

ANSIOLITICOGRAMA (HOMEOSTATICOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. O *ansiolitograma* é a ferramenta de registro, análise, definição, comparação e mensuração autocrítica da qualidade de manifestação da imperturbabilidade da conscin, homem ou mulher.

Tematologia. Tema central homeostático.

Etimologia. O vocábulo *ansioso* provém do idioma Latim, *anxiosus*, “inquieto; aflito; angustiado”. Apareceu no Século XVI. O termo *ansiolítico* é adaptado do idioma Inglês *anxiolytic*, “ansiolítico”. Surgiu em 1960. O elemento de composição *grama* deriva do idioma Grego, *grámma*, “caráter de escrita; sinal gravado; letra; texto; inscrição; registro; lista; documento; livro; tratado; Ciência; cultura; instrução; nota de música; algarismo; acento gráfico; figura de Matemática”.

Sinonimologia: 1. Mensuração da imperturbabilidade. 2. Análise da acalmia. 3. Avaliação da eutímia.

Neologia. O vocábulo *ansiolitograma* e as duas expressões compostas *ansiolitograma preparatório* e *ansiolitograma executivo* são neologismos técnicos da Homeostaticologia.

Antonimologia: 1. Conscienciograma. 2. Cosmograma. 3. Proexograma.

Estrangeirismologia: o *Serenarium*; o *modus ratiocinandi* equilibrado.

Atributologia: predomínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto à holomaturescência da autoimperturbabilidade.

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

1. “**Autotaquirritmia.** A autotaquirritmia é o ritmo rápido e eficaz das manifestações da consciência. Importa não confundir a autotaquirritmia com o ansiosismo, pois a mesma deriva da **autoimperturbabilidade consciencial**”.

2. “**Imperturbabilidade.** Quem já adquiriu o autotaquipsiquismo, ou seja, já consegue **pensar mais rápido**, atinge mais depressa a autoimperturbabilidade permanente”. “É paradoxal a autotaquirritmia exigir a condição da autoimperturbabilidade. Por outro lado, a dosagem do **histrionismo** é a imperturbabilidade”.

II. Fatuística

Pensenologia: o holopensene pessoal homeostático; o holopensene pessoal da reciclagem multifacetada; a reciclagem holopensênica; os reciclopensenes; a reciclopensenidade; a autopensenização linear; os ortopensenes; a ortopensenidade; a estabilidade e imperturbabilidade holopensênica alcançadas na autodespeticidade; os harmonopensenes; a harmonopensenidade; os rastros pensênicos equilibrados; os equilibriopensenes; a equilibriopensenidade; o holopensene teático; os taquipenses; a taquipensidade; os grafopensenes; a grafopensenidade; os pacipenses; a pacipensidade.

Fatologia: o ansiolitograma; a autodisponibilidade evolutiva; a metria complexa da consciência inteira; a mensuração dos atos e comportamentos pessoais qual meio para a evolução consciencial; o autodomínio psicomotor; a instalação de ambiente ansiolítico; o aprendizado em saber o ponto da medida justa da autoimparcialidade; o aproveitamento evolutivo máximo da vida humana; o animal de estimação, primo pré-humano, reeducando a conscin ansiosa; o enfrentamento imperturbável das imprevisibilidades; as atitudes ansiosas rescindidas do dicionário evolutivo pessoal; as revisões verbetográficas favorecendo o exercício da imperturbabilidade; a avaliação métrica da constância vital.

Parafatologia: a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; a sinalética energética e parapsíquica pessoal; a tendência à equalização das energias conscienciais (ECs); as repercussões intra e extrafísicas dos atos pessoais; a clareza da percepção energética a partir da acalmia somática e psicossomática; a crescente percepção parapsíquica favorecida pela acalmia mental; o amparo extrafísico de função; a autopredisposição em valorizar as parapercepções qual ferramenta aplicada à melhor decisão e à interassistencialidade; a referência energética da mega-euforização ao modo de parâmetro holossomático equilibrado e harmonioso a ser conquistado; o modelo evolutivo do ser Serenão.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo do estabelecimento das relações de confiança*; o *sinergismo das autorreavaliações*; o *sinergismo reciclogenia-soerguimentogenia*.

Principiologia: o *princípio da descrença (PD)*; o *princípio evolutivo de levar de oito os vários desenvolvimentos conscienciais*; o *princípio cosmoético da moderação*; o *princípio autossuperador do retorno ao equilíbrio pós-crise em patamar superior ao original*.

Codigiologia: as cláusulas do *código pessoal de Cosmoética (CPC)* estabelecendo mecanismos profiláticos para superar as manifestações ansiosas; a autossinceridade sendo principal cláusula do *CPC exemplificado*; o *exame do grau de teática do CPC*.

Teoriologia: a hipótese ou *teoria de tentativa*; a *teoria do Serenão*.

Tecnologia: as *técnicas evolutivas em geral*.

Laboratoriologia: o *laboratório conscienciológico Serenarium*; o *laboratório conscienciológico da Automentalsomatologia*; o *laboratório conscienciológico da Autopenologia*; o *laboratório conscienciológico da Autorganizaciologia*; o *laboratório conscienciológico da Autoproexologia*; o *laboratório conscienciológico da imobilidade física vígil (IFV)*.

Colegiologia: o *Colégio Invisível da Evoluciologia*.

Efeitologia: o *efeito do enquadramento realista e analítico da gradação na Escala Evolutiva das Consciências*; o *efeito dos condicionamentos emocionais na Ficha Evolutiva Pessoal (FEP)*; os *efeitos benéficos do EV*; o *efeito ansiogênico gerado pelas propagandas modernas*.

Neossinapsologia: as *neossinapses* adquiridas a partir da pacificação holossomática; as *neossinapses da imperturbabilidade* ensinando a administrar aborrecimentos.

Ciclogia: o *ciclo atitude-consequência*; o *ciclo da remoção de travões*; o *ciclo de autodesassédios*; o *ciclo de aceleração dos autodesempenhos*; o *ciclo de reciclagens existenciais*; o *ciclo de reciclagens intraconscienciais*; o *ciclo de autossuperações*; o *ciclo crise de crescimento-reeducação evolutiva*.

Enumerologia: o *ato de assumir as experiências pessoais*; o *ato de pesquisar as experiências pessoais*; o *ato de analisar as experiências pessoais*; o *ato de avaliar as experiências pessoais*; o *ato de mensurar as experiências pessoais*; o *ato de qualificar as experiências pessoais*; o *ato de reciclar as experiências pessoais*.

Binomiologia: o *binômio perfectibilidade-constância*.

Interaciologia: a *interação dos recebimentos* aplicada à Retribuiciologia.

Trinomiologia: o *trinômio firmeza decisória-autocomprometimento-consecução*.

Polinomiologia: o *polinômio reflexão-decisão-consecução-apaziguamento*; o *polinômio autorganização-autodisciplina-autodeterminação-resultados-automotivação*.

Antagonismologia: o *antagonismo assim / desassim*; o *antagonismo conscin acomodada / conscin predisposta*; o *antagonismo decidofobia / voliciofilia*; o *antagonismo remédios ansiolíticos / técnicas ansiolíticas*; o *antagonismo pseudo-homeostase / real homeostase*.

Paradoxologia: o *paradoxo de o minidetalhe ser capaz de modificar globalmente a perspectiva de certa realidade*.

Politicologia: a *lucidocracia*; a *decidocracia*; a *energocracia*; a *assistenciocracia*; a *cosmoeticocracia*; a *democracia*; a *discernimentocracia*.

Legislogia: a *lei do maior esforço evolutivo* aplicada à captação das realidades.

Filiologia: a *evoluciofilia*; a *neofilia*; a *conscienciofilia*; a *reciclofilia*; a *ortofilia*; a *cogniciofilia*; a *metodofilia*.

Sindromologia: as *síndromes compulsivas*.

Holotecologia: a *serenoteca*; a *parapsicoteca*; a *pacificoteca*; a *higienoteca*; a *democracioteca*; a *cosmoeticoteca*; a *consciencioteca*.

Interdisciplinologia: a *Homeostaticologia*; a *Voliciologia*; a *Intencionologia*; a *Criteriologia*; a *Temperamentologia*; a *Paraprofilaxiologia*; a *Holomaturologia*; a *Pacienciologia*; a *Autor-rexologia*; a *Autexperimentologia*; a *Autocriticologia*; a *Taquipensenologia*; a *Taquiritmologia*.

IV. Perfilologia

Elencologia: a *conscin lúcida*; a *isca humana lúcida*; o *ser desperto*; o *ser interassistencial*; a *conscin enciclopedista*.

Masculinologia: o *ansioso*; o *precipitado*; o *desassossegado*; 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 *autoconsciencioterapeuta*; 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 *autor*; o *leitor*; o *reciclante existencial*; o *inversor existencial*; o *maxidissidente ideológico*; o *tenepessista*; o *ofixista*; o *parapercepciólogista*; o *pesquisador*; o *projetor consciente*; o *sistemata*; o *tertuliano*; o *teletertuliano*; o *paratertuliano*; o *verbetólogo*; o *verbetógrafo*; o *voluntário*; o *tocador de obra*; o *homem de ação*.

Femininologia: a *ansiosa*; a *precipitada*; a *desassossegada*; 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 *autoconsciencioterapeuta*; 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 *autora*; a *leitora*; a *reciclante existencial*; a *inversora existencial*; a *maxidissidente ideológica*; a *tenepessista*; a *ofixista*; a *parapercepciólogista*; a *pesquisadora*; a *projetora consciente*; a *sistemata*; a *tertuliana*; a *teletertuliana*; a *paratertuliana*; a *verbetóloga*; a *verbetógrafa*; a *voluntária*; a *tocadora de obra*; a *mulher de ação*.

Hominologia: o *Homo sapiens anxius*; o *Homo sapiens euthymicus*; o *Homo sapiens orthopensenicus*; o *Homo sapiens catalyticus*; o *Homo sapiens invulgaris*; o *Homo sapiens pacificus*; o *Homo sapiens epicentricus*; o *Homo sapiens conscienciometra*; o *Homo sapiens harmonicus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: *ansioliticograma preparatório* = aquele em fase de estruturação dos itens auferidores da imperturbabilidade; *ansioliticograma executivo* = aquele em fase teática quanto à aferição da imperturbabilidade.

Culturologia: a *cultura do serenismo* proposta pela Conscienciologia; a *cultura de paz interior*; a *cultura da Voliciologia*; a *paracultura apaziguadora das comunexes avançadas*.

Caracterologia. Concernente à *Autoconscienciometrologia*, eis, por exemplo, na ordem alfabética, 6 condições ou reações da *conscin lúcida*, refletindo no convívio interconsciencial e nas realidades das dimensões extrafísicas, a serem avaliadas, identificadas e implementadas na análise e reanálise do *ansioliticograma pessoal*, de acordo com o momento evolutivo:

1. **Autocomunicabilidade:** a *autopolidéz*; a *autossatisfação*.
2. **Autoantidesgasteamento:** a *antiofensividade*; a *impassibilidade*; a *ponderação*.

3. **Autoortobenignopensenidade:** o pensar bem e corretamente de si próprio.
4. **Autopolivalência:** a versatilidade; a flexibilidade; a produtividade eficaz.
5. **Autotaquipsiquismo:** o pensamento rápido e aproveitamento das ideias sem dispersão consciencial.
6. **Autoteática:** a aplicação do *código pessoal de Cosmoética*.

Taxologia. Eis, ordenados alfabeticamente, por exemplo, 10 possíveis categorias e 35 variáveis auferidoras diretamente relacionadas com a composição do ansioliticograma para a conscin, homem ou mulher, interessada em analisar, decodificar e classificar o grau de reciclagem ansiolítica:

A. Aferição da autorreflexão:

01. **Técnica.** O domínio da *técnica da autorreflexão de 5 horas*.

B. Aferição da emocionalidade:

02. **Apatia.** A acomodação e inatividade frente aos percalços da existência.
03. **Brabeza.** A raiva e irritabilidade diante dos acontecimentos.
04. **Estresse.** A perspectivação diferente frente ao objeto de estresse, à existência e ao modo de lidar com o estresse.
05. **Intolerância.** A ofensividade e o ciúme na manifestação cotidiana.
06. **Irreflexão.** A falta de ponderação, resultado de atitudes convergentes ao *trinômio compulsividade-impulsividade-arrepentimento*.

C. Aferição da influência cronológica contextual:

07. **Futuro.** A expectativa quanto às perspectivas e projetos para o futuro, sem poder de controle.
08. **Passado.** A imperturbabilidade em revisitar, analisar e compreender o passado.
09. **Presente.** A capacidade de viver o aqui-agora-já. O bem-estar físico, emocional, financeiro, cultural, cognitivo, social, parapsíquico, evolutivo, cosmoético.

D. Aferição da influência mesológica no comportamento ansiolítico:

10. **Ambiente.** Os valores ambientais influenciadores da conduta da consciência.
11. **Duplismo.** As peculiaridades no convívio com a dupla evolutiva (DE).
12. **Família.** As habilidades reconciliatórias no meio familiar.
13. **Individualidade.** O comportamento quando na própria companhia.
14. **Sociedade.** A *inteligência evolutiva* (IE) aplicada na interação social.

E. Aferição da interatividade:

15. **Afetividade.** As relações de amizade, de benquerência e de acolhimento.
16. **Autointeração.** A identificação do temperamento intraconsciencial.
17. **Convivialidade.** A fito e zooconvivialidade sadia com os princípios conscienciais.
18. **Parapsiquismo.** A abrangência da *interação parapsíquica multidimensional*.
19. **Profissão.** A aplicação e observação dos atributos conscienciais no ambiente profissional.

F. Aferição da prática bioenergética:

20. **MBEs.** A aplicação cotidiana, diuturna da mobilização básica de energias.
21. **Sinalética.** A identificação e decodificação da sinalética energética e parapsíquica pessoal.

G. Aferição da priorização:

22. **Gescon.** O autocomprometimento gesconológico; o autorrevezamento mentalsomático.
23. **Pontualidade.** A antecipação ou o cumprimento pontual das tarefas agendadas.
24. **Regularidade.** A pauta cotidiana.

- 25. **Responsabilidade.** O comprometimento em realizar as tarefas assumidas.
- 26. **Seletividade.** A escolha das atividades desempenhadas.

H. Aferição da utilização de medicamentos:

- 27. **Fármacos.** O uso de remédios ansiolíticos geradores de dependência química.

I. Aferição da volição:

- 28. **Autoliderança.** O autogoverno na aplicação das atitudes ansiolíticas.
- 29. **Constância.** O emprego da autodisciplina e constância nos esforços evolutivos.
- 30. **Disposição.** A disposição real para investir no propósito ansiolítico.
- 31. **Resultado.** A motivação em alcançar a meta homeostática definida.

J. Aferição somática:

- 32. **Agitação.** O reconhecimento e a reciclagem dos gestos reveladores da impaciência (a mão na cintura; o deslocamento do pé para frente quando ainda na posição parada; o pé balançante em sinal de inquietude; o sentar na beira da cadeira).
- 33. **Distanciamento.** A atitude de falar rápido e escutar pouco a si próprio e ao outro.
- 34. **Emergência.** O comportamento impulsivo de andar rápido.
- 35. **Pressa.** O ato de fazer as refeições em pé.

Patamar. Concernente à *Analicologia*, a autanálise ansiolítica apresenta diferentes desafios, do mais simples ao mais complexo, do mais grosseiro ao mais sutil. Nessa escala, a mensuração do domínio gradativo do processo ansiolítico e da *técnica da imobilidade física vígil* pode muito bem ser avaliada, por exemplo, ao realizar, sem anestésicos e com tranquilidade, o exame de ressonância magnética, sem sensações claustrofóbicas ou estenofóbicas.

Autoconhecimento. Sob a ótica da *Autopesquisologia*, é recomendável à conscin interessada, homem ou mulher, promover o autoconhecimento, a autopesquisa com autocrítica, autavaliação e autanálise sinceras a fim de evitar o uso indiscriminado de medicamentos ansiolíticos, em detrimento da reciclagem intraconscinial.

Medicamento. Entre o período de 2009 a 2013, o uso de psicotrópicos cresceu 42%, passando de 12 para 17 milhões de caixas vendidas.

Pesquisologia. Sob o enfoque da *Definologia*, eis, por exemplo, na ordem alfabética, 5 temas relacionados ao universo semasiológico do ansioliticograma, a fim de expandir e aprofundar as abordagens pesquisísticas da conscin lúcida:

1. **Estudo da cientificidade:** o estudo da Ciência, da especialidade aplicada às pesquisas teáticas, técnicas ou à autaplicação intencional de experimentos homeostáticos ansiolíticos.
2. **Estudo da filia:** o estudo do apreço, do interesse, da automotivação nos estudos e práticas ansiolíticas a qualquer lugar ou condição de manifestação consciencial.
3. **Estudo da fobia:** o estudo do receio, do medo ou da aversão aos estudos e práticas ansiolíticas.
4. **Estudo da pensenidade:** o estudo da prática costumeira, repetitiva e prioritária de se exteriorizar pensenes ansiolíticos e cosmoéticos, de modo consciente.
5. **Estudo etiológico:** o estudo da ação, do estado, da qualidade e da atitude relacionada ao ansiolítico.

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

01. **Ansioliticometria:** Equilibrilogia; Neutro.

02. **Autocentramento consciencial:** Conscienciometrologia; Homeostático.
03. **Automanobra dilatória:** Antiproexologia; Nosográfico.
04. **Imperturbabilidade:** Homeostaticologia; Homeostático.
05. **Interação dos recebimentos:** Proexologia; Homeostático.
06. **Medicamento:** Paraterapeuticologia; Neutro.
07. **Megarprevisibilidade:** Autevoluciologia; Neutro.
08. **Megarverificaciologia:** Autexperimentologia; Neutro.
09. **Omniterapeuticologia:** Paraterapeuticologia; Homeostático.
10. **Padrão homeostático de referência:** Paraassepsiologia; Homeostático.
11. **Propósito ansiolítico:** Mentalsomatologia; Homeostático.
12. **Síndrome da pressa:** Parapatologia; Nosográfico.
13. **Síntese conscienciométrica:** Conscienciometrologia; Neutro.
14. **Sobreposição mentalsomática:** Holomaturologia; Homeostático.
15. **Pax aeterna:** Pacifismologia; Homeostático.

A AUTAVALIAÇÃO CRÍTICA E SADIA DA MANIFESTAÇÃO IMPERTURBÁVEL CONTRIBUI DE MODO SINGULAR PARA CONQUISTAR, GRADATIVAMENTE, A AUTOTAQUIRRITMIA, OTIMIZANDO A ESTRATÉGIA EVOLUTIVA CONSCIENCIAL.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, já pesquisou a qualidade da manifestação consciencial imperturbável no microuniverso pessoal e nos ambientes circundantes? A quais conclusões chegou?

Bibliografia Específica:

1. **Vieira, Waldo;** *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 186 a 189, 325, 326, 368 a 370, 372 a 374 e 445 a 447.
2. **Idem;** *Léxico de Ortopensatas*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 2 Vols.; 1.800 p.; Vols. 1 e 2; 1 *blog*; 652 conceitos analógicos; 22 *E-mails*; 19 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 17 fotos; glos. 6.476 termos; 1.811 megapensenes trivocabulares; 1 microbiografia; 20.800 ortopensatas; 2 tabs.; 120 técnicas lexicográficas; 19 *websites*; 28,5 x 22 x 10 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2014; páginas 252 e 838.

Webgrafia Específica:

1. **Oliveira, Claudia Collucci Monique;** *Venda de Calmantes sobe 42% no Brasil nos Últimos 5 Anos. Folha de São Paul*; *Equilíbrio e Saúde*; 27.02.14; disponível em: <<http://www1.folha.uol.com.br/equilibrioesaude/2014/02/1418499-venda-de-calmantes-sobe-42-no-brasil-nos-ultimos-cinco-anos.shtml>>; acesso em: 03.10.14.

N. M.