

## SOBREPAIRAMENTO DO AUTODESCONFORTO (CONSCIENCIOTERAPEUTICOLOGIA)

### I. Conformática

**Definologia.** O *sobreparamento do autodesconforto* é a atitude ou postura isenta, inteligente e cosmoética da conscin lúcida, homem ou mulher, ao pairar acima ou sobrelevar os perturbos, vivências desconfortáveis ou incômodas na cotidianidade e multidimensional, visando a aplicação da interassistência na consecução da proéxis.

**Tematologia.** Tema central homeostático.

**Etimologia.** O prefixo *sobre* vem do idioma Latim, *super*, “em cima de; por cima de; acima de; mais do que; além de; ainda; sobre; demais; excessivamente; demasiadamente”. Apareceu no Século XIII. O vocábulo *pairar* deriva do idioma Provençal Antigo, *pairar*, “suportar; aguentar; ter paciência”, e este provavelmente do idioma Latim, *pariare*, “dar balanço; fazer contas; fazer ir a par; emparelhar; igualar”. Apareceu no Século XV. O sufixo *mento* procede do idioma Latim Vulgar, *mentu*, e é formador de substantivos derivados de verbos. O elemento de composição *auto* provém do idioma Grego, *autós*, “eu mesmo; por si próprio”. O segundo prefixo *des* procede do idioma Latim, *dis* ou *de ex*, “negação; oposição; falta; separação; divisão; aumento; reforço; intensidade; afastamento; supressão”. O termo *conforto* vem provavelmente do idioma Francês, *confort*, “bem-estar material”. Surgiu no Século XIII.

**Sinonimologia:** 1. Dessensibilização emocional do autodesconforto. 2. Serenidade no autodesconforto. 3. Desdramatização do autodesconforto.

**Neologia.** As 4 expressões compostas *sobreparamento do autodesconforto*, *sobreparamento básico do autodesconforto*, *sobreparamento mediano do autodesconforto* e *sobreparamento avançado do autodesconforto* são neologismos técnicos da Consciencioterapeuticologia.

**Antonimologia:** 1. Evitação do malestar. 2. Postergamento das autossuperações. 3. Comodismo frente ao gargalo evolutivo. 4. Passividade ante as autorreciclagens. 5. Evitação de empenho crítico. 6. Sofrimento no autodesconforto. 7. Manutenção da zona de conforto patológica.

**Estrangeirismologia:** os *aftereffects* do sobreparamento do autodesconforto; a *strength of purpose* nas autossuperações diárias; o *locus of control* interno predispondo autenfrentamentos contínuos; o abandono do *dolce far niente*; a alta *performance* na suportabilidade holossomática.

**Atributologia:** predomínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto à Autoconsciencioterapeuticologia.

**Megapensologia.** Eis 3 megapensenes trivocabulares relativos ao tema: – *Imperturbabilidade: ortocentralidade íntima. Sobreparamento: automaturidade vivenciada. Resiliência: autossustentabilidade potencializada.*

**Coloquiologia.** Eis duas expressões populares referentes ao tema: – *As brasas vivas sobre as cinzas. Dar a cara a tapa.*

**Proverbiologia.** Eis provérbio relacionado ao tema: – *Quem cai, do chão não passa.*

**Ortopensatologia:** – “**Sobreparamento.** O **sobreparamento cosmoético** é a reação pessoal da conscin lúcida, quanto à evolução consciencial, que alcançou múltiplos itens mais complexos da memória e do memorando das matérias do *Curso Intermissivo* (CI) pré-ressomático”. “Se a pessoa está sempre pensando no **amparador** extrafísico de função, consegue sobreparar as patologias baratroféricas com facilidade maior”. “**Sobreparamento não é boavidismo**, e sim trabalho evolutivo”.

### II. Fatuística

**Pensologia:** o holopensene pessoal da autoconsciencioterapia; a primazia do *pen* na autopensenzização; o ato de pensenizar grande otimizando o sobreparamento; o *upgrade* dos pensenes; os hiperpensenes catalisadores do sobreparamento; a hiperpensenidade; os pacipensenes

facilitando o relaxamento; a pacipensividade; os cosmoeticopenses; a cosmoeticopensividade; os cosmopenses aceleradores da neutralidade emocional; a cosmopensividade; a reestruturação pensívica necessária à vivência de sobrepassamentos dos autodesconfortos; a superação do holopense pessoal da autovitimização; os serenopenses; a serenopensividade; o sobrepassamento dos contrapenses nosográficos decorrentes da impactoterapia aplicada no outro; a contrapensividade; o holopense pessoal da Serenologia.

**Fatologia:** o sobrepassamento do autodesconforto; a ultrapassagem do incômodo; a postura antipertúrbios; o desassossego terapêutico; o sobrepassamento cosmoético da conscin-cobaia predisposta ao autenfrentamento; a autocrítica ao sobrepassar lucidamente a crise pessoal; o alívio obtido após a ultrapassagem do gargalo evolutivo; a autestima revigorada através do sobrepassamento de experiências constrangedoras e desconfortáveis; a anticonflitividade quanto aos autodesempenhos oportunizando experiências de desconforto íntimo terapêutico; os procedimentos do megaforço evolutivo; a inexistência de empreendimentos duradouros somente com tarefas confortáveis; o emprego da lucidez, da racionalidade e da criatividade na hora de sobrepassar; a necessidade da neutralidade para a compreensão da situação vivenciada; o movimento contínuo de autopacificação; a reflexão profunda, racional e assertiva; o autodesconfiômetro; a atitude pró-próxis; a prevenção do desviacionismo; a relação entre autodesconforto e sofrimento; o hedonismo; a zona de conforto interiorota, apriorística, uterina e retrógrada; o falso conforto; o ponto de viragem; a megafraternidade teática sobrepassando o contexto humano; a pré-aula do professor itinerante de Conscienciologia; o fato de a autopacificação do Serenão não estar assentada na zona de conforto comum; a análise crítica do desconforto íntimo frente à heterorrevisão do verbete pessoal; o constrangimento terapêutico das automimeses desnecessárias; a autocrítica perante o eventual malestar da impactoterapia recebida.

**Parafatologia:** a autovivência do estado vibracional (EV) qualificando os enfrentamentos cotidianos; o relaxamento holossomático facilitando e potencializando o sobrepassamento; o trabalho energético intensificado; o ato de colocar energia no momento necessário; a exteriorização energética maximizada; a desassimilação simpática de energias (desassim); a pacificação refletida nas energias conscienciais (ECs); o enfoque da paraperceptibilidade sobrepassando os contingenciamentos corriqueiros; a zona de conforto do autencapsulamento energético; a rememoração de retrovidas estagnadoras; a projeção patrocinada por amparadores extrafísicos com propósito educativo; as rememorações do *Curso Intermisso* propiciando o autenfrentamento do autodesconforto sadio de crise existencial; a contenção do desconforto holossomático advindo de influências de assediadores extrafísicos; as habilidades de manejo da autocondição de isca lúcida.

### III. Detalhismo

**Sinergismologia:** o *sinergismo sobrepassamento analítico dos autodesconfortos–autevolução*; o *sinergismo da autopensenização sadia continuada*; o *sinergismo antivitimização–racionalidade*; o *sinergismo homeostático da autoconsciencioterapia ininterrupta*; o *sinergismo superação do gargalo evolutivo–qualificação proexológica*.

**Principiologia:** o *megaprincípio de nada substituir o esforço pessoal*.

**Codigologia:** o *código pessoal de Cosmoética* (CPC) aprimorado a partir da experiência do sobrepassamento do autodesconforto; o *código pessoal de priorização evolutiva*; o *código do exemplarismo pessoal* (CEP); o *código pessoal de fraternismo* otimizando os ortoposicionamentos frente aos autodesconfortos cosmoéticos.

**Teoriologia:** a *teoria do sobrepassamento cosmoético*; a *teoria evolutiva* aplicada ao dia a dia ininterruptamente; a *teoria dos Serenões*; a *teoria dos gargalos evolutivos*.

**Tecnologia:** a *técnica do sobrepassamento analítico*; a *técnica da autorreflexão de 5 horas*; a *técnica interassistencial da conscin-cobaia voluntária*; a *técnica da acareação cosmoética*; a *técnica da autexposição*; a *técnica da escrita de verbete conscienciológico*; a *técnica da imobi-*

lidade física *vígil* (IFV); as técnicas de autocontrole emocional; as técnicas conscienciométricas; as técnicas consciencioterápicas.

**Voluntariologia:** o voluntariado conscienciológico propulsor das autossuperações evolutivas e parapsíquicas.

**Laboratoriologia:** a exposição cosmoética do *autolabcon*; o laboratório conscienciológico da vida cotidiana diuturna; o laboratório conscienciológico da Autoconscienciometrologia; o laboratório conscienciológico da Consciencioterapia; o laboratório conscienciológico da Auto-pensologia; o laboratório conscienciológico da Reeducação; o laboratório da diferenciação pensênica.

**Colegiologia:** o Colégio Invisível da Autopesquisologia; o Colégio Invisível da Autopro-exologia; o Colégio Invisível da Mentalsomatologia; o Colégio Invisível da Cosmoeticologia; o Colégio Invisível dos Paradireitólogos; o Colégio Invisível dos Serenões.

**Efeitologia:** o efeito do sobrepairamento profilático; os efeitos da criatividade ao lidar com a imprevisibilidade; os efeitos da autexposição na geração de autodesconfortos cosmoéticos; os efeitos sadios das autocríticas profundas; os efeitos revigorantes das autossuperações; o ato de questionar os efeitos do próprio conforto.

**Neossinapsologia:** as neossinapses conquistadas por meio do sobrepairamento do autodesconforto terapêutico; a reciclagem das retrosinapses a partir da desdramatização do erro; a necessidade das neossinapses depurativas na condição da autoimperturbabilidade; o hábito do sobrepairamento gerador de neossinapses do autocontrole emocional, do discernimento e da ortopen-senidade.

**Ciclogia:** o ciclo autoconsciencioterápico autoinvestigação-autodiagnóstico-autenfrentamento-autossuperação; o ciclo sobrepairamento-desdramatização-anticonflitividade; a teática do ciclo *assim-desassim*; a proatividade responsável no ciclo erro-retratação-acerto; a evitação da quebra do ciclo do autesforço continuado; o ciclo autorreflexão-autodiscernimento-anti-impulsividade.

**Enumerologia:** o sobrepairamento do autodesconforto não é sofrimento; o sobrepairamento do autodesconforto não é flagelação religiosa; o sobrepairamento do autodesconforto não é nulificação dos sentimentos; o sobrepairamento do autodesconforto não é defesa da autoimagem; o sobrepairamento do autodesconforto não é freio inibitório; o sobrepairamento do autodesconforto não é vitimização; o sobrepairamento do autodesconforto não é passividade de qualquer natureza.

**Binomiologia:** o binômio admiração-discordância; o binômio orgulho- vaidade dificultando o sobrepairamento de malestares; o binômio zona de conforto-melin; o binômio autexposição-autoconfiança; o binômio autenticidade-interconfiança; o binômio crise pessoal-oportunidade evolutiva.

**Interaciologia:** a interação autodesconforto terapêutico-lição evolutiva; a interação sobrepairamento do autodesconforto-acúmulo da competência; a interação medo do desconforto-queda do autodesempenho; a interação autenfrentamento-autodesassombro; a interação tranquilidade-extrapolacionismo; a interação 1% de inspiração-99% de transpiração.

**Crescendologia:** o crescendo encantoamento cosmoético-autodesconforto-autenfrentamento; o crescendo Conscienciométrica-Consciencioterapia-Proexologia; o crescendo autossaturação-autorrenovação; o crescendo autorreflexões seriadas-homeostase psicossomática; o crescendo autorreciclagens-exemplarismo; o crescendo vergonha-autodesconforto-recin.

**Trinomiologia:** o trinômio autocrítica-autavaliação-autenfrentamento; o trinômio esforço-empenho-dedicação; o trinômio melindre-mágoa-raiva impossibilitando o autodesconforto terapêutico; o trinômio erro-vergonha-escondimento dificultando autodesconfortos positivos; o trinômio paciência-resistência-persistência.

**Polinomiologia:** o polinômio situação-avaliação- interpretação-decisão-ação; o polinômio vexame-ridículo-gafe-autodespojamento-extroversão-abertismo.

**Antagonismologia:** o antagonismo abertismo a feedbacks / intolerância a feedbacks; o antagonismo defesa da evolução / defesa da autoimagem; o antagonismo traquejo social / gafe;

o antagonismo coerência / incoerência; o antagonismo zona de conforto produtiva / zona de conforto enganosa.

**Paradoxologia:** o paradoxo de a evitação do autodesconforto gerar aumento do malestar; o paradoxo de o fundo do poço poder servir de impulsionador de autenfrentamentos.

**Politicologia:** a coerenciocracia; a autopesquisocracia; a evoluciocracia; a paradiplomacia; a lucidocracia aplicada ao autodesconforto terapêutico.

**Legislogia:** a lei do menor esforço mudancista da conscin estacionada na zona de pseudoconforto; a lei do maior esforço autorrenovador da conscin alojada temporariamente na zona de malestar; a lei do maior esforço cognitivo na aprendizagem por meio dos autodesconfortos educativos.

**Filiologia:** a hedonofilia; a autocriticofilia; a autocoerenciofilia; a autorreciclofilia; a impactofilia; a autorreeducaciofilia; a cosmoeticofilia.

**Fobiologia:** o enfrentamento da fobia ao autodesconforto causado pela autexposição; a fobia ao autodesconforto impedindo o aproveitamento máximo dos atributos mentais; a cosmoeiticofobia atravancando o sobrepassamento do autodesconforto terapêutico.

**Sindromologia:** a remissão da síndrome do perfeccionismo; a síndrome da autovitimização dificultando a vivência do autodesconforto terapêutico; a síndrome do ansiosismo; o antídoto contra a síndrome da inferioridade intelectual.

**Maniologia:** a evitação da mania de colocar panos quentes; a evitação da mania de tapar o sol com a peneira; a remoção da mania de viver pela conveniência; a evitação da mania de reclamar.

**Mitologia:** o mito de o desconforto ser sofrimento; o mito da fórmula pronta; o mito da autevoluição sem autesforço; a desmitificação dos erros pessoais.

**Holotecologia:** a conscienciometroteca; a consciencioterapeuticoteca; a parafenomenoteca; a recexoteca; a maturoteca; a desassedioteca; a mentalsomatoteca.

**Interdisciplinologia:** a Consciencioterapeuticologia; a Autodiscernimentologia; a Psicossomatologia; a Desdramatologia; a Autoconscienciometrologia; a Autovolicologia; a Auto profilaxiologia; a Interassistenciologia; a Autoparapercepciologia; a Conviviologia.

#### IV. Perfilologia

**Elencologia:** a conscin incomfortável; a conscin desdramatizada; a conscin otimista; a conscin motivada; a conscin autesforçada; a conscin operosa; a conscin empreendedora evolutiva; a conscin resiliente; a conscin autorreeducada; a conscin antiemocional; a conscin lúcida; o ser desperto; a minipeça 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 parapercepciólogista; o pesquisador; o projetor consciente; o sistemata; o tertuliano; o teletertuliano; 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 parapercepciólogista; a pesquisadora; a projetora consciente; a sistemata; a tertuliana; a teletertuliana; a verbetóloga; a voluntária; a tocadora de obra; a mulher de ação.

**Hominologia:** o *Homo sapiens autoconscientiotherapeuticus*; o *Homo sapiens analyticus*; o *Homo sapiens autodeterminator*; o *Homo sapiens autoconscientiometricus*; o *Homo sapiens autolucidus*; o *Homo sapiens reflexivus*; o *Homo sapiens recyclans*.

## V. Argumentologia

**Exemplologia:** sobreapairamento *básico* do autodesconforto = a antiperturbação frente ao diagnóstico de autotrafares no *Curso Conscin-cobaia* (CONSCIUS); sobreapairamento *mediano* do autodesconforto = a antivitimização ante a exposição das fissuras pessoais durante acareação cosmoética; sobreapairamento *avançado* do autodesconforto = o antipertúrbio perante a autoconscientização quanto às interprisesões grupocármicas seculares durante visita à parapsicoteca.

**Culturologia:** a *cultura da superficialidade*; a *cultura patológica da dramatização*; os choques gerados pela *cultura conscienciológica*; a *cultura das autopriorizações evolutivas*.

**Terapeuticologia.** Segundo a *Autoconsciencioterapia*, eis, por exemplo, em ordem alfabética, 12 situações, circunstâncias ou condições capazes de promover o sobreapairamento do autodesconforto pelas conscins decididas às práticas do autenfrentamento e da autossuperação:

01. **Acalmia mental:** a busca pela calma e harmonia íntima, cultivando a linearidade pensênica, a autorreflexão e a lucidez mentalsomática, livre das amarras do emocionalismo.

02. **Antivitimização:** a recuperação da autolucidez quanto à condição de minipeça atuante no *Maximecanismo Multidimensional Interassistencial*, pautada no preenchimento do inventariograma dos aportes recebidos.

03. **Autexposição:** a superação do malestar da exposição pública tarística, ao exemplo da apresentação de verbete da *Enciclopédia da Conscienciologia*, no *Tertularium*, pelo neoverbetógrafo.

04. **Autoconsciencioterapia:** o autoposicionamento sadio do evoluciente decidido a superar hábitos e posturas patológicas e parapatológicas encarando o autodesconforto das recins.

05. **Autoimunidade:** a decisão pelos autenfrentamentos capazes de ampliar a autoimunidade em relação a intrusões energéticas e pensênicas, seja de conscin ou de consciex.

06. **Cosmoética:** a opção do sacrifício cosmoético autoconsciente, pró-ativo e espontâneo, visando o anonimato interassistencial e à incorruptibilidade.

07. **Desestagnação:** a assunção da autoproxéxis por parte do intermissivista, honrando a paraprocedência pessoal e esforçando-se pelas recins prioritárias.

08. **Disponibilidade:** a predisposição íntima para identificar, reconhecer, admitir e analisar trafares pessoais, com megafoco na remoção do megatravão intraconscinencial, a partir das condutas autênticas, coerentes e cosmoéticas.

09. **Holomaturidade:** o empenho pelo serenismo, capaz de superar os constrangimentos íntimos e não expostos em função das imaturidades das pessoas, visando a profilaxia de estupros conscienciais.

10. **Interassistencialidade:** a identificação crítica dos próprios erros, enganos, omissões e inexperiências, de múltiplas naturezas, decorrente das *interações multidimensionais* vivenciadas nas práticas tenepepsísticas.

11. **Lucidez:** a disposição para potencializar a autolucidez, a partir das pesquisas detalhistas dos processos evolutivos pessoais, desdramatizando as posturas imaturas.

12. **Retratações:** a determinação em prol das auto e heterorretratações multidimensionais ocorridas a partir da apresentação de gescons.

## 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 o sobreapairamento do autodesconforto, indicados para

a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Acalmia mental:** Mentalsomatologia; Homeostático.
02. **Antivitimologia:** Holomaturologia; Homeostático.
03. **Autenfrentamento do incômodo:** Consciencioterapia; Homeostático.
04. **Autodesassedialidade:** Autoconsciencioterapia; Homeostático.
05. **Autoimunidade consciencial:** Despertologia; Homeostático.
06. **Autovigilância ininterrupta:** Consciencioterapia; Homeostático.
07. **Constrangimento cosmoético:** Autocriticologia; Homeostático.
08. **Constrangimento terapêutico:** Consciencioterapeuticologia; Homeostático.
09. **Desdramatização:** Autodiscernimentologia; Homeostático.
10. **Desdramatização do autesforço:** Autodiscernimentologia; Homeostático.
11. **Desestagnação do intermissivista:** Autopriorologia; Homeostático.
12. **Estratégia de enfrentamento:** Etologia; Neutro.
13. **Sobrepairemento:** Holomaturologia; Homeostático.
14. **Zona de conforto:** Autorrecoxologia; Neutro.
15. **Zona de desconforto:** Autocoerenciologia; Neutro.

## **O SOBREPAIRAMENTO DO AUTODESCONFORTO, QUANDO APLICADO AOS MOMENTOS CRÍTICOS E DESAFIANTES DA AUTEVOLUÇÃO, EXPÕE O NÍVEL DE LUCIDEZ, HOLOMATURIDADE E INTELIGÊNCIA EVOLUTIVA DA CONSCIN.**

**Questionologia.** Como encara você, leitor ou leitora, a teática do sobrepairemento do autodesconforto? Já desenvolveu alguma técnica de sobrepairemento e a compartilhou em autogescon publicada?

### **Bibliografia Específica:**

1. **Vieira, Waldo;** *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 1.550 e 1.551.

A. R. B.