

HIGIENE MNEMÔNICA (MNEMOTECNOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. A *Higiene Mnemônica* é a Ciência aplicada aos estudos, pesquisas ou técnicas sistemáticas, teáticas, do conjunto de medidas adotadas para evitar a permanência de lembranças patopensênicas atravancadoras da evolução nos recessos da própria memória.

Tematologia. Tema central homeostático.

Etimologia. O termo *higiene* vem do idioma Francês, *hygiène*, e este do idioma Grego, *hygieinós*, “que contribui com a saúde”. Apareceu no Século XIX. O vocábulo *mnemônico* procede do idioma Latim Medieval, *mnemonicus*, derivado do idioma Grego, *mnémonikós*, “de ou relativo à memória; com boa memória; relacionado ao uso da memória”. Surgiu também no Século XIX.

Sinonimologia: 1. Higienização Mnemônica. 2. Higiologia Mnemônica. 3. Higioterapia Mnemônica.

Neologia. As 3 expressões compostas *Higiene Mnemônica*, *Higiene Mnemônica Intrafísica* e *Higiene Mnemônica Multidimensional* são neologismos técnicos da Mnemotecnologia.

Antonimologia: 1. Anti-Higiene Mnemônica. 2. Insalubridade autopensênica. 3. Mnemônica patogênica.

Estrangeirismologia: o *continuum* consciencial higienizado; a limpeza dos lixões mnemônicos do *laptop*; o caos das informações inúteis da *Internet*; a antienciclopédia dos *websites* com informações errôneas; o *Retrocognitarium*.

Atributologia: domínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto à holomaturidade da Holomnemônica.

II. Fatuística

Pensenologia: o holopensene pessoal da *Higiene Mnemônica*; o holopensene pessoal preventivo; os ortopensenes; a ortopensenidade; a eliminação das intrusões exopensênicas; a auto-neopensenidade; os harmonopensenes; a harmonopensenidade; os evolucioopensenes; a evolucioopensenidade; os cognopensenes; a cognopensenidade; os mnemopensenes; a mnemopensenidade; os prioropensenes; a prioropensenidade.

Fatologia: a *Higiene Mnemônica*; a inteligência mnemônica; a Ergonomia Mnemônica; a rearrumação mnemônica; a tesaurozação mnemônica; a eliminação dos bagulhos mnemônicos; a assepsia das palavras-problema; a releitura cognitiva; os dicionários cerebrais; a pessoa incauta quanto à memória retendo lixos mentais excessivos; a depuração básica da saúde mental; a homeostasia mnemônica; a reciclagem da mentalidade; a sanidade aplicada à Memoriologia; o asseio mnemônico; a defesa da retenção mnemônica dos conceitos evolutivos prioritários; a postura intraconsciencial ideal; a Ortobiose; a Prevenciologia.

Parafatologia: a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; a sinalética energética e parapsíquica pessoal.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo Higiene Consciencial–Higiene Ambiental*.

Principiologia: o *princípio da descrença*; o *princípio da autoindisciplina pensênica zero*.

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

Teoriologia: a *teoria da desperticidade*.

Tecnologia: a técnica da Higiene Mnemônica; a técnica da autopenalização correta.

Laboratoriologia: o laboratório conscienciológico da Pensenologia; o laboratório conscienciológico do estado vibracional; o laboratório conscienciológico da Autoconscienciometrologia; o laboratório conscienciológico da autorganização; o laboratório conscienciológico das autorretrocofinações.

Colegiologia: o Colégio Invisível dos Mnemologistas.

Neossinapsologia: as neossinapses das reciclagens intraconscienciais.

Enumerologia: as intrusões mnemônicas; os bagulhos mnemônicos; os lixos mnemônicos; a assepsia mnemônica; a reciclagem mnemônica; a tesaurização mnemônica; a homeostasia mnemônica.

Binomiologia: o binômio Higiene Somática–Higiene Consciencial; o binômio hábitos sadios–rotinas úteis.

Interaciologia: a interação Autopenologia–Homeostaticologia; a interação patológica lixo mnemônico–inculcação doentia.

Crescendologia: o crescendo ortopenense–EC sadia–ação correta.

Trinomiologia: o trinômio interesses–metas–evolução; o trinômio Auto–Higiene–Hetero–Higiene–Multi–Higiene; o trinômio corpo–mente–consciência.

Polinomiologia: o polinômio homeostático Higiene Somática–Higiene Energética–Higiene Emocional–Higiene Mental.

Antagonismologia: o antagonismo Higiene / Anti–Higiene; o antagonismo ortopenensidade / patopenensidade; o antagonismo hábitos mnemônicos / hábitos antimnemônicos; o antagonismo lembrança / esquecimento; o antagonismo memória de elefante / hipomnésia; o antagonismo Hipomnemônica / Holomnemônica; o antagonismo lembrança útil / lembrança inútil; o antagonismo retentiva secular / recordação anacrônica; o antagonismo memórias sadias / memórias traumáticas; o antagonismo lembrança feliz / estigma mnemônico; o antagonismo Autorrevezamentologia / nódulo holomnemônico; o antagonismo corticomemória / Holomnemônica; o antagonismo recuperação dos cons magnos / expressão dos nódulos holomnemônicos; o antagonismo cronicidade holomnemônica / agudização mnemônica.

Politicologia: a democracia pura.

Legislogia: a lei do maior esforço aplicada à manutenção de bons hábitos mnemônicos.

Filiologia: a enciclopediofilia; a lexicofilia; a mnemofilia; a leituofilia; a cronofilia; a higienofilia; a conviviofilia.

Holotecologia: a higienoteca; a pensenoteca; a consciencioterapeuticoteca; a patopennoteca; a assistencioteca; a parapsicoteca; a energoteca.

Interdisciplinologia: a Mnemotecnologia; a Holomnemossomatologia; a Profilaxiologia; a Mentalsomatologia; a Autodiscernimentologia; a Autocogniciologia; a Autolucidologia; a Evoluciolgia; a Autopriorologia; a Raciocinologia.

IV. Perfilologia

Elencologia: a consciência; a consréu ressomada; a conscin baratroférica; a conscin eletrônica; a conscin lúcida; a isca humana inconsciente; a isca humana lúcida; o ser desperto; o ser interassistencial; a conscin enciclopedista.

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 evolucionista; o exemplarista; o intelectual; o reciclante existencial; o inversor existencial; o maxidissidente ideológico; o tenepessista; o ofiexista; o parapercepciolgista; o pesquisador; o pré–serenão vulgar; o projetor consciente; o sistemata; o tertuliano; o verbetólogo; o voluntário; o tocador de obra; o homem de ação; o Sujismundo mnemônico.

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 pré-serenona vulgar; a projetora consciente; a sistemata; a tertuliana; a verbetóloga; a voluntária; a tocadora de obra; a mulher de ação; a Sujismunda mne-mônica.

Hominologia: o *Homo sapiens retrocognitor*; o *Homo sapiens evocator*; o *Homo sapiens mnemonicus*; o *Homo sapiens hypomnemonicus*; o *Homo sapiens holomnemonicus*; o *Homo sapiens autolucidus*; o *Homo sapiens autocohaerens*; o *Homo sapiens orthopensenicus*; o *Homo sapiens parapsychicus*; o *Homo sapiens mentalsomaticus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: Higiene Mnemônica *Intrafísica* = a Ciência da manutenção da homeostasia quanto às lembranças das autovivências humanas dia a dia; Higiene Mnemônica *Multidimensional* = a Ciência da manutenção da homeostasia quanto às lembranças das autovivências projetivas, intermissivas e holobiográficas.

Culturologia: a cultura da Higiene Consciencial Generalizada.

Caracterologia. Sob a ótica da *Experimentologia*, eis, por exemplo, na ordem alfabética, 13 categorias básicas dos campos de pesquisas da *Higiene Geral*, multifacética, relativas à conscin lúcida:

01. **Higiene Autopensênica:** no universo da Autopensenologia.
02. **Higiene Consciencial Avançada:** autocrítica, evolutiva.
03. **Higiene Consciencial Básica:** a Geral, propriamente dita.
04. **Higiene Cosmovisiológica:** no universo da Cosmovisiologia.
05. **Higiene Energossomática:** no universo da Energossomatologia.
06. **Higiene Imaginativa:** no universo da Imagística.
07. **Higiene Intraconsciencial:** no universo da Intraconscienciologia.
08. **Higiene Mentalsomática:** no universo da Mentalsomatologia.
09. **Higiene Mnemônica:** no universo da Holomnemonicologia.
10. **Higiene Odontológica:** dental, no universo da Odontologia.
11. **Higiene Pessoal:** no universo da Egologia.
12. **Higiene Psicossomática:** no universo da Psicossomatologia.
13. **Higiene Somática:** no universo da Somatologia.

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

01. **Autoevocação:** Mnemossomatologia; Neutro.
02. **Autoretrocognição:** Mnemossomatologia; Neutro.
03. **Dicionário cerebral analógico:** Mnemossomatologia; Homeostático.
04. **Distorção mnemônica:** Mnemossomatologia; Nosográfico.
05. **Higiene Consciencial:** Paraassepsiologia; Homeostático.
06. **Hipomnésia:** Mnemossomatologia; Nosográfico.

07. **Holomnemônica:** Mnemossomatologia; Homeostático.
08. **Lixo mnemônico:** Holomnemônica; Neutro.
09. **Memória básica:** Holomnemônica; Neutro.
10. **Memória encapsulada:** Mnemossomatologia; Neutro.
11. **Mnemotécnica vocabular:** Mnemossomatologia; Neutro.
12. **Nódulo holomnemônico:** Holomnemossomatologia; Neutro.
13. **Potencializador da memória:** Mnemossomatologia; Homeostático.
14. **Retrospectiva autodesassediadora:** Mnemossomatologia; Homeostático.
15. **Zum mnemônico:** Autorretrocogniciologia; Neutro.

A RELEVÂNCIA DA HIGIENE MNEMÔNICA É RECONHECIDA E PRESERVADA, COMO CIÊNCIA, POR TODA CONSCIN AUTOCONSCIENTE QUANTO ÀS FUNÇÕES TEÁTICAS, EVOLUÍDAS, DOS PRÓPRIOS DICIONÁRIOS CEREBRAIS.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, admite e preserva a Higiene Mnemônica? Tanto a intrafísica quanto a multidimensional?