

## TÉCNICA DO AUTODESBLOQUEIO CARDIOCHACRAL (AUTODESASSEDIOLÓGIA)

### I. Conformática

**Definologia.** A *técnica do autodesbloqueio cardiachacral* é o conjunto de procedimentos paraterapêuticos, aplicados pelo autoconsciencioterapeuta diligente, de modo a promover a desobstrução e a compensação das energias do cardiachacra pessoal, por meio de mobilização energética realizada em condições holopensênicas otimizadas.

**Tematologia.** Tema central neutro.

**Etimologia.** O termo *técnica* provém do idioma Francês, *technique*, derivado do idioma Latim, *technicus*, e este do idioma Grego, *technikós*, “relativo à Arte, à Ciência ou ao saber, ao conhecimento ou à prática de alguma profissão; hábil”. Surgiu no Século XIX. O primeiro elemento de composição *auto* vem do idioma Grego, *autós*, “eu mesmo; por si próprio”. O prefixo *des* procede do idioma Latim, *dis* ou de *ex*, “oposição; negação; falta; separação; divisão; afastamento; supressão”. A palavra *bloquear* deriva do idioma Francês, *bloquer*, “bloquear”. Apareceu no Século XVII. O segundo elemento de composição *cardio* provém do idioma Grego, *kardia*, “coração”. O vocábulo *chakra* procede do idioma Sânscrito, *chakra*, “roda; círculo”.

**Sinonimologia:** 1. *Técnica da autopromoção do fluxo regular das energias do cardiachacra*. 2. *Técnica da autorreversão do hipofluxo energético do chacra cardíaco*. 3. Autorrestauroação do fluxo cardiachacral.

**Neologia.** As 3 expressões compostas *técnica do autodesbloqueio cardiachacral*, *técnica do autodesbloqueio cardiachacral efêmera* e *técnica do autodesbloqueio cardiachacral duradoura* são neologismos técnicos da Autodesassediologia.

**Antonimologia:** 1. Autobloqueio cardiachacral. 2. Autobstrução do chacra cardíaco. 3. Autodeterioração do megavórtice bioenergético torácico.

**Estrangeirismologia:** o *breakthrough* bioenergético; o *clearance* cardiachacral; o *heart-opening* cosmoético; o *unblocking* do chacra cardíaco; o *rappont* interconsciencial; o *insight* promissor; o *Tenepessarium*.

**Atributologia:** predomínio das percepções extrassensoriais, notadamente do autodiscernimento quanto à holomaturescência da Autodesassediologia.

**Ortopensatologia.** Eis 5 ortopensatas, citadas na ordem alfabética, e classificadas em 4 subtítulos:

1. “**Assedialidade.** Todo assédio interconsciencial envolve o **bloqueio energético** de chacras da vítima”.

2. “**Chacras.** A maioria das mulheres centraliza as *energias conscienciais* (ECs) no *cardiachacra*, em função dos hormônios. A maioria dos homens faz o mesmo no **coronochacra**”. “Os **bloqueios chacrais** em geral são promovidos por assediadores extrafísicos”.

3. “**Colares.** Há **colares** que alteram o cardiachacra e o laringochacra. Acidentes de percurso podem ser causados pelos colares impregnados de energias patológicas”.

4. “**Coração.** A sensação nervosa, a que chamam vulgarmente *coração*, no caso, as reações energéticas do cardiachacra, deve ser substituída sempre pelo **autodiscernimento do mentalsoma**, a fim de acertarmos mais e vivermos melhor”.

### II. Fatuística

**Pensenologia:** o holopensene pessoal da Psicossomatologia; o holopensene pessoal da afetividade desembaraçada; os ortopenses; a ortopensenidade; os harmonopenses; a harmonopensenidade; os benignopenses; a benignopensenidade; os lucidopenses aplicados à autopesquisa dos vórtices energéticos; a lucidopensenidade; os cosmoeticopenses; a cosmoeticopensenidade pacificadora; a autopenzenização carregada no *sen*; os patopenses mantenedores de energias estacionárias no chacra cardíaco; a autopensenidade conflituosa; a irrupção da auto-

pensenidade subcerebral; a autopenalidade aberta às cunhas mentais assediadoras; a eliminação de bagulhos autopensênicos; a desconstrução do pensene apriorista “*no pain, no gain*”; os reciclopenses favorecedores da desobstrução cardiochacral; a reeducação gradativa e consistente da autopenização; a escolha inteligente da substituição de egopenses por neopenses homeostáticos; a autopenalidade interassistencial qualificando a expressão do cardiochaca; a pensenização hígida sustentando o fluxo energético cardiochacral livre; o holopense paraterapêutico instalado a partir da conscin lúcida, madura quanto ao emprego das energias conscienciais do cardiochaca.

**Fatologia:** os procedimentos de desobstrução do cardiochaca; os experimentos de estimulação do fluxo regular das energias do chacra cardíaco; as estratégias de autorreversão do hipofluxo bioenergético do megavórtice torácico; a autorrestauração do fluxo energético do quarto chacra magno; a percepção das descompensações bioenergéticas pessoais; a obnubilação da autolucidez e do autodiscernimento; os distúrbios psíquicos decorrentes do cardiochaca desequilibrado; as irracionaisidades engessadoras da autoconsciencialidade; as mágoas e os ressentimentos cronicificados; a rigidez afetiva recorrente; as autocoições emocionais; a repressão afetivo-sexual; a misantropia revelada na repulsa ao convívio social; a dificuldade de autexpressão fraterna; a permanência subalterna à emocionalidade dominadora do psicossoma; a interferência dos traumas no desenvolvimento da afetividade hígida; o *locus minoris resistentiae* manifestando-se no cardiochaca; os sinais somáticos da pressão torácica e da alteração da frequência respiratória; o fomento à autopesquisa lúcida das emoções e dos sentimentos; o enfrentamento paulatino dos medos multifacéticos; as feridas emocionais não tratadas; os acertos grupocármicos pendentes; a ilusão do controle sobre o outro; a antiofensividade interconsciencial; o perdão antecipado, irrestrito e universal; a anti-heterocompetitividade; as apriorismoses indutoras de refluxos baratrosféricos; as pressuposições fantasiosas sobre a intencionalidade alheia escalonando os conflitos; as espontaneidades extemporâneas infantis lançando *estilhaços* pelo caminho; o isolacionismo contraproducente; a qualificação cosmoética da intencionalidade pessoal; a autodedicação zelosa à vivência contínua de trocas bioenergéticas sadias; a terapêutica da enfermidade holossomática; o cultivo rotineiro de sentimentos elevados; a ampliação do exercício da benignidade; a empatia genuína discernida; a expressão audível da gratidão; o intercâmbio perene de ideias e afetos salutaros junto às amizades evolutivas; o interesse sincero pelo bem-estar alheio enquanto verdadeira demonstração de amor; o otimismo racional frente aos conviventes; a interação regular junto à Natureza; os animais de estimação cooperando na soltura afetiva; a apreciação dos momentos de carinho junto a bebês, crianças, adolescentes, adultos e idosos; as trocas de gentilezas cotidianas; o sobreapairamento analítico oportunizando a desdramatização; o papel da calma no apaziguamento das emoções; o treino da manutenção do bom humor diante das naturais e desafiantes injunções da vida humana; a resiliência emocional; o conceito do menos doente ajudando o mais doente; a paciência e a persistência nos autesforços de autocura; a substituição amiúde de padrões instintuais regressivos por atitudes maduras; os reprocessamentos emocionais habituais por meio do cardiochaca desimpedido; a autodisciplina cotidiana mantenedora de maior equilíbrio emocional; a interassistencialidade qualificada a partir do cardiochaca desopilado; a melhoria qualiquantitativa das relações interconscienciais; o incremento da autoconfiança evolutiva; a competência na organização das expressões magnas da afetividade sadia; a opção pelo autodesassédio culminando na edificação da autodesperticidade; a conquista de crescente homeostase holossomática.

**Parafatologia:** a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; a insensibilidade parapsíquica; as assimilações simpáticas de energias despercebidas; as intoxicações bioenergéticas; as desassimilações simpáticas de energias gravitantes espúrias; a aplicação sistemática de variadas manobras energéticas; os bloqueios bioenergéticos superficiais e enraizados; a condição patológica do *cascagrossismo*; os bloqueios cronicificados pelas lavagens subcerebrais; os bloqueios gerados pelas possessões interconscienciais; os bloqueios provocados por enfermidades, acidentes e traumas intrafísicos; os apegos patológicos reforçando os bloqueios energéticos; o bloqueio hologásmico; o corte dos bloqueios cardiochacrais coletivos dos grupos de fanáticos

com autotravamentos ideológicos; a existência *trancada*; a autoconscientização multidimensional (AM); o tratamento dos travões emocionais paragenéticos; o acervo de sinaléticas energéticas e parapsíquicas pessoais identificadas e aplicadas cosmoeticamente; a autoconsciencioterapia na prática possibilitando a dinamização do fluxo energético do energossoma; a circulação livre e desinibida das bioenergias; a tenepes enquanto elemento fundamental à remissão indireta da autoconflitividade; a predisposição à conexão fluida junto ao amparo extrafísico; o prelúdio aos extrapolucionismos parapsíquicos; a abertura autoconsciente dos próprios canais de circulação bioenergética, na região torácica, com fins paraterapêuticos e interassistenciais.

### III. Detalhismo

**Sinergismologia:** o *sinergismo oxigenação satisfatória-vitalidade bioenergética*; o *sinergismo laringochakra-cardiochakra-sexochakra*; o *sinergismo paracérebro-cérebro* na vivência de sentimentos elevados.

**Principiologia:** o *princípio do poder consciencial das bioenergias cosmoéticas*; o *princípio “isso também passa”*; o *princípio evolutivo do primado da razão sobre a emoção*; o *princípio de não maleficência*; o *princípio “aconteça o melhor para todos”*.

**Codigologia:** a necessidade de reciclar o *código de valores pessoais anacrônicos*; a aplicação do *código pessoal de Cosmoética (CPC)* na autocura de doenças conscienciais.

**Tecnologia:** a *técnica do autodesbloqueio cardiochacral*; a *técnica do arco voltaico craniochacral*; a *técnica do circuito transtorácico*; a *técnica da respiração rítmica*; a *técnica da energização do chakra descompensado*; a *técnica do autodiagnóstico holochacral*; a *técnica da abordagem do cardiochakra pelo dedo médio*; a *técnica da tela mental*; a *técnica da imersão homeostática*.

**Laboratoriologia:** o *laboratório conscienciológico do estado vibracional*; o *laboratório conscienciológico da Autopensenologia*; o *laboratório conscienciológico da Autocosmoeticologia*; o *laboratório conscienciológico da Autorganiziologia*; o *laboratório conscienciológico da Automentalsomatologia*; o *laboratório conscienciológico da Tenepessologia*; o *laboratório consciencioterápico da Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC)*; o *labcon pessoal*.

**Colegiologia:** o *Colégio Invisível da Energossomatologia*; o *Colégio Invisível da Parafisiologia*; o *Colégio Invisível da Paraperceptiologia*; o *Colégio Invisível da Autoconsciencioterapeuticologia*; o *Colégio Invisível da Cosmoeticologia*; o *Colégio Invisível da Interassistenciologia*; o *Colégio Invisível da Desassediologia*.

**Efeitologia:** os *efeitos perturbadores do monopólio do cardiochakra*; os *efeitos maléficos de pensar mal de si e dos outros*; os *efeitos deletérios das instabilidades emocionais e das fissuras da personalidade na manutenção do mau humor crônico*; os *efeitos da maturidade física na autexpressão da maturidade consciencial*; o *efeito salutar do perdão na desobstrução cardiochacral*; o *efeito halo da constituição de dupla evolutiva exitosa*; o *efeito homeostático do domínio energético na qualificação da produtividade interassistencial*; os *efeitos multidimensionais decorrentes do emprego cosmoético das potências do próprio cardiochakra*.

**Neossinapsologia:** as *neossinapses provenientes do uso evolutivo do chakra cardíaco*.

**Ciclogia:** o *ciclo autassédio-heterassédio* mantendo a conscin incauta fora do fluxo evolutivo do Cosmos; o *ciclo autodesassédio-heterodesassédio* impulsionando a conscin lúcida na direção do fluxo evolutivo do Cosmos.

**Enumerologia:** a *autafetividade não apagada*; a *autenergicidade não retida*; a *autointelectividade não restringida*; a *autoparaperceptibilidade não coibida*; a *automundividencialidade não coarctada*; a *autexpressividade não retraída*; a *autevolatividade não refreada*.

**Binomiologia:** a *coexistência harmônica do binômio psicossoma-mentalsoma* na expressão dos sentimentos elevados.

**Interaciologia:** a *interação chakra-soma*; a *interação cardiochakra-corção-pulmão*; a *interação Somatologia-Energossomatologia*; a *interação antifisiológica cardiochakra doentio-cardiopatias*; a *interação antievolutiva vício do tabagismo-bloqueio cardiochacral*; a *interação*

*catarse cosmoética–desbloqueio energético; a interação soltura energossomática–soltura mentalsomática.*

**Crescendologia:** o *crescendo evolutivo rigidez–flexibilidade energossomática; o crescendo evolutivo bloqueios energéticos crônicos–autossustentação de desbloqueios holochacrais; o crescendo evolutivo vampirismo bioenergético–doação bioenergética universal.*

**Trinomiologia:** a vitalidade somática expressa no *trinômio aptidão cardiorrespiratória–força muscular diafragmática–resistência aeróbica; a demolição de apriorismoses sustentadoras do trinômio (aliteração) frieza–dureza–aspereza; a construção de perfil assistencial pautado no trinômio gentileza–gosto de conviver–boa vontade em cooperar.*

**Polinomiologia:** o *polinômio saúde física–saúde energética–saúde parapsíquica–saúde emocional–saúde mental; o polinômio autopotencializador dieta balanceada–exercícios moderados–sono reparador–respiração correta–EV profilático–ortopensenização.*

**Antagonismologia:** o *antagonismo indiferentismo doentio / autemocionalidade satisfatoriamente dominada; o antagonismo fechadismo consciencial / abertismo consciencial; o antagonismo bem-estar / malestar; o antagonismo emoções aventurosas do psicossoma / sentimentos elevados do mentalsoma.*

**Paradoxologia:** o *paradoxo de a contenção emocional sem toxicidade sustentar a expansão afetiva benfazeja.*

**Politicologia:** a *assistenciocracia; a autexperimentocracia; a cosmoeticocracia; a energocracia; a homeostaticocracia; a lucidocracia; a terapeutocracia.*

**Filiologia:** a *autocogniciofilia; a autocurofilia; a comunicofilia; a energofilia; a fraterno-filia; a interassistenciofilia; a ortopensenofilia; a reciclofilia; a tenepessofilia.*

**Fobiologia:** o *travão da autexposiciofobia; a evitação da autocrítico-fobia; a eliminação da autorreflexofobia; a supressão da errofobia; a autocura da sociofobia; a reversão da interaciofobia; o tratamento da antropofobia.*

**Sindromologia:** a *síndrome do coração partido (cardiomiopatia de Takotsubo); a síndrome da ectopia afetiva (SEA); a síndrome do infantilismo; a síndrome do ninho vazio; a síndrome do narcisismo; a síndrome do ansiosismo; a síndrome do perfeccionismo; a síndrome da autovitimização; a síndrome da infradotalidade energética (cascagrossismo); a síndrome do esgotamento energossomático.*

**Mitologia:** o *mito de a taça diária de vinho fazer bem ao coração; o mito da reciclagem intraconsciencial dolorosa; o mito do domínio energético sem autesforço; o mito da heterocura.*

**Holotecologia:** a *consciencioterapeutotecologia; a energossomatotecologia; a higienotecologia; a maturotecologia; a psicossomatotecologia; a recinotecologia; a somatotecologia; a teaticotecologia; a tecnotecologia.*

**Interdisciplinologia:** a *Autodesassediologia; a Autoconsciencioterapeutologia; a Comunicologia; a Conviviologia; a Cosmoeticologia; a Cuidadologia; a Duplologia; a Energossomatologia; a Fraternologia; a Grupocarmologia; a Holochacologia; a Homeostaticologia; a Holomaturologia; a Mentalsomatologia; a Parafisiologia; a Parapercepciologia; a Psicossomatologia; a Reciclogia.*

#### IV. Perfilologia

**Elencologia:** a *conscin afetiva; a conscin harmonizada; a conscin intermissivista; a conscin tenepessista; a isca humana lúcida; o ser cardiochacral; o ser desperto; o ser interassistencial; a consciex assistida; a consciex amparadora.*

**Masculinologia:** o *agente desbloqueador energético; o agente lúcido desassediador; o autexperimentador; o autopesquisador; o conscienciólogo; o conviviólogo; o duplista; o amplificador da consciencialidade; o cognoscente; o evolucionista; o autoconscienciômetro; o autoconsciencioterapeuta; o reciclante existencial; o inversor existencial; o tenepessista; o voluntário; o tocador de obra; o homem de ação.*

**Femininologia:** a agente desbloqueadora energética; a agente lúcida desassediadora; a autexperimenteradora; a autopesquisadora; a consciencióloga; a convivióloga; a duplista; a amplificadora da consciencialidade; a cognoscente; a evoluciente; a autoconscienciômetra; a autoconsciencioterapeuta; a reciclante existencial; a inversora existencial; a tenepeessista; a voluntária; a tocadora de obra; a mulher de ação.

**Hominologia:** o *Homo sapiens energovibratorius*; o *Homo sapiens affectuosus*; o *Homo sapiens autoconscientiotherapeuticus*; o *Homo sapiens desassediator*; o *Homo sapiens energosso-maticus*; o *Homo sapiens evolutiens*; o *Homo sapiens orthopensenicus*; o *Homo sapiens parapsychicus*; o *Homo sapiens tenepeessista*.

## V. Argumentologia

**Exemplologia:** *técnica do autodesbloqueio cardiochacral efêmera* = a estratégia usada de modo temporário, trazendo alívio parassintomático fugaz; *técnica do autodesbloqueio cardiochacral duradoura* = o método aplicado recorrentemente, proporcionando autodesassédio progressivo efetivo, pela pronta paraterapêutica da emocionalidade multifária.

**Culturologia:** a cultura autodesassediológica; a cultura do autodomínio energossomática; a cultura da autoconsciencioterapia; a cultura autoprescritivológica; a cultura do bem-estar evolutivo; a cultura da convivialidade cosmoética; a cultura da recomposição grupocármica sem dilação; a cultura da interassistencialidade; a cultura da maturidade consciencial.

**Paranatomia.** Macrovértice energético localizado na topografia do tórax, o cardiochakra mantém profunda relação junto ao coração, pulmões e timo, apresentando inserção na região torácica e atuação fundamental na psicossomaticidade da conscin.

**Mecanismo.** Sob a ótica da *Parafisiologia*, o chakra cardíaco vincula-se principalmente ao sistema cardiovascular, promovendo, por meio das bioenergias, a vitalização do coração e dos pulmões. Evidencia, ainda, associação significativa junto ao timo e, nas conscins ginossomáticas, interligação às glândulas mamárias. Ademais, esse chakra influencia a linguagem, em função da interconexão laringochacral.

**Desconformidade.** Para melhor compreensão didática do amplo universo de funcionamento desarmônico do cardiochakra, eis duas possíveis realidades práticas quanto à predominância da instabilidade do fluxo de energias nas conscins:

1. **Hipofluxo.** O *bloqueio* de energias no cardiochakra, caracterizado pela redução, estagnação ou obstrução da circulação energética, comprometendo o trânsito equilibrado das energias conscienciais.

2. **Hiperfluxo.** O *monopólio* disfuncional do chakra cardíaco, correspondente à hiperativação desordenada das energias conscienciais, excedendo na manifestação energética.

**Predomínio.** Tanto o *hipofluxo* quanto o *hiperfluxo* representam extremos patológicos de funcionamento cardiochacral, revelando desbalanço intraconsciencial. Caso haja tal reconhecimento, torna-se útil o estabelecimento de parâmetros autodiagnósticos quanto à prevalência da expressão descompensada do próprio cardiochakra, em variados cenários.

**Tendências.** Sem pretensão de exame exaustivo, eis, em ordem alfabética, 8 variáveis analíticas com exemplos didáticos de propensão da manifestação pessoal relativos ao hipofluxo (*bloqueio*) versus o hiperfluxo (*monopólio*) do chakra cardíaco:

1. **Afetividade:** inibição emocional, embotamento afetivo, alexitimia, frieza de tato versus emocionalismo exacerbado, criação de apaixonamentos frequentes, semblante lacrimogêneo recorrente.

2. **Autopensenização:** rigidez pensênica, pensenes frios, defensivos ou evitativos versus pensenes intensos, instáveis, hiperreativos.

3. **Bioenergias:** circulação reduzida das energias, constrição autoimposta *versus* expansão desenfreada das bioenergias.

4. **Emocionalidade:** negação, retesamento ou supressão tóxica das emoções *versus* exasperação emocional.

5. **Interassistencialidade:** dificuldade de doação energética e de estabelecer profunda empatia pelo outro *versus* assistencialidade indiscriminada, com risco de ultrapassagem dos limites das consciências.

6. **Intraconsciencialidade:** fechadismo consciencial, isolacionismo *versus* permissividade, abertura indiscriminada da privacidade.

7. **Temperamento:** introvertido, controlador, inflexível, indiferente *versus* expansivo, teatral, performático, dependente afetivamente.

8. **Trafares:** insensibilidade, apatia, avareza afetiva, repressão *versus* apego patológico, possessividade, dramatização, excitação emocional.

**Polarização.** Em determinados contextos, a mesma consciência pode oscilar em ambos os polos supracitados ou em qualquer ponto deste *continuum* parapatológico. Independentemente da categoria ou grau de ocorrência, há *campo fértil* para o tratamento autoconsciencioterápico.

**Origem.** Pela *Paraetiologia*, as causas dos bloqueios e das descompensações cardiochacrais são múltiplas, podendo apresentar origem temporal remota ou recente, manifestação superficial ou profunda, ou ainda base paragenética, isto é, pré-ressomática, comprometendo a funcionalidade do megavórtice bioenergético torácico.

**Exemplos.** A assimilação antipática de energias, o vício do tabagismo, a implantação de próteses mamárias de silicone e o uso de colete de aço à prova de balas são passíveis de provocar bloqueios cardiochacrais. Há, ainda, casos de assédio extrafísico associado ao autassédio de base afetiva.

**Disfunções.** De acordo com a *Parafisiopatologia*, pertúrbios oriundos das emoções básicas – medo, raiva, tristeza e desprezo – tais como frustração, ressentimento, mágoa, culpa, melancolia, angústia e outras, alteram a fisiologia do holossoma, geralmente atingindo o *locus minoris resistentiae* ou os trafares da consciência, ou seja, as autovulnerabilidades, podendo ser o cardiochakra alvo desta desorganização, de modo agudo ou crônico.

**Assédio.** Quanto à atuação de assediadores extrafísicos sobre os pontos frágeis da conscin, considera-se a sequência fisiológica de incidência: inicialmente o encéfalo; em seguida os pulmões ou o aparelho respiratório; e, posteriormente, o cardiochakra, em função dos emocionalismos.

**Objetivo.** A *técnica do autodesbloqueio cardiochacral* objetiva favorecer a desobstrução do cardiochakra, possibilitando o restabelecimento parafisiológico de fluxo energético ativo, livre, desimpedido e equilibrado. Contudo, a remissão profunda da parafecção energossomática depende da autodeterminação na adoção de recursos de reversão das parapatologias afetivas subjacentes ao autobloqueio.

**Orientação.** Recomenda-se a prática regular desta técnica, em diferentes horários, em ambiente otimizado e reservado. Aos tenepessistas, sugere-se realizá-la em ambiente específico para a tenepes, recostando-se em poltrona ou leito confortável, fora do horário habitual da tarefa energética pessoal.

**Procedimento.** Enquanto metodologia, sugere-se, por exemplo, 8 passos na aplicação da *técnica do autodesbloqueio cardiochacral*, elencados em ordem funcional:

1. **Respiração.** Iniciar com respirações diafragmáticas profundas e cadenciadas, evoluindo para ritmo lento e tranquilo, pretendendo alcançar o relaxamento psicofisiológico.

2. **Acinesia.** Manter-se em imobilidade física vígil (IFV), com postura perceptiva, confiante e aberta.

3. **Campo.** Instalar o estado vibracional e exteriorizar energias sadias ao ambiente, promovendo assepsia energética e preparação de campo bioenergético favorável ao experimento.

4. **Acalmia.** Estabelecer padrão íntimo de paz e tranquilidade, propício ao alcance do objetivo primordial da técnica.

5. **Exteriorização.** Exteriorizar energias fraternas pelo cardiochakra, seja de modo contínuo, em jatos, em ondas ou alternando entre essas mobilizações.

6. **Cosmoética.** Manter perenemente, durante o experimento, o compromisso cosmoético de pensividade voltada a ocorrer o melhor para todos.

7. **Exame.** Observar repercussões, ideias, imagens e quaisquer reações decorrentes, registrando-as mentalmente.

8. **Finalização.** Encerrar com novo estado vibracional, após alguns minutos.

**Diagnose.** Perante a *Autodiagnosticologia*, o bloqueio cardiochacral pode, ou não, ser identificado pela própria conscin. Em determinados casos, manifesta-se pelo conjunto de sinais e sintomas, tais quais desconforto ou pressão torácica, calor ou rubor localizado, aumento involuntário da frequência respiratória, além de possíveis associações com bloqueios em outros chacras, como laringochakra, umbilicochakra e sexochakra.

**Conjugação.** Durante a aplicação da técnica, é passível de ocorrer o reconhecimento de tonalidades afetivas regressivas subjacentes ao bloqueio, aos moldes de mágoa e ressentimento, favorecendo o autodiagnóstico. Técnicas de autenfrentamento, a exemplo da *técnica da tela mental*, são frequentemente empregadas como suporte subsequente.

**Parafisiologia.** Além da ampliação da autopercepção afetiva e da distinção das próprias emoções e sentimentos, pode ocorrer catarse psicossomática de feridas emocionais e de traumas, recentes ou pretéritos, com subsequente alívio decorrente do autodesassédio e maior fluidez energética no cardiochakra. Todavia, o desbloqueio pode vir acompanhado de desconforto ou dor física, à semelhança de período de convalescença pós-cirúrgica.

**Eficácia.** Para o alcance de *efeitos autoconsciencioterápicos*, torna-se relevante a metabolização mentalsomática das vivências afetivas pela conscin, podendo haver apoio técnico de consciencioterapeutas nesse processo. Em contextos de desassédio extrafísico, a descablagem energética é provável de ser notada. Para a manutenção da autodesassedialidade, recomenda-se a detecção e a eliminação dos patopenses vinculantes ao heterassédio constatado.

**Práticas.** Várias técnicas e atitudes podem ser associadas ao autodesbloqueio cardiochacral, tanto de modo específico quanto no equilíbrio holossomático global da conscin, com ênfase para a prática regular de atividade física autodesintoxicadora, a manutenção de relacionamento afetivo-sexual estável, o cultivo de interrelações afetivas sadias no convívio social e parassocial, a aplicação contínua de diferentes manobras energéticas, além do estudo, da autorreflexão e da produção escrita evolutivamente úteis.

## 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 *técnica do autodesbloqueio cardiochacral*, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Afetividade:** Psicossomatologia; Neutro.
02. **Autassédio emocional:** Autassediologia; Nosográfico.
03. **Autobloqueio:** Autassediologia; Nosográfico.
04. **Autorrepressão emocional:** Parapatologia; Nosográfico.
05. **Bloqueio energético cortical:** Energossomatologia; Nosográfico.
06. **Bloqueio zero:** Autodesassediologia; Homeostático.
07. **Cardiochakra:** Energossomatologia; Neutro.
08. **Ferida emocional:** Consciencioterapeuticologia; Nosográfico.
09. **Refém do cardiochakra:** Psicossomatologia; Nosográfico.
10. **Saúde emocional:** Autoconscienciometrologia; Homeostático.
11. **Saúde energética:** Autoconscienciometrologia; Homeostático.
12. **Saúde física:** Autoconscienciometrologia; Homeostático.

13. **Saúde mental:** Autoconscienciometrologia; Homeostático.
14. **Técnica da expansão pulmonar:** Somatologia; Homeostático.
15. **Técnica da imersão homeostática:** Autoconsciencioterapeuticologia; Neutro.

## **A REEQUILIBRAÇÃO DO FLUXO ENERGÉTICO TORÁCICO IMPLICA A PARATERAPÊUTICA DOS EMOCIONALISMOS MULTIFACÉTICOS, FAVORECENDO A EXPRESSÃO MAGNA DA AFETIVIDADE SADIA, COM FINS INTERASSISTENCIAIS.**

**Questionologia.** Você, leitor ou leitora, já experimentou a *técnica do autodesbloqueio cardiochacral*? Em caso positivo, quais efeitos evolutivos observa desde então, em si e no entorno multidimensional?

### **Bibliografia Específica:**

01. Almeida, Marco; Haymann, Maximiliano; & Remedios, Juliana; Orgs.; *Dicionário de Consciencioterapeuticologia com Termos Multilíngues Equivalentes*; revisores Equipe de Revisores da OIC; neologistas multilíngues: Equipe de Idiomas da OIC; 1.412 p.; glos. 400 termos (verbetes); 400 termos em alemão; 400 termos em espanhol; 400 termos em francês; 400 termos em inglês; 4 apênds. (1 apênd.: BEE da Consciencioterapeuticologia: 575 refs.); 845 enus.; 50 especialidades; 54 microbiografias; 3 quadros sinóticos; 1 tab.; 45 verbetógrafos; 161 filmes; 111 webgrafias; 1.100 refs.; 9 índices; alf.; 28 x 22 x 6,5 cm; enc.; Associação Internacional Editares; & Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC); Foz do Iguaçu, PR; 2022; páginas 227 a 229, 492 a 494, 568 a 570, 649 a 650, 757 a 758, 831 a 832, 1.059 a 1.065, 1.066 a 1.067, 1.082 a 1.083.
02. Aouar, Flávia; *Miniglossário de Tonalidades Afetivas Homeostáticas: Coletânea Inicial de Termos Prioritários*; Artigo; XVI Jornada de Consciencioterapeuticologia; Foz do Iguaçu, PR; 07-08.09.24; Conscientiotherapia; Revista; Anuário: Ano 13; N. 16; Seção: Terminologia Consciencioterápica; 1 E-mail; 1 microbiografia; minilêxico 50 termos; 3 enus.; 11 refs.; 4 webgrafias; Organização Internacional de Consciencioterapia (OIC); Foz do Iguaçu, PR; Setembro, 2024; páginas 153 a 164.
03. Vieira, Waldo; *100 Testes da Conscienciometria*; revisor Alexander Steiner; 232 p.; 100 caps.; 15 E-mails; 103 enus.; 1 foto; 1 microbiografia; 123 questionamentos; 2 websites; 14 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 1997; páginas 40, 41, 108, 124 e 167.
04. Idem; *Conscienciograma: Técnica de Avaliação da Consciência Integral*; revisor Alexander Steiner; 344 p.; 150 abrevs.; 106 assuntos das folhas de avaliação; 3 E-mails; 11 enus.; 100 folhas de avaliação; 1 foto; 1 microbiografia; 100 qualidades da consciência; 2.000 questionamentos; 100 títulos das folhas de avaliação; 1 website; glos. 282 termos; 7 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; Instituto Internacional de Projeciologia (IIP); Rio de Janeiro, RJ; 1996; páginas 98 e 99.
05. Idem; *Dicionário de Argumentos da Conscienciologia*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.572 p.; 1 blog; 21 E-mails; 551 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 18 fotos; glos. 650 termos; 19 websites; alf.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2014; páginas 940, 1.179, 1.180 e 1.181.
06. Idem; *200 Teáticas da Conscienciologia: Especialidades e Subcampos*; revisores Alexander Steiner; et al.; 260 p.; 200 caps.; 15 E-mails; 8 enus.; 1 foto; 1 microbiografia; 2 websites; 13 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 1997; ISBN 85-86019-24-0; página 104.
07. Idem; *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 ilus.; 168 megapensenes trivoculares; 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.; 29 x 21,5 x 7 cm; enc.; 3ª Ed. Gratuita; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2007; páginas 604 e 605.
08. Idem; *Homo sapiens reurbanisatus*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.584 p.; 24 seções; 479 caps.; 139 abrevs.; 12 E-mails; 597 enus.; 413 estrangeirismos; 1 foto; 40 ilus.; 1 microbiografia; 25 tabs.; 4 websites; glos. 241 termos; 3 infografs.; 102 filmes; 7.665 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21 x 7 cm; enc.; 3ª Ed. Gratuita; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2004; página 438.
09. Idem; *Léxico de Ortopensatas*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; CEAEC; & EDITARES; 3 Vols.; 2.084 p.; Vols. I, II 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 trivoculares; 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 95, 147, 260, 346, 348, 379, 397, 435, 526, 721, 897 e 1.267.
10. Idem; *Projeciologia: Panorama das Experiências da Consciência Fora do Corpo Humano*; revisores Alexander Steiner; et al.; 1.254 p.; 18 seções; 525 caps.; 150 abrevs.; 17 E-mails; 1.156 enus.; 1 escala; 1 foto; 3 gráfs.; 42 ilus.; 1 microbiografia; 1 sinopse; 2 tabs.; 15 websites; glos. 300 termos; 2.041 refs.; alf.; geo.; ono.; 28 x 21 x 7 cm; enc.; 10ª Ed. rev. e aum.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2009; páginas 846, 933 e 1.099.

11. **Idem; 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* (IIP); Rio de Janeiro, RJ; 1994; páginas 45, 245, 327, 342, 345, 370, 376, 431 e 506.

**Webgrafia Específica:**

1. **Aouar, Flávia; Técnica do Autodesbloqueio Cardiochacral;** Farmacopeia Consciencioterápica; 22.05.2021; *Organização Internacional de Consciencioterapia* (OIC); Foz do Iguaçu, PR; Maio, 2021; disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=BrjLVpwbrSM&t=108s>>; acesso em: 17.08.2026; 11h20.

F. A.