

## Técnica da Autodefinologia

Procedimento de o evoluciente redigir autodefinição, do ponto de vista consciencial, descrevendo os próprios traços, características, tendências, preferências e singularidades mais representativas do momento evolutivo atual, com objetivo autoconsciencio-terapêutico.

**Especialidade-chave:** Autoinvestigaciologia.

**Sinonimologia:**

1. Autodefinição consciencial paraterapêutica.
2. *Técnica da autoconceituação consciencioterápica.*

**Poliglologia:**

Anglofonia: *self-definology technique.*

Francofonia: *technique de l'autodéfinition.*

Germanofonia: *Technik der Selbstdefinologie, f.*

Hispanofonia: *técnica de autodefinología.*

---

## CONSCIENCIOTERAPEUTICOLOGIA

---

**Indicaciologia.** Empregada, de modo geral, quando há déficit autoperceptivo ou autocognitivo. De modo mais específico, nos casos de intrafísicação, dificuldade de perceber-se enquanto consciência e nas autabordagens superficiais, decorrentes, por exemplo, do primarismo autopesquisístico, autofuga do aprofundamento ou autoconceito dependente da opinião externa.

**Objetivologia.** Objetiva ampliar a autocognição, possibilitando o posicionamento e conscientização a respeito da própria realidade evolutiva.

**Procedimentologia.** *Refletir* sobre quem pensa ser, do ponto de vista consciencial, a partir da pergunta: – *Quem é a consciência (nome pessoal)? Ponderar* sobre características, traços e traques, personalidade, valores e princípios, temperamento, funções e capacidades, conquistas e realizações, grupalidade, autoproéxis, paraprocedência e parafilias. *Redigir* a definição de si mesmo de modo livre, sem formatação textual. *Avaliar* o conteúdo produzido de modo crítico, analisando a coerência com a realidade e a existência de fatuísticas e parafatuísticas embaadoras das afirmações.

**Experimentologia.** Especialmente nesse experimento é importante o autoconsciencio-terapeuta expressar-se de modo autêntico, esforçando-se para criar autorretrato fidedigno. O recurso de escrever para si mesmo, sem preocupação com a opinião alheia, ajuda nesse intento. A autenticidade também diminui as distorções decorrentes de eufemismos, falsa modéstia, cabotinismos, exageros, radicalismos e as assertivas politicamente corretas. Importante observar as repercussões holossomáticas e energéticas ao realizar o experimento.

**Autodefinologia.** No momento da análise, é importante apreciar a autodefinição sob a perspectiva do paradigma consciencial, observando se aspectos relativos a holossomática, multidimensionalidade, serialidade, bioenergética, cosmoética e interassistencialidade foram incluídos, se o texto descreve a si próprio enquanto consciência integral e se há alguma característica pessoal relevante omitida.

**Evitaciologia.** É comum o praticante da técnica solicitar ajuda alheia, ao modo de sugestões de pessoas próximas e conhecidos. Embora esse recurso possa ser enriquecedor, é importante realizar primeiro o experimento sozinho para melhor resultado.

**Parafisiologia.** O exercício amplia o autoconhecimento. A autodelimitação infere certo nível de autoposicionamento e assunção da autorrealidade. Não é incomum ocorrer efeito impactoterápico quando o evoluciente lê a autodefinição, percebendo a *forma de pensar* sobre si mesmo. Funciona muitas vezes ao modo de ponto de partida para aprofundamentos autodiagnósticos.

**Parasemiologia.** Quando aplicada durante a consciencioterapia clínica, a técnica traz inúmeras informações relevantes para o consciencioterapeuta. Além dos dados explicitados, é importante ler as *entrelinhas*: a dificuldade ou a facilidade em realizar o experimento, os *gaps* e omissões, os vieses e distorções cognitivas e de autoimagem, o nível de profundidade e de autoconsciencialidade e as repercussões energéticas no campo consciencioterápico.

**Historiologia.** O questionamento: – *Quem eu sou?* faz parte do repertório de indagações essenciais da humanidade na busca pelo autoconhecimento. A técnica em questão visa estruturar e aprofundar, pelo enfoque do paradigma consciencial, tal questionamento.

**Discernimentologia.** Dentro do cabedal metodológico da Consciencioterapia existem outras técnicas abordando a mesma questão. O Autoverbete, por exemplo, proposição de apresentação pela IC ENCYCLOSSAPIENS por meio de autodefinição detalhada e estruturada, utilizando chapa específica, difere da abordagem aqui apresentada, a qual é realizada ao modo de escrita livre e com objetivo autoconsciencioterápico.

---

## HOLOPRESCRICIOLOGIA

---

**Remissologia.** Eis, por exemplo, na ordem alfanumérica, 7 verbetes do *Dicionário de Consciencioterapia* prescritos para a expansão das abordagens auto e heteroconsciencioterapêuticas sobre a *técnica da Autodefinologia*:

1. **Autabordagem consciencioterápica** (Autoconsciencioterapeuticologia).
2. **Autocognição** (Mentalsomatologia).
3. **Autopercepção** (Parapercepciologia).
4. **Ponto cego consciencial** (Autassediologia).
5. **Técnica da análise parafactual** (Paraterapeuticologia).
6. **Técnica da autexpressão autêntica** (Autenfrentamentologia).
7. **Técnica da autobiografia consciencial** (Autoinvestigaciologia).

### Bibliografia Específica:

1. Almeida, Roberto; *Auto-imagem: Abordagem Conscienciométrica*; Artigo; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 5; N. 2; 1 *E-mail*; 8 enus.; 1 esquema; 1 minibiografia; 31 refs.; Foz do Iguaçu, PR; Abril-Junho, 2001; páginas 43 a 53.
2. Lopes, Adriana; *Senso de Parafiliação*; verbete; In: **Vieira**, Waldo; Org.; *Enciclopédia da Conscienciolgia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 24; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 *E-mails*; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 *websites*; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 20.192 a 20.196.
3. **Musskopf**, Tony; *Autenticidade Consciencial*; pref. Kátia Arakaki; revisores Claudio Lima; Tamara Cardoso; Erotildes Louly; & Helena Araújo; 376 p.; 6 seções; 107 caps.; 71 abrevs.; 22 *E-mails*; 155 enus.; 81 estrangeirismos; 1 microbiografia; 1 questionário da autenticidade consciencial com 10 perguntas e 10 respostas; 3 tabs.; 19 *websites*; glos. 237 termos; glos. 11 termos (neológico especializado); 6 filmes; 508 refs.; 1 anexo; alf.; geo.; ono.; 23,5 x 16,5 cm; br.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2012; página 18.

4. **Vieira, Waldo; *Dicionário de Argumentos da Conscienciolgia***; 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; página 431.

5. **Vieira, Waldo; *Nossa Evolução***; revisor Tatiana Lopes; 170 p.; 15 caps.; 149 abrevs.; 17 *E-mails*; 1 foto; 1 microbiografia; 162 perguntas; 162 respostas; 13 *websites*; glos. 282 termos; 6 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; 3ª Ed.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2010, página 7.

#### **Webgrafia Específica:**

1. **Daou, Dulce; *Autoverbete***; verbete; In: **Vieira, Waldo; Org.; *Enciclopédia da Conscienciolgia***; verbete N. 5.000, apresentado no *Tertularium* / CEAEC, Foz do Iguaçu, PR; 13.10.2019; disponível em: <<http://encyclossapi-ens.space/buscaverbete>>; acesso em: 22.11.2021; 15h00.

T