

ANTIDISPERSIVIDADE COTIDIANA (ROTINOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. A *antidispersividade cotidiana* é a condição de a conscin, homem ou mulher, manter-se no megafoco da atividade eleita como prioritária no dia a dia, evitando desvios, distanciamentos e divergências das metas estabelecidas, objetivando alcançar resultados satisfatórios nas ações pessoais.

Tematologia. Tema central neutro.

Etimologia. O prefixo *anti* deriva do idioma Grego, *anti*, “de encontro; contra; em oposição a”. Apareceu no Século XVI. A palavra *disperso* vem do idioma Latim, *dispersus*, “disseminado; disperso; espalhado por várias partes”, participio passado de *dispergere*, “separação; abandono”. Surgiu no Século XV. O termo *cotidiano* procede também do idioma Latim, *quotidianus*, “de todos os dias; diário”. Apareceu no mesmo Século XV.

Sinonimologia: 1. Autoconcentração contínua. 2. Foco na prioridade no dia a dia. 3. Retilinearidade cotidiana.

Neologia. As duas expressões compostas *antidispersividade cotidiana amadora* e *antidispersividade cotidiana profissional* são neologismos técnicos da Rotinologia.

Antonimologia: 1. Dispersividade diária. 2. Foco extemporâneo. 3. Baixo rendimento evolutivo.

Estrangeirismologia: as planilhas do *laptop*; os *post-its* sinalizadores; o *beep* do despertador; a comodidade da *answering machine*; os *calendar, planners and personal organizer*; o *Tenepessarium*.

Atributologia: predomínio das faculdades mentais, especificamente do autodiscernimento quanto à autoconcentração mental.

Megapensenologia. Eis 3 megapenses trivocabulares sintetizando o tema: – *A dispersão anula. Antidispersividade comprovada: compléxis. Paixões geram dispersões.*

Coloquiologia. *Manter-se nos trilhos; não sair da pista principal.*

Filosofia: o pragmatismo; o realismo; o antibagulhismo energético; o utilitarismo; o calculismo cosmoético; o exemplarismo evolutivo; o anti-hedonismo; o antiperdularismo.

II. Fatuística

Pensenologia: o holopense pessoal da concentração mental; os prioropenses; a prioropensenidade; os lucidopenses; a lucidopensenidade; os proexopenses; a proexopensenidade; a retilinearidade autopensênica; a criação de fôrma holopensênica de trabalho homeostático; a ortopensenidade contribuindo nas sincronicidades positivas do dia matemático.

Fatologia: a antidispersividade cotidiana; o foco no aqui-agora-já evolutivo; a agenda autodesassediadora; a sistematização da rotina pessoal; o enxugamento das atividades não prioritárias; a objetividade; o aproveitamento de cada minuto; as estratégias de antidesperdício de tempo e energias; o roteiro de resoluções; as grades de horários; a distribuição das atividades no tempo e espaço; as listagens temáticas; a compensação holossomática; o sono reparador; a sustentação da automotivação; o envolvimento com a atividade; a repetição paciente; a fixação de metas; a produtividade; os inventários do desempenho pessoal; o registro diários da produtividade; os ajustes dos procedimentos; o relógio biológico em compasso com o relógio das tarefas; a residência proexogênica; a vida na cidade média; a moradia perto do trabalho; a provisão doméstica; a decoração funcional; a padronização de objetos; a simplificação do regime doméstico.

Parafatologia: o estado vibracional (EV) profilático; o tenepessismo aliviador das pressões; o entrosamento com o amparo extrafísico de função; o aproveitamento das inspirações ex-

trafísicas; a sinalética energética e parapsíquica alertando acidentes de percurso; a assepsia dos holopenses; as retrocognições fazendo a profilaxia das automimeses dispensáveis; a eliminação dos bagulhos energéticos; a implantação e manutenção do holopense de produtividade.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo foco-produtividade*; o *sinergismo megafoco-especialização*; o *sinergismo autoincorruptibilidade-realização*; o *sinergismo ortodécisão-amparabilidade*; o *sinergismo intelectualidade-parapsiquismo*; o *sinergismo energização-dinamização*.

Principiologia: o *princípio “isso não é para mim”*; o *princípio da Cosmoética Destrutiva “não presta, não adianta fazer maquiagem”*; o *princípio do posicionamento pessoal (PPP)*.

Codigologia: o *código pessoal de Cosmoética (CPC)* coerente com o *Curso Intermisso (CI)* frequentado e o acesso às ideias conscienciológicas compreendidas.

Teoriologia: a *teática da priorização*; a *teoria do compléxis na proéxis*; a *teoria da evolutividade ao longo das seriéxis*.

Tecnologia: a *técnica do não positivo*; a *técnica da enumerologia*; a *técnica da imersão*; a *técnica da saturação mental*; a *técnica dos quadros de aviso*; as *técnicas de administração do tempo*; as *técnicas de organização pessoal*; o *uso otimizado dos aparelhos tecnológicos*.

Voluntariologia: a condição do *voluntário produtivo* dedicado a poucas atividades.

Laboratoriologia: o *laboratório conscienciológico da autorganização*; o *laboratório conscienciológico da Pensologia*; o *laboratório conscienciológico da Despertologia*.

Colegiologia: os *Colégios Invisíveis* focados na pesquisa de área da Conscienciologia.

Efeitiologia: o *efeito prazeroso da concentração mental*; o *efeito motivador das realizações*; o *efeito catalisador da dispensa do secundário*; o *efeito organizador da agenda pensênica*; o *efeito alavancador dos intensivos*; os *efeitos revigorantes da parada produtiva*.

Neossinapsologia: a formação de *neossinapses para a convergência evolutiva*.

Ciclogia: o *ciclo das depurações conscienciais*; o *ciclo iniciativa-manutenção-acabativa*; o *ciclo assim-desassim*; o *ciclo manhã-tarde-noite-madrugada*; o *ciclo focagem-descontração*; o *ciclo contínuo de desafios crescentes*; o *ciclo aprendizado-treino-domínio*; o *ciclo erro-reciclagem-acerto*; o *ciclo intermissão-proéxis-intermissão*.

Enumerologia: as metas definidas; os horários cumpridos; os locais otimizados; os materiais em estoque; os procedimentos funcionais; os critérios racionais; os resultados avaliados.

Binomiologia: o *binômio concentração-ação*; o *binômio consecução-repetição*; o *binômio repetição-aprofundamento*; o *binômio aprofundamento-detalhismo*; o *binômio detalhismo-cosmovisão*; o *binômio cosmovisão-maestria*; o *binômio maestria-expansão*.

Interaciologia: a *interação tempo-procedimento*; a *interação temperamento-autorganização*; a *interação planejamento-realização*; a *interação dia regular-dia atípico*; a *interação cuidados somáticos-autodisposição mental*; a *interação disposição-ação*; a *interação descarte-foco*.

Crescendologia: o *crescendo repetição-consolidação-domínio*; o *crescendo devagar-rápido-instantâneo*; o *crescendo importante-urgente-prioritário*; o *crescendo domínio somático-domínio energético-domínio pensênico*; o *crescendo gargalo do amadorismo-patamar do profissionalismo*; o *crescendo antidispersividade cotidiana-antidispersividade existencial*.

Trinomiologia: o *trinômio pouco-todo dia-sem exceção*; o *trinômio autodesassédio-espaço mental-dinamização*; o *trinômio automotivação-trabalho-lazer*; o *trinômio casa-comida-distração*; o *trinômio tempo-dinheiro-energias*; o *trinômio interesse-dedicação-consolidação*.

Polinomiologia: o *polinômio priorização-dedicação-concentração-padrão*; o *polinômio autesforço-amparabilidade-autosuperações-êxito*; o *polinômio ergonomia-oxigenação-penseniização-concretização*; o *polinômio bom humor-equilíbrio-bem-estar-euforin*; o *polinômio dia-semana-mês-ano*; o *polinômio idealização-planejamento-execução-resultado*.

Antagonismologia: o *antagonismo conduta diária / conduta esporádica*; o *antagonismo rotina útil / extra desviante*; o *antagonismo disponibilidade / priorização*; o *antagonismo necessi-*

dade / capricho; o antagonismo descanso / burnout; o antagonismo desempenho proexológico / workaholism; o antagonismo aproveitamento de recursos / esbanjamento consciencial.

Paradoxologia: o paradoxo de o aprofundamento pontual expandir o geral.

Politicologia: a lucidocracia; a proexocracia; a autodesassediocracia.

Legislogia: a lei do maior esforço contínuo; as leis rígidas da Intrafisicalidade.

Filiologia: a disciplinofilia; a leituofilia; a tecnofilia.

Fobiologia: a neofobia; a tanatofobia.

Sindromologia: o combate à síndrome da dispersão e à síndrome do ansiosismo.

Maniologia: a superação da dromomania patológica; a reciclomania.

Holotecologia: a organizacioteca; a metodoteca; a biografoteca.

Interdisciplinologia: a Rotinologia; a Habitologia; a Autorganizaciologia; a Priorologia; a Autodesempenhologia; a Autopesquisologia; a Proexologia; a Metodologia; a Procedimentologia; a Intrafisicologia.

IV. Perfilologia

Elencologia: o perfil organizado; a conscin antidispersiva; o ser profissional.

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 proexista; 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 parapercepcicologista; o pesquisador; o projetor consciente; o sistemata; 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 proexista; 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 parapercepcicologista; a pesquisadora; a projetora consciente; a sistemata; a verbetóloga; a voluntária; a tocadora de obra; a mulher de ação.

Hominologia: o *Homo sapiens prioritarius*; o *Homo sapiens lucidus*; o *Homo sapiens organisatus*; o *Homo sapiens proexologus*; o *Homo sapiens tenepessista*; o *Homo sapiens determinator*; o *Homo sapiens despertus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: antidispersividade cotidiana *amadora* = a mantenedora da escrita da megagescon pela conscin pré-desperta; antidispersividade cotidiana *profissional* = a mantenedora da ofiex pela conscin desperta.

Culturologia: a cultura da priorização; a cultura da cronêmica cosmoética; a cultura do antidesperdício; o aprendizado intercultural da produtividade sadia.

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

01. **Abandonador:** Autopriorologia; Neutro.
02. **Ansiedade:** Psicossomatologia; Nosográfico.
03. **Autocentramento consciencial:** Conscienciometrologia; Homeostático.
04. **Autodeterminação:** Autodeterminologia; Neutro.
05. **Compatibilidade automotivação-trabalho:** Experimentologia; Homeostático.
06. **Criteriologia:** Autodiscernimentologia; Homeostático.
07. **Dia matemático:** Homeostaticologia; Homeostático.
08. **Megafoco permanente:** Megafocologia; Neutro.
09. **Repetição paciente:** Experimentologia; Homeostático.
10. **Ritmo mentalsomático:** Mentalsomatologia; Homeostático.
11. **Rotina redonda:** Rotinologia; Homeostático.
12. **Sistemata:** Experimentologia; Neutro.
13. **Sistematização comportamental:** Paraetologia; Neutro.
14. **Trinômio prioridade-desafio-autossuperação:** Recexologia; Homeostático.
15. **Turno intelectual:** Mentalsomatologia; Homeostático.

A ANTIDISPERSIVIDADE COTIDIANA É CONQUISTA ESSENCIAL À CONSECUÇÃO EFICAZ DA PROÉXIS. MINUTOS DESPERDIÇADOS EM DISPERSÕES PODEM SOMAR DÉCADAS DE ATRASOS, POR VEZES, IRRECUPERÁVEIS.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, tem investido na conquista da antidispersividade cotidiana? Quais resultados evolutivos concretos tem obtido a partir dessa prática?

Bibliografia Específica:

1. **Vieira, Waldo;** *Manual dos Megapensenes Trivocabulares*; revisores Adriana Lopes; Antonio Pitaguari; & Lourdes Pinheiro; 378 p.; 3 seções; 49 citações; 85 elementos linguísticos; 18 *E-mails*; 110 enus.; 200 fórmulas; 2 fotos; 14 ilus.; 1 microbiografia; 2 pontoações; 1 técnica; 4.672 temas; 53 variáveis; 1 verbete enciclopédico; 16 *websites*; glos.12.576 termos (megapensenes trivocabulares); 9 refs.; 1 anexo; 27,5 x 21 cm; enc.; *Associação Internacional Editores*; Foz do Iguaçu, PR; 2009; página 167.

K. A.