

PLANILHA DE AUTOPESQUISA (AUTOPESQUISOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. A *planilha de autopesquisa* é o formulário, impresso ou rol utilizado pela conscin lúcida, homem ou mulher, para registrar informações pessoais, com o objetivo de avaliar, investigar, diagnosticar e realizar o autogerenciamento evolutivo.

Tematologia. Tema central neutro.

Etimologia. O vocábulo *planilha* vem do idioma Espanhol Platino, *planilla*, “ingresso ou formulário com espaços em branco para preenchimento de dados nas petições e declarações junto à administração pública”. Surgiu no Século XX. O elemento de composição *auto* vem do idioma Grego, *autós*, “eu mesmo; por si próprio”. A palavra *pesquisa* procede do idioma Espanhol, *pesquisa*, derivada do idioma Latim, *pesquisita*, de *pesquisitus*, e esta de *perquirere*, “buscar com cuidado; procurar por toda parte; informar-se; inquirir; perguntar; indagar profundamente; aprofundar”. Apareceu no Século XIII.

Sinonimologia: 1. Planilha de autoinvestigação. 2. Planilha de pesquisa pessoal. 3. Planilha de registro autopesquisístico. 4. Formulário de autopesquisa.

Neologia. As 3 expressões compostas *planilha de autopesquisa*, *planilha de autopesquisa elementar* e *planilha de autopesquisa avançada* são neologismos técnicos da Autopesquisologia.

Antonimologia: 1. Planilha de gescon. 2. Planilha de finanças. 3. Planilha de heteropesquisa. 4. Planilha de heterexperimentos.

Estrangeirismologia: a *selfperformance*; as *best practices* evolutivas; a qualificação do *know-how* autoinvestigativo; o *striptease* consciencial evolutivo; os *archives* autopesquisísticos; o *notebook*; o *upgrade* da autorganização.

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

Ortopensatologia. Eis duas ortopensatas pertinentes ao tema:

1. “**Autopesquisa.** A **autopesquisa evolutiva** é a ação adequada à consciência em qualquer dimensão existencial”. “Quanto mais você pesquisar os detalhes da sua vida, mais vai entender a própria consciencialidade. O **insignificante** pode ser o mais significativo, antes passado despercebido”.

II. Fatuística

Pensenologia: o holopensene pessoal autopesquisístico; o mapeamento pensênico dos solilóquios; os tecnopensenes; a tecnopensenidade; os grafopensenes; a grafopensenidade; os lucidopensenes; a lucidopensenidade; os mnemopensenes; a mnemopensenidade; o estudo detalhado e exaustivo para identificação dos exopensenes; a exopensenidade; a valorização dos autopensenes.

Fatologia: a planilha de autopesquisa; o registro autexperencial; o banco de dados da autopesquisa; o sistema de organização do autoconhecimento; a visão de conjunto sobre o desenvolvimento da autopesquisa; o acesso fácil à planilha de autopesquisa; as planilhas de autopesquisa disponibilizadas no *Instituto Cognopolitano de Geografia e Estatística* (ICGE); a elaboração da planilha levando em consideração as experiências dos verbetógrafos; a manutenção da autopesquisa aumentando a autoconfiança parapsíquica; as hipóteses de retrocognição a partir da planilha de autopesquisa; o estilo metodológico; a estratégia evolutiva pessoal; a autopesquisa sistemática; a planilha facilitando o planejamento das próximas ações; a planilha de autopesquisa avaliando o rendimento da tenepes; a planilha de projeciocríticas; a tarefa evolutiva sem superintendência; os empenhos úteis; a constância e a persistência na manutenção da planilha de autopesquisa; os testes permanentes da vontade; o aproveitamento inteligente do tempo; a resolução dos

impasses, travões e gargalos conscienciais; as autopriorizações evolutivas; a anatomização dos conflitos íntimos; a planilha de autopesquisa avaliando o nível de entrosamento com as demais consciências; as análises dos dramas de consciência; a autopesquisa evidenciando o temperamento; a análise dos traços-força e dos traços-fardo; a autopesquisa de manifestações de apriorismose; as autanálises das ocorrências de contrafluxos; a autopesquisa relacionada à manutenção da dupla evolutiva (DE); a rotina da avaliação holossomática; o autestudo da utilização do soma; a autavaliação dos erros e acertos; a contabilização dos erros buscando aprendizado; a aferição dos acertos procurando valorizá-los; a enumeração dos aportes recebidos; a análise do rendimento intelectual assistencial; as reflexões sobre as atividades conscienciológicas; a atualização da autoimagem; o autenfrentamento investigativo; a vida humana realizada de modo técnico; a reciclagem através da planilha de autopesquisa; o balanço evolutivo; o estudo, o reconhecimento e o apreço dos momentos de maior nível de automaturidade; a estratégia intraconsciencial objetivando a autodesper-ticidade.

Parafatologia: o estado vibracional (EV) mapeado na planilha de autavaliação; as hipóteses de sinaléticas energéticas e parapsíquicas pessoais catalogadas; as projeções lúcidas registradas e estudadas para diferenciação dos sonhos; as sincronicidades analisadas sistematicamente; as parapercepções registradas; as paravivências analisadas para evitação dos erros de interpretação; os parafatos vivenciados, posteriormente estudados em imersão; a lucidez nas assimilações e desassimilações nas análises diárias; o desenvolvimento do parapsiquismo com objetivo de realizar a iscação consciencial lúcida; a disponibilidade aos extrapolicionismos parapsíquicos; a predisposição ao contato com os amparadores extrafísicos.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo autenticidade-autocoerência*; o *sinergismo transcrição da experiência-fixação mnemônica*; o *sinergismo detalhismo pontual-generalismo expandido*.

Principiologia: o *princípio da autodedicação*; o *princípio de os fatos e parafatos orientarem a pesquisa*; o *princípio da descrença* (PD) sendo a base da Autopesquisologia.

Codigologia: a planilha do *código pessoal de Cosmoética* (CPC) atualizada periodicamente.

Teoriologia: a *teoria da recuperação dos cons*; a *teoria da grafoterapia*.

Tecnologia: a *técnica de viver evolutivamente*; as *técnicas de autorganização*; a *teática conscienciológica vivenciada*.

Voluntariologia: a planilha de autopesquisa analisando o rendimento evolutivo do *voluntariado administrativo e docente*.

Laboratoriologia: o *laboratório conscienciológico da Autorganiziologia*; o *laboratório conscienciológico da Autoconscienciometrologia*; o *laboratório conscienciológico da Autopensenologia*; o *laboratório conscienciológico da Consciencioterapia*; *laboratórios conscienciológicos do desassédio mentalsomático* (*Tertularium, Holociclo e Holoteca*); a *exposição do próprio labcon*; o *laboratório conscienciológico da vida cotidiana diuturna*.

Efeitologia: o *efeito cosmovisiológico da análise do acervo dos autorregistros*.

Neossinapsologia: as *neossinapses advindas de reflexões e anotações na planilha de autopesquisa*.

Ciclogia: o *ciclo de produtividade máxima*; o *ciclo registrar-analisar-concluir*; o *ciclo sono-vigília*; o *ciclo de desenvolvimento pessoal*.

Binomiologia: o *binômio investigar-quebrar*; o *binômio desassombro-descoberta*; o *binômio investimento-recebimento*; o *binômio hábitos saudáveis-rotinas úteis*; o *binômio reduzir desperdícios-aumentar produtividade*; o *binômio abertismo-flexibilidade*; o *binômio atenção dividida-atenção multifocal*.

Interaciologia: a *interação pesquisística profunda consciência pesquisadora-objeto de pesquisa*; a *interação contínua da autoconsciência para o megafluxo contínuo do Cosmos*; a *interação Era da Fatura-Era do Desperdício*.

Trinomiologia: o *trinômio clareza-objetividade-realismo*; o *trinômio interesse-meta-evolução*; o *trinômio utilização disciplinada–ordenação preservada–manutenção facilitada*; o *trinômio autodiagnóstico-autenfrentamento-autossuperação*.

Polinomiologia: o *polinômio arranjo metódico–acesso otimizado–tempo economizado–produtividade aumentada*; o *polinômio autocognição-autocriatividade-automotivação-autor-resolutividade*; o *polinômio vontade-intenção-autorganização-persistência*.

Antagonismologia: o *antagonismo conhecimento panorâmico / conhecimento restrito*; o *antagonismo falsas memórias / verdadeiras vivências*; o *antagonismo análise profunda / síntese superficial*.

Paradoxologia: o *paradoxo de a disciplina trazer liberdade*.

Legislogia: a *lei do maior esforço*.

Filiologia: a *autopesquisofilia*; a *cienciografia*; a *metodofilia*; a *cognofilia*; a *evoluciofilia*.

Sindromologia: a *síndrome da dispersão consciencial*; a *síndrome de Amiel*.

Holotecologia: a *autopesquisoteca*; a *metodoteca*; a *sistematicoteca*; a *criativoteca*; a *inventarioteca*; a *diarioteca*; a *enumeroteca*.

Interdisciplinologia: a *Autopesquisologia*; a *Informaticologia*; a *Arquivologia*; a *Priorologia*; a *Evoluciofilia*; a *Paratecnologia*; a *Intrafisicologia*; a *Extrafisicologia*; a *Conscienciometologia*; a *Metodologia Científica*; a *Criteriologia*; a *Autodiscernimentologia*; a *Teaticologia*.

IV. Perfilologia

Elencologia: a *conscin lúcida*; a *isca humana lúcida*; o *ser desperto*; o *ser interassistencial*; a *conscin enciclopedista*; a *conscin bem-organizada*; a *pessoa disciplinada*; a *consciência criativa*; a *conscin registradora*.

Masculinologia: o *acoplamentista*; o *agente retrocognitor*; o *amparador intrafísico*; o *atacadista consciencial*; o *autodecisor*; o *intermissivista*; 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 *parapercepcicologista*; 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 *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 *parapercepcicologista*; 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 scientificus*; o *Homo sapiens attentus*; o *Homo sapiens systemata*; o *Homo sapiens technologus*; o *Homo sapiens experimentatus*; o *Homo sapiens methodologus*; o *Homo sapiens determinator*.

V. Argumentologia

Exemplologia: *planilha de autopesquisa elementar* = o *acervo autopesquisístico superficial*, sem a realização de *autorreflexão*; *planilha de autopesquisa avançada* = o *acervo autopesquisístico detalhado*, com a realização de *análise crítica e balanços periódicos*.

Culturologia: a *multicultura da Experimentologia*; a *cultura da autopesquisa*; a *cultura do autaprimoramento contínuo*.

Tipologia. Sob a ótica da *Autexperimentologia*, eis, por exemplo, em ordem alfabética, 13 temas passíveis de compor planilhas de autopesquisa, com sugestões de itens a registrar, além da data e da hora:

01. **Acertos:** *composta* por acertos cometidos; pessoa ou tema envolvidos na Acertologia; ação tomada corretamente; resultado.

02. **Energossoma:** *composta* da anotação da quantidade e eficácia dos estados vibracionais diários; análise da qualidade de lucidez na assimilação e desassimilação das energias; observação dos chacras.

03. **Erros:** *composta* por erros cometidos; pessoa ou tema envolvido no contexto; incômodo gerador do equívoco; ação tomada erradamente; como deveria ter agido; resultado.

04. **Iscagens:** *composta* por episódios de iscagens conscienciais lúcidas; iscagens conscienciais não lúcidas; resultado.

05. **Mentalsoma:** *composta* por ocasiões de maior rendimento mentalsomático; menor rendimento mentalsomático; aplicações de *técnicas para o desenvolvimento do mentalsoma*.

06. **Parapsíquimo:** *composta* por momentos de intuição; percepção impressiva; clarividência; telepatia; clariaudiência; precognição; retrocognição; acoplamento energético; psicometria; instalação de campo bioenergético.

07. **Pensenes:** *composta* por escrita dos pensenes e solilóquios; drama de consciência; expensenes.

08. **Projeções:** *composta* por tempo e qualidade de sono; *técnica aplicada para projeção*; nível de lucidez projetiva; projeciografia; projeciocrítica.

09. **Psicossoma:** *composta* por momentos de desequilíbrios e reequilíbrios emocionais.

10. **Sinalética:** *composta* de hipóteses de sinalética energética e parapsíquica; síntese do acontecimento significativo antes, durante e depois; conclusão e resultado.

11. **Sincronicidades:** *composta* por eventos e números ocorridos sincronicamente; ação realizada antes, durante e depois; conclusão e resultado.

12. **Soma:** *composta* de anotações das atividades físicas diárias; alimentação; dores; tratamentos; medicamentos; disposição somática.

13. **Tenepes:** *composta* por qualidade do rendimento diário da tarefa energética pessoal; nível de lucidez; análise da autopenalidade antes, durante e depois da técnica; conclusão e resultado.

Padronização. As planilhas são preferencialmente elaboradas em *software* específico, podendo ser armazenadas em abas agrupadas no mesmo documento. Cada item é alocado na primeira linha.

Preenchimento. As anotações são realizadas nas linhas posteriores, adicionando a data, horário e as informações desejadas. O preenchimento pode ser realizado periodicamente, dependendo da necessidade ou tipo de autopesquisa.

Comentário. Em certos casos, podem ser adicionados comentários na célula da planilha, ao modo dos 3 exemplos, listados em ordem alfabética:

1. **Tipos de acertos:** agir assistencialmente; desdramatizar; controlar a irritabilidade; manter a pacificação íntima; registrar o pseudoerro; posicionar-se corretamente.

2. **Tipos de erros:** não se posicionar; agir pelo tafarismo; faltar ou errar na condução da assistência; falar sem pensar; dramatizar; irritar-se; manter condição da apriorismose; ter falta de atenção; manter autoculpa; *entrar na onda* do assediador.

3. **Tipos de sinalética:** sentir banho de energia; perceber tamponamento no ouvido; escutar sons intracranianos; perceber desconforto no cardiochakra; sentir formigamento no topo da cabeça.

Contabilização. Por meio de filtragem específica do *software* de planilhamento, é possível contabilizar a frequência do mesmo acerto, erro ou repetição. Os dados servem para comprovação de hipóteses, fazer análises ou verificar o nível de rendimento nos períodos estipulados pelo autopesquisador.

Técnica. Não há única ou melhor técnica para pesquisar a consciência. Cada experimentador precisa escolher ou criar o procedimento pessoal, de acordo com o próprio perfil.

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 planilha de autopesquisa, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Agenda de autopenalização:** Pensenologia; Homeostático.
02. **Arquivologia:** Experimentologia; Neutro.
03. **Autodisposição:** Experimentologia; Neutro.
04. **Autopesquisologia:** Experimentologia; Homeostático.
05. **Banco de dados:** Mentalsomatologia; Neutro.
06. **Continuismo consciencial:** Evoluciologia; Homeostático.
07. **Detalhismo:** Experimentologia; Homeostático.
08. **Lei do maior esforço:** Holomaturologia; Homeostático.
09. **Planilha evolutiva:** Evoluciologia; Homeostático.
10. **Planilha grafotécnica:** Grafopensenologia; Neutro.
11. **Planilha técnica:** Experimentologia; Neutro.
12. **Potencialização evolutiva:** Evoluciologia; Homeostático.
13. **Propulsor da vontade:** Evoluciologia; Neutro.
14. **Sistemata:** Experimentologia; Neutro.
15. **Top da automaturidade:** Automaturologia; Homeostático.

A PLANILHA DE AUTOPESSQUISA APRESENTA VISÃO PARADOXAL: AO MESMO TEMPO É AMPLA E INTEGRAL À ABORDAGEM PONTUAL E ESPECÍFICA, AUXILIANDO NA REALIZAÇÃO DE RECICLAGENS INTRA CONSCIENCIAIS.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, dispõe de alguma planilha de autopesquisa? Qual a real assiduidade na manutenção e análise crítica dos registros pesquisísticos pessoais?

Bibliografia Específica:

1. **Lopes, Adriana;** *Sensos Evolutivos & Contrassensos Regressivos: O Estudo Contrapontado do Autodiscernimento quanto à Maturidade Consciencial*; pref. Antonio Pitaguari; revisores Dayane Rossa; et al.; 640 p.; 3 seções; 44 caps.; 9 citações; 391 enus.; 1 foto; 1 microbiografia; 8 tabs.; 22,5 x 16 cm; br.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2017; páginas 461 a 481.

2. **Vieira, Waldo;** *Léxico de Ortopensatas*; revisores ortopensatas; 2 tabs.; 120 técnicas 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 léxicográficas; 19 *websites*; 28,5 x 22 x 10 cm; enc.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2014; página 223.

E. S. A.