética energética e parapsíquica pessoal não mapeada; a projetabilidade lúcida (PL) prejudicada pelo autocontrole excessivo; os vínculos patológicos extrafísicos sustentados pelos autassédios emocionais; o *rapport* com consciexes afins mantido pelo temperamento rígido; a identificação parapsíquica da proximidade de consciexes emocionalmente desequilibradas; a evitação do heterassédio extrafísico pelo corte imediato do autassédio; o autoposicionamento multidimensional por meio da atualização da autoimagem perante conscins e consciexes; a prática diária da tenepes favorecendo o autodesassédio e o reequilíbrio emocional na superação das posturas anacrônicas**.**

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo nosográfico esquema cognitivo disfuncional–evitação dos pertúrbios;* o *sinergismo clareza dos valores evolutivos–resiliência–compromisso proexológico;* o *sinergismo autodefesa energética–autenfrentamento–autocoerência cosmoética;* o *sinergismo autorreeducação psicossomática–inteligência evolutiva* (IE)**.**

Principiologia: o *princípio da autorreeducação evolutiva;* o *princípio do continuísmo autopesquisístico;* o *princípio da autocognição* auxiliando na eliminação de autorrepressões; o *princípio das prioridades pessoais* (PPP); o *princípio da primazia da racionalidade sobre a psicossomaticidade***.**

Codigologia: o *código pessoal de Cosmoética* (CPC) enquanto bússola autorreciclogênica; o *código duplista de Cosmoética* (CDC) favorecendo a demonstração afetiva diuturnamente; o *código grupal de Cosmoética* (CGC) fortalecendo os laços de fraternismo interassistencial**.**

Teoriologia: a *teoria da proéxis;* a *teoria da ortopensenidade;* a *teoria da comunicabilidade teática;* a *teoria do grupocarma;* a *teoria da interassistencialidade;* a *teoria da Higiene Consciencial;* a *teoria do holossoma***.**

Tecnologia: a *técnica da recin;* a *técnica da recéxis;* a *técnica de autorreflexão continuada;* a *técnica da checagem holossomática;* a *técnica do arco voltaico craniochacral;* a *técnica de referência e suporte das priorizações evolutivas;* a *técnica da dissecção pensênica;* a *técnica do autopensene prioritário;* a *técnica da construção do dicionário afetivo;* a *técnica da evolução consciencial pelos autesforços***.**

Voluntariologia: o engajamento nas atividades do *voluntariado das Instituições Conscienciocêntricas* (ICs) intensificando as autorreciclagens**.**

Laboratoriologia: o *laboratório conscienciológico da Interassistenciologia;* o *laboratório conscienciológico da Tenepessologia;* o *laboratório conscienciológico da Autoproexologia;* o *laboratório conscienciológico grupal Acoplamentarium;* os *laboratórios conscienciológicos do desassédio mentalsomático (Tertuliarium, Holociclo, Holoteca)***.**

Colegiologia: o *Colégio Invisível da Recinologia;* o *Colégio Invisível da Recexologia;* o *Colégio Invisível da Proexologia;* o *Colégio Invisível da Reeducaciologia;* o *Colégio Invisível da Conviviologia;* o *Colégio Invisível da Assistenciologia;* o *Colégio Invisível da Evoluciologia***.**

Efeitologia: o *efeito da autorrepressão emocional;* o *efeito da intimidação da consciência por si mesma;* o *efeito da manutenção do nó górdio grupocármico;* o *efeito da ressignificação das emoções e sentimentos;* o *efeito autorreconciliador de assumir a si mesmo;* o *efeito reciclogênico da neocognição na intraconsciencialidade;* o *efeito halo do comprometimento e da autocoerência na consecução da proéxis***.**

Neossinapsologia: as *neossinapses sobrevindas do continuísmo autopesquisístico da emocionalidade;* as *neossinapses decorrentes da eliminação de hábitos nocivos;* as *neossinapses oriundas da convivência grupocármica afetuosa;* as *neossinapses advindas da educação formal;* as *neossinapses produzidas por meio da diversidade no convívio social;* as *neossinapses adquiridas por meio da autodesrepressão consciencial;* as *neossinapses provenientes da conscienciometria e da consciencioterapia* contribuindo na remissão da autorrepressão afetiva**.**

Ciclologia: o *ciclo vicioso das autorrepressões antievolutivas;* o *ciclo autassédio-heterassédio;* o *ciclo das reações emocionais* gerado pelos gargalos não superados; o *ciclo desassediador da auto e heterocrítica* em relação à pensenidade cotidiana**.**

Enumerologia: a manutenção dos traf*a*res emocionais; o bloqueio do cardiochacra; os travões na comunicação; a conduta autocoercitiva; a autopunição resignada; a postura autodefensiva; o fechadismo consciencial**.** O autabertismo consciencial; a autenticidade; a comunicabilidade; a autoconfiança; a inteligência emocional; a maturidade afetiva; a cosmoeticidade.

Binomiologia: o *binômio emoção reprimida–doença somática;* o *binômio autassédio––mau humor;* o *binômio autocriticidade-recin;* o *binômio vontade-determinação;* o *binômio autorrepressão-heterorrepressão;* o *binômio admiração-discordância* aplicado à intercompreensão**.**

Interaciologia: a *interação Paragenética-Genética-Mesologia;* a *interação emocionalismo–desvio proexológico;* a *interação elementos afetivos–funções autocognitivas ampliadas;* a *interação autequilíbrio pensênico–homeostase emocional***.**

Crescendologia: o *crescendo autopesquisa–ousadia evolutiva;* o *crescendo instinto--emoção-sentimento;* o *crescendo compreensão-vivência-autexemplificação;* o *crescendo interassistência psicossomática–interassistência mentalsomática;* o *crescendo inteligência emocional––inteligência evolutiva***.**

Trinomiologia: o *trinômio distorção-irreflexão-autassédio;* o *trinômio equilíbrio emocional–autorreflexão lógica–autodesassédio;* o *trinômio holomaturológico reconhecer-expressar--retribuir;* o *trinômio verdade-realismo-autenticidade;* o *trinômio evoluciológico fixação de traf**o**r–anulação de traf**a**r–aquisição de traf**a**l***.**

Polinomiologia: o *polinômio autoconhecimento–autoconfiança–autodeterminação–autossuficiência–equilíbrio emocional***.**

Antagonismologia: o *antagonismo inflexibilidade / reciclagem evolutiva;* o *antagonismo autodiscernimento / preguiça mental;* o *antagonismo postura retilínea / postura ambígua;* o *antagonismo maturidade revigorante / juvenilidade emocional fatigante***.**

Paradoxologia: o *paradoxo de as certezas absolutas promoverem a estagnação consciencial;* o *paradoxo do maxifraternismo ínsito ao calculismo interassistencial;* o *paradoxo de fazer heterassistência investindo na autopesquisa;* o *paradoxo de a proéxis grupal ser responsabilidade individual;* o *paradoxo de a contenção emocional sem toxicidade poder sustentar a expansão afetiva;* o *paradoxo de a aparente autossuficiência poder esconder carência afetiva;* o *paradoxo de a autorrecin poder favorecer a convivialidade sadia***.**

Politicologia: a ego*cracia*; a assistencio*cracia*; a proexo*cracia*; a merito*cracia*; a homeostatico*cracia*; a terapeutico*cracia*; a discernimento*cracia***.**

Legislogia: a *lei da autorresponsabilidade evolutiva;* a *lei da prioridade evolutiva;* a *lei do maior esforço evolutivo;* a *lei da inseparabilidade grupocármica;* a *lei da afinidade interconsciencial;* a *lei de causa e efeito;* a *lei da evolução consciencial***.**

Filiologia: a pesquiso*filia*; a recino*filia*; a proexo*filia*; a experimento*filia*; a neo*filia*; a assistencio*filia*; a evolucio*filia***.**

Fobiologia: o medo de receber e dar *feedback;* a fobia do posicionamento pessoal perante o grupo; o medo de assimilar energias conscienciais patológicas; a fobia da rejeição; o medo de não pertencer ao grupo; o medo de não ser reconhecido pelos pares; o medo de desagradar; o medo de ser diferente; a supressão do medo de mudar**.**

Sindromologia: a *síndrome de alexitimia;* a *síndrome da apriorismose* prejudicando a intercompreensão; a *síndrome da insegurança* dificultando a assunção da autorresponsabilidade proexológica; a *síndrome do autismo consciencial;* a *síndrome da autossubestimação;* a *síndrome da dispersão consciencial;* a *síndrome do justiceiro;* a *síndrome da ectopia afetiva* (SEA); a *síndrome da indisciplina autopensênica***.**

Maniologia: a mania de postergar o autoposicionamento evolutivo na superação da autorrepressão da emocionalidade; as manias estagnadoras da autevolução; a mania de enxergar predominantemente auto e heterotraf*a*res; a mania de querer responsabilizar os outros pelos fracassos pessoais**.**

Mitologia: as autodesmitificações; a queda dos *mitos milenares* por meio da autopesquisa; a desconstrução do *mito de o conhecimento teórico dispensar a prática;* a superação do *mito da autoimagem idealizada;* a eliminação do *mito do perfeccionismo;* a ultrapassagem do *mito da possibilidade de agradar a todos;* o abandono do *mito da evolução sem autorrecins;* o descarte do *mito da independência;* a erradicação do *mito da consciência imutável***.**

Holotecologia: a assistencio*teca*; a convivio*teca*; a psicossomato*teca*; a coerencio*teca*; a experimento*teca*; a raciocino*teca*; a recexo*teca***.**

Interdisciplinologia: a Psicossomatologia; a Autopesquisologia; a Energossomatologia; a Grupocarmologia; a Conviviologia; a Mesologia; a Comunicologia; a Autoproexologia; a Temperamentologia; a Reeducaciologia; a Interassistenciologia; a Conscienciometrologia; a Conscienciоterapeuticologia; a Evoluciologia**.**

IV. Perfilologia

Elencologia: a conscin autorreprimida; a isca humana inconsciente; a consciência emocionalmente travada; a conscin evitadora de vínculos profundos; a conscin imatura emocional; a pessoa rígida; a conscin controladora; a pessoa afetiva; a conscin lúcida; a conscin compassageira evolutiva da família consciencial; o ser desperto; o ser interassistencial; a conscin enciclopedista**.**

Masculinologia: o autoinibido afetivo; o bloqueado energeticamente; o inseguro emocional; o autassediado emocional; o encapsulado afetivo; o somatizador crônico; o portador de travão psicossomático; o negligente da autoproéxis; o acanhado; o manipulado; o influenciável; o autopesquisador; o autodecisor; o reciclante existencial; o compassageiro evolutivo; o exemplarista; o intelectual; o tenepessista; o proexista; o completista; o voluntário conscienciológico**.**

Femininologia: a autoinibida afetiva; a bloqueada energeticamente; a insegura emocional; a autassediada emocional; a encapsulada afetiva; a somatizadora crônica; a portadora de travão psicossomático; a negligente da autoproéxis; a acanhada; a manipulada; a influenciável; a autopesquisadora; a autodecisora; a reciclante existencial; a compassageira evolutiva; a exemplarista; a intelectual; a tenepessista; a proexista; a completista; a voluntária conscienciológica**.**

Hominologia: o *Homo sapiens insecurus;* o *Homo sapiens aprioristicus;* o *Homo sapiens reprehensor;* o *Homo sapiens reeducator;* o *Homo sapiens recyclans;* o *Homo sapiens autolucidus;* o *Homo sapiens mentalsomaticus***.**

V. Argumentologia

Exemplologia: *miniefeito da autorrepressão emocional* = a autoinibição afetiva em circunstâncias específicas sem comprometer significativamente a comunicabilidade, a interassistencialidade e as realizações da proéxis; *maxiefeito da autorrepressão emocional* = a autoinibição crônica, com bloqueios energéticos persistentes, travões comunicativos generalizados e prejuízo significativo à autorreciclagem e ao cumprimento da autoproéxis interassistencial**.**

Culturologia: os vícios da formação cultural; a *cultura da irreflexão;* o conformismo cultural; a *cultura da reciclagem intraconsciencial;* a *cultura do procedimento metódico proexogênico;* a *cultura das reconciliações;* a *cultura da Interassistenciologia***.**

Caracterologia. Sob a ótica da *Conscienciometrologia,* eis, por exemplo, na ordem alfabética, 10 traços característicos da conscin emocionalmente reprimida:

01. **Autassédio emocional:** manutenção de padrões pensênicos autorrepressivos**.**
02. **Autocontrole excessivo:** supressão rígida da espontaneidade**.**
03. **Autoinibição:** tendência à contenção sistemática de emoções e sentimentos**.**
04. **Dificuldade interassistencial:** limitação na assistência pelo *deficit* afetivo**.**
05. **Estagnação:** bloqueios energéticos recorrentes no holossoma**.**
06. **Evitação afetiva:** fuga de vínculos profundos e intimidade emocional**.**
07. **Reatividade contida:** acúmulo emocional com possíveis explosões episódicas**.**
08. **Rigidez psicossomática:** dificuldade de flexibilização afetiva**.**
09. **Somatizações:** repercussões físicas decorrentes da autorrepressão emocional**.**
10. **Travamento comunicativo:** limitação na expressão verbal das emoções**.**

Terapeuticologia. Sob o viés da *Autorreciclologia,* eis, por exemplo, em ordem alfabética, 12 atitudes ou posturas terapêuticas capazes de reduzir ou eliminar os *efeitos da autorrepressão emocional:*

01. **Abertismo:** aceitação de *feedbacks* para identificação de traços repressivos não percebidos**.**
02. **Autopesquisa:** aplicação sistemática da autoinvestigação visando identificar os gatilhos intraconscienciais dos padrões de autorrepressão emocional**.**
03. **Conscienciometria:** utilização do instrumento avaliativo do Conscienciograma na mensuração da autoinibição e bloqueio psicossomático**.**
04. **Consciencioterapia:** aplicação das *técnicas conscienciotерápicas* na superação da barreira emocional autoinfligida**.**
05. **Desrepressão:** aplicação da *técnica de liberação progressiva das emoções,* evitando extremos ou excessos de explosividade**.**
06. **Equilíbrio:** substituição do controle excessivo pela autorregulação**.**
07. **Grupocarmalidade:** qualificação das interações, respeitando o próprio nível evolutivo e o das demais consciências**.**
08. **Interassistencialidade:** prática da assistência por meio da empatia, escuta ativa e acolhimento cosmoético**.**
09. **Ortocomunicabilidade:** desenvolvimento da expressão verbal das emoções, utilizando a comunicação sadia**.**
10. **Profilaxia:** atenção às repercussões somáticas por meio da liberação emocional consciente**.**
11. **Recin:** promoção de reciclagens intraconscienciais voltadas à superação da imaturidade emocional**.**
12. **Reeducação:** aprendizado do manejo saudável das emoções, com equilíbrio entre psicossoma e mentalsoma**.**

VI. Acabativa

Remissiologia. 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 *efeito da autorrepressão emocional,* indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Afetividade:** Psicossomatologia; Neutro**.**
02. **Autoafeto:** Holomaturologia; Neutro**.**
03. **Autodeterminação:** Autodeterminologia; Neutro**.**
04. **Autorregulação emocional:** Psicossomatologia; Homeostático**.**
05. **Balanço existencial:** Autoproexologia; Homeostático**.**
06. ***Binômio afeto-cognição:*** Mentalsomatologia; Neutro**.**
07. ***Efeito da repressão:*** Parapatologia; Nosográfico**.**
08. **Emoção fixa:** Psicossomatologia; Nosográfico**.**
09. **Esquiva experiencial:** Reeducaciologia; Nosográfico**.**
10. **Manifestação das distorções afetivas:** Afetivologia; Nosográfico**.**
11. **Pseudoimperturbabilidade:** Autoconscienciometrologia; Nosográfico**.**
12. **Reciclogenia:** Autorrecexologia; Homeostático**.**
13. **Refratariedade afetiva:** Psicossomatologia; Nosográfico**.**
14. ***Técnica da recéxis:*** Recexologia; Neutro**.**
15. **Zona de desconforto:** Autocoerenciologia; Neutro**.**

A *SUPERAÇÃO DO EFEITO DA AUTORREPRESSÃO EMOCIONAL* ***EXIGE INVESTIMENTO LÚCIDO, INTENSO E EFETIVO NA RECINOLOGIA DAS AUTOINCOERÊNCIAS, RATIFICANDO AVANÇAR NO CAMINHO DA*** *DESPERTICIDADE****.***

Questionologia. Você, leitor ou leitora, vivencia algum bloqueio emocional autorrepressivo? Quais medidas profiláticas vem aplicando na autossuperação?

Bibliografia Específica:

01. **Cardoso,** Alba; ***Dicionário de Emoções, Sentimentos e Estados de Ânimo;*** revisores Cathia Caporali; *et al*.; 126 p.; 4 caps.; 50 refs.; 21 x 14 cm; br.; 2ª Ed.; *Epígrafe;* Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 09 a 125.

02. **Harris,** Russ; ***Liberte-se: Evitando as Armadilhas da Procura da Felicidade*** *(The Happiness Trap);* pref. Steven C. Hayes; revisoras Carolina Rodrigues; & Flávia Midori; trad. Helena Maria Andrade do Nascimento; 278 p.; 3 partes; 33 caps.; 21 citações; 1 diagrama; 11 enus.; 3 esquemas; 10 estatísticas; 1 fórmula; 2 microbiografias; 2 questionários; 3 siglas; 1 sinopse; 1 tab.; 21 técnicas; 3 testes; 3 refs.; 20,5 x 13,5 cm; br.; *Agir;* Rio de Janeiro, RJ; 2011; páginas 11 a 278.

03. **Lilian,** Zolet; ***Superação da Labilidade Parapsíquica através da Autopesquisa;*** Artigo; *Conscientia;* Revista; Trimestral; Vol. 12; N. 3; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; Julho-Setembro; 2008; páginas 299 a 310.

04. **Manfroi,** Eliana; ***Bases da Autopriorologia;*** Coleção Teáticas da Conscienciologia; Série Especialidades; *Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); apres. Adriana Kauati; & Jacqueline Nahas; revisores Adriana Kauati; *et al;* 126 p.; 7 caps.; 2 *E-mails;*34 enus.; 1 foto; 1 microbiografia; 3 *websites;* 2 anexos; glos. 34 termos; 1 receituário de verbetes com 33 receitas de verbetes; 26 refs.; 2 testes; 5 webgrafias; alf.; 20 x 13 cm; enc.; *Epígrafe;* Foz do Iguaçu, PR; 2023; páginas 7 a 115.

05. **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 51 a 62, 122 a 136, 140 a 152 e 216 a 225.

06. **Ramiro,** Marta; ***Manual da Técnica da Recéxis;*** pref. Nilse Oliveira; revisores Guilherme Kunz; *et al.;* 144 p.; 2 seções; 8 caps.; 15 citações; 1 cronologia; 23 *E-mails;* 13 enus.; glos. 151 termos; 1 microbiografia; 2 questionários; 13 siglas; 4 tabs.; 16 testes; 24 *websites;* 36 webgrafias; 22 anexos; alf.; ono.; 22,5 x 16 cm; br.; *Associação Internacional Editares;* Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 34 a 37, 49 a 52 e 55 a 58.

07. **Seno,** Ana; ***Comunicação Evolutiva nas Interações Conscienciais;*** pref. Málu Balona; revisores Equipe de Revisores da Editares; 342 p.; 4 seções; 29 caps.; 36 citações; 1 diagrama; 22 *E-mails;* 70 enus; 2 esquemas; 2 fluxogramas; 1 foto; 4 ilus; 1 microbiografia; 1 planilha; 9 tabs; 20 *websites;* glos. 181 termos; 17 filmes; 183 refs.; 2 apênds.; 32 x 16 cm; br.; *Associação Internacional Editares;* Foz do Iguaçu, PR; 2013; páginas 103 a 127.

08. **Vieira,** Waldo; ***Conscienciograma: Técnica de Avaliação da Consciência Integral;*** 344 p.; 150 abrevs.; 11enus.; 100 folhas de avaliação; 4 índices; 2.000 itens; glos. 282 termos; 7 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; *Instituto Internacional de Projeciologia;* Rio de Janeiro, RJ; 1996; páginas 92 a 111.

09. **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 13 cm; enc.; 2ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional Editares;* Foz do Iguaçu, PR; 2019; páginas 692, 1.703, 1.704 e 1.731.

10. **Idem;** ***Manual da Proéxis: Programação Existencial;*** revisores Erotides Louly; & Helena Araújo; 164 p.; 40 caps.; 18 *E-mails;* 86 enus.; 1 foto; 1 microbiografia; 16 *websites;* 17 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; 5ª Ed. rev.; *Associação Internacional Editares;* Foz do Iguaçu, PR; 2011; páginas 9 a 60.

11. **Idem;** ***700 Experimentos da Conscienciologia;*** revisores Ana Maria Bonfim; Everton Santos & Tatiana Lopes; 1.088 p.; 40 seções; 100 subseções; 700 caps.; 147 abrevs.; 1 *blog;* 1 cronologia; 100 datas; 20 *E-mails;* 600 enus.; 272 estrangeirismos; 1 fórmula; 1 foto; 1 microbiografia; 56 tabs.; 57 técnicas; 300 testes; 21 *websites;* glos. 280 termos; 5.116 refs.; alf.; geo.; ono.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; 3ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional Editares;* Foz do Iguaçu, PR; 2001; páginas 289, 356 a 371, 573, 580, 667, 682 a 688, 727, 731 e 732.

R. R. I.