

AUTESTIMA REVIGORADA (AUTOCOGNICIOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. A *autestima revigorada* é o ato ou efeito de a conscin, homem ou mulher, agir de modo a potencializar, reforçar, valorizar, qualificar, automotivar, equilibrar e soerguer as virtudes pessoais perante as conquistas diárias, priorizando o autodesassédio mentalsomático.

Tematologia. Tema central neutro.

Etimologia. O elemento de composição *auto* procede do idioma Grego, *autós*, “eu mesmo; por si próprio”. A palavra *estimar* procede também do idioma Latim, *aestimare*, “fixar o preço ou valor de; avaliar; estimar em; fazer caso de; ter em conta de; estimar; pensar; julgar”. Apareceu no Século XIII. O termo *autoestima* surgiu no Século XX. O prefixo *re* provém igualmente do idioma Latim, *re*, “retrocesso; retorno; recuo; repetição; iteração; reforço; intensificação”. O vocábulo *vigor* vem do mesmo idioma Latim, *vigor*, “vigor; força do corpo; robustez; energia; vitalidade”. Apareceu no Século XV. O termo *revigorada* surgiu no Século XIX.

Sinonimologia: 1. Autestima revitalizada. 2. Autestima reanimada. 3. Autestima restabelecida. 4. Autestima reequilibrada. 5. Autestima re-harmonizada.

Cognatologia. Eis, na ordem alfabética, 45 cognatos derivados da palavra *vigor*: *avigorada*; *avigorado*; *avigorador*; *avigoradora*; *avigorante*; *avigorar*; *avigorável*; *avigorizada*; *avigorizado*; *avigorizador*; *avigorizadora*; *avigorizante*; *avigorizar*; *avigorizável*; *avigoroso*; *revigorada*; *revigorado*; *revigorador*; *revigoradora*; *revigorante*; *revigorar*; *revigorável*; *revigorizada*; *revigorizado*; *revigorizador*; *revigorizadora*; *revigorizante*; *revigorizar*; *revigorizável*; *vigorada*; *vigorado*; *vigorador*; *vigoradora*; *vigorante*; *vigorar*; *vigorável*; *vigorizada*; *vigorizado*; *vigorizador*; *vigorizadora*; *vigorizante*; *vigorizar*; *vigorizável*; *vigorosa*; *vigoroso*.

Neologia. As 3 expressões compostas *autestima revigorada mínima*, *autestima revigorada mediana* e *autestima revigorada máxima* são neologismos técnicos da Autocognicologia.

Antonimologia: 1. Autestima enfraquecida. 2. Autestima afracada. 3. Autestima debilitada. 4. Autestima débil. 5. Baixa autestima. 6. Autapreciação inferior. 7. Autodesqualificação.

Estrangeirismologia: o *placet* vigoroso da autestima; o *all right* da autestima revigorada; o *coup de bec* revigorante; o *macte animo* fortalecido; o *nec plus ultra* evolutivo; o *acid test* da autodisponibilidade às mudanças; a virtude do *strong profile*; o *know-how* teático; a maquiagem promovendo *upgrade* agradável.

Atributologia: predomínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto à maturescência da autodesassedialidade.

II. Fatuística

Pensenologia: o holopensene pessoal da Autocognicologia; as variáveis definidoras do holopensene pessoal; os egopensenes sadios; a egopensenidade reanimada; os autopensenes; a autopensenidade; os lateropensenes; a lateropensenidade; os neopensenes; a neopensenidade; os ortopensenes; a ortopensenidade; o materpensene propício ao revigoramento pessoal.

Fatologia: a autestima revigorada; a autanálise dos sentimentos; o autorrelacionamento hígido; a realidade intraconscinial admitida e compreendida; a autestima benigna; o apreço por si mesmo; o modo de ser; a aceitação de si e dos outros; a confiança em atos e julgamentos pessoais; o traço de personalidade assumido; o autovalor positivo; o amor próprio benéfico; o autoconceito saudável; a capacidade produtiva; os fatores responsáveis pela personalidade equilibrada; a tranquilidade pessoal; a resiliência às pressões externas; a maior persistência nas tarefas difíceis; a menor propensão ao uso de drogas; as insuficiências pessoais ou grupais compreendidas; o entendimento para com a realidade vivida, inclusive as dificuldades; as fissuras da própria persona-

lidade; a autoinfelicidade; a autossabotagem; a desesperança com a vida; a depressão; o ansiosismo; o autodesrespeito; a baixa autaceitação; o *loc* externo; a autoimagem idealizada; a imagem supostamente projetada para as demais consciências; o emocionalismo; a instintividade; a consciência trafarista; a angústia da rejeição antecipada; a autoconfiança débil; a dependência aos outros; a autoimagem distorcida; a autovitimização contumaz; a autocorrupção cotidiana; a atitude anticosmoética de ser algoz de si mesmo; as derivações do emocionalismo da consciência; as ecotopias afetivas; o autacolhimento efetivo; o autodiscernimento; a autoconsideração; a consciência obsequiosa e solidária; o fato de a conscin detentora de autestima sadia ser bem conceituada no grupo; o afeto disponível aos demais; o sentimento lúcido de maternagem; a amorosidade diuturna; a autovigilância motivada para o desassédio mentalsomático; a inteligência expressa na autestima sadia; o autorrefazimento lúcido de ideias, conceitos, opiniões e imagens sobre si mesmo; o toque sutil da maquiagem fortalecendo a autestima; a produção visual otimizada; o autestudo ortomotivador; a autestima sadia sendo o equilíbrio entre o sucesso almejado e as conquistas reais; o burilamento do temperamento forte, fruto das muitas vidas; o refinamento da autestima; a escrita dos verbetes da *Enciclopédia da Conscienciologia* elevando a autestima dos neoverbetógrafos.

Parafatologia: a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; a autestima extrafísica preponderante nos atos interassistenciais pessoais; o soerguimento multidimensional; a paradescoberta de si mesmo; o paramegatrafor autêntico; a essência consciencial multidimensional; o autocontrato evolutivo; as paracompanhias benfazejas; a preparação para assistência multidimensional; a vontade inquebrantável da consciência nas dimensões extrafísicas; a superação da autossabotagem seriexológica.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo atividade evolutiva–atividade revigorante*; o *sinergismo da dupla evolutiva* (DE); o *sinergismo cosmovisão-autocognição*; o *sinergismo autoridade cosmoética–força presencial*; o *sinergismo fatos-parafatos*; o *sinergismo atenção-detalhismo–persistência*; o *sinergismo dos atributos mentaissomáticos*.

Principiologia: o *princípio do exemplarismo pessoal* (PEP); o *princípio coloquial*; o *princípio da afinidade*; o *princípio da megafaternidade*; o *princípio de sempre ser tempo de ajudar os demais*; o *princípio de gostar de si mesmo*; o *princípio da valorização pessoal*.

Codigologia: a força revigorante da autestima na elaboração do *código pessoal de Cosmoética* (CPC); o *código duplista de Cosmoética* (CDC); o *código grupal de Cosmoética* (CGC) na vivência coletiva.

Teoriologia: a *teoria da Psicologia Positiva*; a *teoria cognitivo-comportamental*; a *teoria do autesforço evolutivo*; a *teoria da inteligência fixa*; a *teoria da inteligência evolutiva* (IE); a *teoria das interprisões grupocármicas*; a *teoria do capital humano*.

Tecnologia: a *técnica da autestima desenvolvida pelo canto e dança frente ao espelho*; a *técnica de viver priorizando a autevolução*; a *técnica da interassistencialidade tarística*; a *técnica da opção inteligente de refazimento*; a *técnica da autorreflexão de 5 horas*; a *técnica de mais 1 ano de vida intrafísica*; a *técnica etológica do salto baixo*.

Voluntariologia: o revigoramento no *trabalho voluntário em Instituição Conscienciocêntrica* (IC); os trafores reforçando a *equipe de voluntários*; o acolhimento cosmoético ao *voluntário com baixa autestima*.

Laboratoriologia: o *laboratório conscienciológico da autorganização*; o *laboratório conscienciológico do estado vibracional*; o *laboratório conscienciológico da Pensenologia*; o *laboratório conscienciológico da Autopesquisologia*; o *laboratório conscienciológico das Dinâmicas Parapsíquicas*; o *laboratório conscienciológico Serenarium*; o *laboratório conscienciológico Acoplamentarium*; o *laboratório conscienciológico da Evoluciologia*.

Colégiologia: o *Colégio Invisível da Paraprofilaxia*; o *Colégio Invisível da Consciencimetria*; o *Colégio Invisível dos Parafenomenologistas*; o *Colégio Invisível da Interassistenciologia*; o *Colégio Invisível da Conviviologia*; o *Colégio Invisível da Experimentologia*; o *Colégio*

Invisível dos Reciclantes; o Colégio Invisível da Psicossomatologia; o Colégio Invisível da Autorreeducaciologia.

Efeitologia: o efeito do autodomínio emocional; o efeito renovador da docência conscienciológica; o efeito revigorante ao final do exercício intelectual; o efeito do autodomínio das energias conscienciais; o efeito do estado vibracional; o efeito bumerangue da interassistência; o efeito propulsor da autestima revigorada.

Neossinapsologia: as neossinapses para a qualificação do revigoramento pessoal; as neossinapses adquiridas pela autestima revigorada.

Ciclogia: o ciclo da autodidaxia do semperaprendente; o ciclo causa-efeito; o ciclo das valorizações pessoais; o ciclo grupal aprender-reaprender; o ciclo revigorador autorreflexão-autodiscernimento; o ciclo baixa autestima–autodepressão; o ciclo insatisfação evolutiva–procedimento evolutivo–revigor evolutivo.

Enumerologia: a autestima refortalecida; a autestima reedificada; a autestima enriquecida; a autestima priorizada; a autestima retificada; a autestima sobrevalorizada; a autestima resiliente.

Binomiologia: o binômio potencial-priorizar; o binômio autorrevigoramento do ego–força presencial; o binômio autoapreço-autaceitação; o binômio companhias úteis–hábitos saudáveis; o binômio autestima própria–conquista diária; o binômio autestima social–produção profissional; o binômio admiração-discordância.

Interaciologia: a interação autoconceito saudável–autestima sadia; a interação autorvalor positivo–sentimento hígido; a interação autestima revitalizada–automotivação operante.

Crescendologia: o crescendo aceitação de si–aceitação dos outros.

Trinomiologia: o trinômio autestima revigorada–autoimagem valorizada–automotivação evolutiva; o trinômio refletir-assumir-realizar.

Polinomiologia: o polinômio qualificar-demonstrar-equilibrar-soerguer as virtudes pessoais.

Antagonismologia: o antagonismo autescclarecimento / heterescclarecimento; o antagonismo análise / síntese; o antagonismo traçar / traçar; o antagonismo autovitimização / autorrecomposição; o antagonismo abertismo / fechadismo; o antagonismo autestima sadia / autoconfiança débil; o antagonismo omissão superavitária / omissão deficitária.

Paradoxologia: o paradoxo de a autovalorização real libertar a consciência de pensar somente em si; o paradoxo de a evolução ser individual mas, a rigor, ninguém evoluir sozinho; o paradoxo da acalmia evolutiva frente às autossuperações conflitivas; o paradoxo do pensar demais e agir de menos; o paradoxo de o medo de recair induzir à recaída.

Politicologia: a conscienciocracia; a lucidocracia; a evolucionocracia; a assistenciocracia; a cosmoeticocracia; a cognocracia; a rexocracia; a democracia.

Legislogia: a lei de causa e efeito; a lei do maior esforço interassistencial aplicada ao refazimento pessoal; as leis dos direitos interconscienciais; a lei de ação e reação; as leis cosmoéticas; a lei da empatia.

Filiologia: a conscienciofilia; a autexperimentofilia; a paratecnofilia; a raciocinofilia; a autodiscernimentofilia; a analiticofilia; a sinteticofilia.

Fobiologia: as fobias generalizadas.

Sindromologia: a síndrome da desvalorização; a síndrome da ectopia afetiva (SEA); a síndrome do ostracismo; a síndrome da despriorização; a síndrome da dispersão consciencial; a síndrome do infantilismo; a síndrome da distorção da realidade; a síndrome da procrastinação; a síndrome do segredo.

Maniologia: a mania de pensenizar contra si e os outros; a mania de autoperseguição; a fracassomania; a autassediomania; a egomania; a apriorismomania; a eliminação da enganomania.

Mitologia: o mito de “já não ter tempo para mudar”; a Antimitologia Racional; o mito da suficiência da boa intenção; a queda do mito da autoimagem idealizada; a superação dos mitos da juventude; o mito da perfeição representado pela busca da autocura completa; o mito da cura para todos os males; a demolição dos mitos.

Holotecologia: a convivioteca; a consciencioterapeuticoteca; a prioroteca; a parapedagogoteca; a holomatureoteca; a psicologoteca; a assistencioteca; a metodoteca.

Interdisciplinologia: a Autocogniciologia; a Autoconscienciometrologia; a Autexempologia; a Autexperimentologia; a Autodiscernimentologia; a Autodecidologia; a Autopesquisologia; a Autabsolutismologia; a Equilibriologia; a Acertologia; a Intrafisicologia; a Extrafisicologia.

IV. Perfilologia

Elencologia: a conscin lúcida; 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 evoluciente; o exemplarista; o intelectual; o reciclante existencial; o inversor existencial; o maxidissidente ideológico; o tenepessista; o ofiexista; o parapercepcionista; o pesquisador; o projetor consciente; o sistemata; o tertuliano; o verbetólogo; o voluntário; o tocador de obra; o homem de ação.

Femininologia: a acoplamentista; a agente retrocognitora; a amparadora intrafísica; a atacadista consciencial; a autodecisora; a intermissivista; a cognopolita; a compassageira evolutiva; a completista; a comunicóloga; a consciencióloga; a conscienciômetra; a consciencioterapeuta; a macrossômata; a convivióloga; a duplista; a duplóloga; a proexista; a proexóloga; a reeducadora; a epicon lúcida; a escritora; a evoluciente; a exemplarista; a intelectual; a reciclante existencial; a inversora existencial; a maxidissidente ideológica; a tenepessista; a ofiexista; a parapercepcionista; a pesquisadora; a projetora consciente; a sistemata; a tertuliana; a verbetóloga; a voluntária; a tocadora de obra; a mulher de ação.

Hominologia: o *Homo obtusus*; o *Homo sapiens illucidus*; o *Homo sapiens immaturus*; o *Homo sapiens subpensensor*; o *Homo sapiens convivens*; o *Homo sapiens cognopolita*; o *Homo sapiens mentalsomaticus*; o *Homo sapiens orthopensenicus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: autestima revigorada *mínima* = a efetivada no âmbito familiar perante habilidade autorreconhecida; autestima revigorada *mediana* = a efetivada no âmbito da vida profissional perante talento autorreconhecido e aplicado; autestima revigorada *máxima* = a efetivada perante admissão dos traços mentaisomáticos aplicados na tarefa, a exemplo da docência conscienciológica e / ou produção grafopensênica.

Culturologia: a cultura das competências evolutivas; a cultura do autoapreço.

Terapeuticologia. Sob a ótica da *Experimentologia*, eis, por exemplo, em ordem alfabética, 20 posturas ou condições revigoradoras relativas às vivências da autestima sadia:

01. **Abertura mnemônica.**
02. **Autenfrentamento.**
03. **Autoconfiança.**
04. **Autocura.**
05. **Autodesassidialidade.**
06. **Autonomia evolutiva.**
07. **Cosmoeticidade.**

08. **Desrepressão consciencial.**
09. **Exultação renovadora.**
10. **Força presencial.**
11. **Higidez consciencial.**
12. **Intelecção aguçada.**
13. **Investimento nas conquistas diárias.**
14. **Megadecisão.**
15. **Omissão superavitária** (omissuper).
16. **Priorização pessoal.**
17. **Reciclagem existencial** (recéxis).
18. **Reciclagem intraconsciencial** (recin).
19. **Reequilíbrio vivenciado.**
20. **Trafórismo.**

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

01. **Alegria:** Conviviologia; Neutro.
02. **Autocomprometimento:** Proexologia; Neutro.
03. **Autoconfiança intelectual:** Mentalsomatologia; Neutro.
04. **Autopensenização vigorosa:** Autopensenologia; Homeostático.
05. **Autorrespeito multidimensional:** Autoconscienciometrologia; Neutro.
06. **Autossuficiência evolutiva:** Evoluciologia; Homeostático.
07. **Autovalor ínsito:** Paraxiologia; Homeostático.
08. **Conversa revigorante:** Coloquiologia; Homeostático.
09. **Escolha evolutiva:** Experimentologia; Homeostático.
10. **Regozijo cotidiano:** Homeostaticologia; Homeostático.
11. **Relação transformadora:** Conviviologia; Homeostático.
12. **Resgate da autestima:** Holomaturologia; Homeostático.
13. **Síndrome da subestimação:** Parapatologia; Nosográfico.
14. **Síndrome do impostor:** Parapatologia; Nosográfico.
15. **Superestimação pontual:** Parapatologia; Nosográfico.

AS RECICLAGENS INTRACONSCIENCIAIS DO AUTOVALOR EVOLUTIVO, POTENCIALIZADAS PELO AUTODESASSÉDIO MENTALSOMÁTICO, CONSOLIDAM A AUTESTIMA REVIGORADA, BASE PARA AS AUTOCOGNIÇÕES PRIORITÁRIAS.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, realiza reciclagens intraconscienciais objetivando revigorar a autestima? Com qual frequência? Quais os resultados obtidos?

Bibliografia Específica:

1. **Branden, Nathaniel;** *Auto-estima e os seus Seis Pilares (The Six Pillars of Self Esteem)*; revisora Maria Silva Mourão; trad. Vera Caputo; 400 p.; 3 partes; 18 caps.; 157 citações; 62 enus.; 3 ilus.; 37 notas; 2 apênds.; 21 x 14 cm; br.; 7ª Ed.; *Editora Saraiva*; São Paulo, SP; 2002; páginas 87 a 204 e 379 a 387.
2. **Carvalho, Juliana;** *Pensenograma: Proposta de Método para Estudo da Pensividade*; Artigo; *Anais do II Congresso Internacional de Verponologia*; Foz do Iguaçu, PR; 14-16.10.11; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 15; N. 1; Seção: *Temas da Conscienciologia*; 1 E-mail; 19 enus.; 1 microbiografia; 1 tab.; 8 refs; 1 apênd.; *Associação Inter-*

nacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; Janeiro-Março, 2011; páginas 92 a 104.

3. **Vieira**, Waldo; *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*; Rio de Janeiro, RJ; 1994; páginas 116 a 119, 123, 125, 346, 396, 403, 422 e 650.

J. S. A.