

## AUTOPENDÊNCIA (SOLUCIOLOGIA)

### I. Conformática

**Definologia.** A *autopendência* é a condição pessoal ou problemática ainda em suspenso, não atendida, aguardando decisão ou tempo adequado para ser solucionada e resolvida por parte da conscin, homem ou mulher.

**Tematologia.** Tema central neutro.

**Etimologia.** O elemento de composição *auto* vem do idioma Grego, *autós*, “eu mesmo; por si próprio”. O vocábulo *pendere* provém do idioma Latim, *pendere*, “pendere; estar suspenso; estar dependurado; estar preso ou pegado; ter os olhos fixos em; estar absorto; irresoluto; estar pendente; adiar; depender de; ser objeto de”. Surgiu no Século XIII. O termo *pendência* apareceu no Século XVI.

**Sinonimologia:** 1. Pendência pessoal. 2. Pendência egocármica.

**Cognatologia.** Eis, na ordem alfabética, 12 cognatos derivados do vocábulo *pendência*: *autopendência*; *pendenciada*; *pendenciado*; *pendenciador*; *pendenciadora*; *pendenciar*; *pendente*; *pendear*; *pendida*; *pendido*; *pendular*; *pêndulo*.

**Antonimologia:** 1. Autorresolução. 2. Solução das pendências. 3. Automotivação resolutiva. 4. Autoposicionamento solucionático.

**Neologia.** O vocábulo *autopendência* e as duas expressões compostas *autopendência recorrente* e *autopendência eventual* são neologismos técnicos da Soluciolgia.

**Estrangeirismologia:** o *checklist* das próprias pendências; os *post-its* de autorrecados; a extinção das soluções postergadas *ad nauseum*; a autassistência paciente *step-by-step*.

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

**Megapensenologia.** Eis 2 megapenses trivocabulares relativos ao tema: – *Existem autopendências multisseculares. Evitemos criar pendências*.

**Coloquiologia:** o *baú de desejos* não realizados *virando museu*; o ato de *passar a limpo* os autodilemas; o ato de *desatar as mãos*; o *arregaçar as mangas* na eliminação das autopendências.

**Citaciologia.** Eis 3 citações pertinentes ao tema: – *Faça com que as coisas aconteçam, nada é mais exaustivo do que a eterna pendência de uma tarefa incompleta* (William James, 1842–1910). *As pendências da vida devem ser resolvidas hoje, amanhã pode não haver mais tempo* (Simone Brantes, 1963–). *Não adiar nada é o melhor segredo de quem conhece o valor do tempo, quando deixamos alguma coisa para amanhã, não pensamos que cada dia e cada hora traz uma nova tarefa* (Édouard de Laboulaye, 1811–1883).

**Proverbiologia.** Eis 3 provérbios relacionados ao tema: – “Coisa adiada não está acabada”. “O fim depende do início”. “Quem quer, arruma 1 jeito, quem não quer, arruma desculpa”.

**Ortopensatologia.** Eis 4 ortopensatas, citadas na ordem alfabética, pertinentes ao tema:

1. “**Autopendências.** Muitas pessoas escolhem o **sábado** para acertar as coisas da vida, ou seja, eliminar as pendências com o soma, com a casa e com o trabalho. – ‘Quando você enfrenta as autopendências?’”

2. “**Infiltração.** É sempre uma postura inteligente a **infiltração** objetivando agilizar a resolução de *pendências pessoais pretéritas*”.

3. “**Libertação.** No universo da **Interassistenciologia**, primeiro se resolvem as pendências nas quais a consciência ainda tem culpa, para depois se dedicar àquelas onde a mesma já está isenta de responsabilidades maiores”.

4. “**Lógica.** A **lógica reversa** é a condição da pessoa que evita analisar o lado pior quando é justamente o lado pior que deve ser analisado quanto à sua evolução. Exemplo disso é o caso da conscin que não compreende, e nem quer compreender, a própria doença, uma condição que seria mais favorável para resolver as suas pendências egocármicas mais cruciais”.

## II. Fatuística

**Pensenologia:** o holopensene pessoal solucionático; os pensenes indesejáveis decorrentes de pendências e protelações; a diferenciação pensênica; os reciclopensenes; a reciclopensenedade; os lateropensenes resolutivos; a lateropensenedade; os ortopensenes; a ortopensenedade; o rastro pensênico positivo, a favor de todos, por onde a conscin ortorresolutiva passa.

**Fatologia:** a autependência; a autoprisão; o autabandono; os débitos grupocármicos pessoais; os conflitos pessoais; a autodesorganização na acumulação de livros não lidos e escritas não publicadas; a frustração do não vivido; a identificação dos autotrafais; a lista interminável de coisas pessoais para fazer; os autotravões pendentes; a autorretratação pendente; a repetição dos erros pessoais; as autependências multisseculares interferindo na vida atual; as pendências inevitáveis; as autependências envolvendo terceiros; a autoconscientização quanto às pendências existenciais; o hábito de atualizar a lista de autotarefas; o registro de novas pendências; a resolução de problemas em “cima do lance”; a aceleração da História Pessoal na solução de pendências; a necessidade de excluir o excesso de compromissos e demandas alheias para ter tempo de se incluir; a superação da preguiça mental; o planejamento do dia seguinte; a divisão de tarefa complexa dando impulso para as próximas autodemandas; o balanço existencial; a agenda recinológica; a autogerência das demandas ainda não resolvidas; o banho de loja consciencial; o autenfrentamento da lista de pendências; a organização pró-dessoma; o acerto grupocármico; o comprometimento com a própria evolução; as reciclagens enquanto autependências inalienáveis; a saída da zona de desconforto; a autorreconciliação; a trajetória eitológica do intermissivista.

**Parafatologia:** a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; as retropendências do passado seriexológico; a dessoma com projeto de autorrealizações abandonados, não concretizados; a eliminação de pendências interdimensionais.

## III. Detalhismo

**Sinergismologia:** o *sinergismo tarefas diárias concluídas–abertura para neoações*; o *sinergismo tarefas completas–espaço à neopensenização–arremate das autotarefas prioritárias*.

**Principiologia:** o *princípio da indelegabilidade das autorresponsabilidades interconscienciais*; o *princípio de o menos doente assistir ao mais doente*; o *princípio de abrir mão do menos importante dando espaço ao essencial*.

**Codigologia:** a cláusula de propósito de vida no *código pessoal de Cosmoética (CPC)*.

**Teoriologia:** a *teoria da interprisão grupocármica*.

**Tecnologia:** a *técnica da errata consciencial*; a *técnica de mais 1 ano de vida intrafísica*; as *técnicas de aproveitamento inteligente do tempo*; a *técnica da planilha de autependências*; a *técnica de colocar a máscara de oxigênio primeiro em si sendo analogia para autopriorização lúcida*; a *técnica de desarrumar arrumando*.

**Voluntariologia:** o *voluntariado da Comunidade Conscienciológica Cosmoética Internacional (CCCI)*.

**Laboratoriologia:** o *laboratório conscienciológico da Autorganizaciologia*; o *laboratório conscienciológico da vida cotidiana diuturna*.

**Colegiologia:** o *Colégio Invisível da Autopesquisologia*; o *Colégio Invisível da Recexologia*; os *Colégios Invisíveis da Conscienciologia (CICs)*.

**Efeitologia:** o *efeito dominó*; o *efeito nosográfico de deixar tudo para depois*; o *efeito autassediador das postergações*; o *efeito benéfico da solução de pendências*.

**Neossinapsologia:** as *neossinapses necessárias à resolução de autependências complexas*.

**Ciclogia:** o *ciclo começo-recomeço*; as *postergações ad nauseam levando ao ciclo melin-melex*.

**Enumerologia:** a *autopendência* acumulada; a *autopendência* aborrecedora; a *autopendência* autassediante; a *autopendência* antievolutiva; a *autopendência* imediata; a *autopendência* óbvia; a *autopendência* autorreciclogênica.

**Binomiologia:** o *binômio cansaço-desânimo*; o *binômio problema-solução*; o *binômio assunto pendente-assunto encerrado*; o *binômio curto prazo-longo prazo*; o *binômio desenvolvimento pessoal-qualidade de vida*; o *binômio gostar de fazer-necessidade de fazer*.

**Interaciologia:** a *interação patológica autopendência-autoineficácia*.

**Crescendologia:** o *crescendo egocentrismo-interassistencialidade*; o *crescendo organização-resultado satisfatório*; o *crescendo de resoluções iniciativa-acabativa*.

**Trinomiologia:** o *trinômio urgente-importante-irrelevante*; o *trinômio autodeterminação-vontade-determinação*.

**Polinomiologia:** o *polinômio autoprioridade-autovalorização-autorresponsabilidade-autocompromisso*.

**Antagonismologia:** o *antagonismo desistência / persistência*; o *antagonismo compromisso social / questões pessoais*; o *antagonismo interpretação pessoal / autolibertação*; o *antagonismo débito / quitação*.

**Paradoxologia:** o *paradoxo de começar pela tarefa mais difícil poder motivar a solução de tarefas mais fáceis*; o *paradoxo de a pendência poder ter prazo final e não ter hora marcada para começar*; o *paradoxo de a autopriorização poder ser mais assistencial aos outros*.

**Politicologia:** a *proexocracia*; a *política da autoconvivência sadia*.

**Legislogia:** a *lei de causa e efeito*; a *lei do maior esforço evolutivo*.

**Filiologia:** a *neofilia*; a *conscienciofilia*.

**Fobiologia:** a *decidofobia*; a *fobia de não saber por onde começar diante do acúmulo de pendências*; o *medo de dessorar antes de resolver questões pessoais*.

**Sindromologia:** a *síndrome da dispersão consciencial*.

**Maniologia:** a *mania de “empurrar com a barriga”*; a *mania de reconhecer apenas as pendências alheias*; a *mania de “reinventar a roda” na consecução das coisas inacabadas*.

**Mitologia:** o *mito de resolver todas as autopendências quando se aposentar*.

**Holotecologia:** a *conflitoteca*; a *organizacioteca*; a *erroteca*; a *evolucioteca*; a *inventarioteca*; a *maturoteca*; a *problematicoteca*; a *recoxoteca*.

**Interdisciplinologia:** a *Soluciologia*; a *Pendenciologia*; a *Autodecidologia*; a *Autodisciplinologia*; a *Autorganizaciologia*; a *Carenciologia*; a *Completismologia*; a *Decidologia*; a *Ego-carmologia*; a *Interdependenciologia*; a *Intrafisiologia*; a *Procrastinologia*; a *Proexologia*; a *Re-cexologia*.

#### IV. Perfilologia

**Elencologia:** a *conscin-problema*; a *conscin mal resolvida*; a *conscin displicente*; a *conscin dispersiva*; a *conscin persistente*; a *conscin resolvida*; a *conscin bem resolvida*; a *conscin-solução*; a *conscin lúcida*; a *isca humana lúcida*; o *ser desperto*; o *ser interassistencial*; a *conscin enciclopedista*.

**Masculinologia:** o *procrastinador*; o *desmotivado*; o *desanimado*; o *autossabotador*; o *ir-resoluto*; o *solucionador*; o *autoimperdoador*; o *completista existencial*.

**Femininologia:** a *procrastinadora*; a *desmotivada*; a *desanimada*; a *autossabotadora*; a *ir-resoluta*; a *solucionadora*; a *autoimperdoadora*; a *completista existencial*.

**Hominologia:** o *Homo sapiens pendentia*; o *Homo sapiens logicosolutor*; o *Homo sapiens deviatu*; o *Homo sapiens frustratus*; o *Homo sapiens immaturus*; o *Homo sapiens incompletista*; o *Homo sapiens megafocus*; o *Homo sapiens negligens*; o *Homo sapiens prioritarius*.

## V. Argumentologia

**Exemplologia:** autopeniência *recorrente* = o ato postergado de modo repetitivo, frequente, envolvendo antiga problemática pessoal, sem a devida providência para resolução; autopeniência *eventual* = o ato postergado de maneira pontual e com lucidez, aguardando mais informações ou determinadas injunções e cenários adequados para a efetiva resolução.

**Culturologia:** a cultura do “*deixa a vida me levar*”; a cultura da *antiprocrastinação*.

**Tipologia.** Sob a ótica da *Holomaturologia*, eis, em ordem alfabética, 14 áreas e respectivos exemplos de autopeniências a serem encaminhadas:

01. **Afetividade:** desconstruir expectativas; eliminar mágoas, ressentimentos, ciúmes e competitividade.
02. **Alimentação:** preparar cardápios mais saudáveis e menos calóricos.
03. **Atividade física:** praticar exercícios físicos, a exemplo da caminhada.
04. **Biblioteca:** montar o *Verponarium* pessoal.
05. **Docência:** ensinar; itinerar; esclarecer interassistencialmente.
06. **Doméstica:** organizar o guarda-roupa.
07. **Finanças:** planejar orçamento pessoal; quitar possíveis dívidas.
08. **Grafotares:** publicar livro conscienciológico.
09. **Intelectualidade:** terminar curso abandonado.
10. **Lazer:** programar viagem.
11. **Residência:** radicar-se na Cognópolis de modo vitalício.
12. **Saúde:** realizar *checkups* médicos temporariamente.
13. **Tecnologia:** ler *E-mails* pendentes, atualizar *apps* e fazer *backup* dos arquivos.
14. **Tenepes:** autoqualificar-se para assistir multidimensionalmente.

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

01. **Antiprocrastinação:** Autodiscernimentologia; Homeostático.
02. **Autocorreção:** Autocosmoeticologia; Homeostático.
03. **Autocorrupção:** Parapatologia; Nosográfico.
04. **Autodesorganização:** Parapatologia; Nosográfico.
05. **Autodespriorização:** Autodiscernimentologia; Nosográfico.
06. **Carência insatisfeita:** Autoproexologia; Neutro.
07. **Correção de rota:** Autorrecoxologia; Homeostático.
08. **Frustração do não vivido:** Perdologia; Nosográfico.
09. **Inacabamento pessoal:** Intrafisiologia; Neutro.
10. **Opção pela correção:** Opciologia; Homeostático.
11. **Ortopensidade solucionática:** Confluenciologia; Homeostático.
12. **Pendência:** Intrafisiologia; Neutro.
13. **Procrastinação danosa:** Autorganizaciologia; Nosográfico.
14. **Rotina útil:** Intrafisiologia; Homeostático.
15. **Técnica de mais 1 ano de vida intrafísica:** Autexperimentologia; Neutro.

## **A AUTODETERMINAÇÃO ALIADA À AUTORGANIZAÇÃO PODE OTIMIZAR O MAPEAMENTO E ENCAMINHAMENTO DAS AUTOPENDÊNCIAS, PARTINDO DAS AUTOPREMISSAS PRIOROLÓGICAS INERENTES AO MOMENTO EVOLUTIVO.**

**Questionologia.** Você, leitor ou leitora, ainda mantém alguma autopeniência relevante, capaz de impedir a mudança de patamar evolutivo? Por quais razões?

### **Filmografia Específica:**

1. *A Mulher Invisível*. **Título Original:** *The Invisible Woman*. **País:** EUA. **Data:** 1940. **Duração:** 72 min. **Gênero:** Comédia; Ficção Científica; & Romance. **Idioma:** Inglês. **Cor:** Preto-e-branco. **Direção:** A. Edward Sutherland. **Elenco:** John Barrymore; Maria Montez; Virginia Bruce; Anne Nagel; & Charles Lane. **Sinopse:** O excêntrico Professor Gibbs, brilhante, mas pouco prático, inventa máquina de invisibilidade e põe anúncio para cobaia. Ele recebe a candidata, Kitty Carroll, modelo atraente e aventureira, pressupondo a ajuda da invisibilidade para resolver algumas pendências. As complicações surgem quando 3 bandidos atrapalhados roubam a máquina para usar no chefe.

2. *Morrendo e Aprendendo*. **Título Original:** *Heart and Souls*. **País:** EUA. **Data:** 1993. **Duração:** 104 min. **Gênero:** Comédia. **Idade (censura):** 12 anos. **Idioma:** Inglês. **Cor:** Colorido. **Legendado:** Português (em DVD). **Direção:** Ron Underwood. **Elenco:** Robert Downey Jr.; Charles Grodin; Afre Woodard; Kyra Sedgwick; Tom Sizemore; David Paymer; Elizabeth Shue; Bill Calvert; Lisa Lucas; & Janet MacLachlan. **Produção:** Sean Daniel. **Fotografia:** Michael W. Watkins. **Música:** Marc Shaiman. **Coreografia:** Adam Shankman. **Companhia:** Alphaville Films; & Universal Pictures. **Distribuidora:** Universal Pictures do Brasil. **Sinopse:** Tomas Reilly (Robert Downey Jr.) é banqueiro bem sucedido e com 4 *anjos da guarda* recém-mortos em acidente de ônibus, no mesmo instante do próprio nascimento. Os *anjos* precisam da ajuda de Tomas para resolverem questões pendentes na Terra. Tomas começa a ser atormentado pelos fantasmas, devido à insistência em pedir ajuda. Inicialmente contrariado e confuso, aos poucos vai concordando em colaborar com o drama dos falecidos.

3. *Um Conto de Natal*. **Título Original:** *Un Conte de Noel*. **País:** França. **Data:** 2008. **Duração:** 150 min. **Gênero:** Comédia dramática. **Idade (censura):** 12 anos. **Idioma:** Francês. **Cor:** Colorido. **Legendado:** Português. **Direção:** Arnaud Desplechin. **Elenco:** Catherine Deneuve; Jean-Paul Roussillon; & Consigny. **Produção:** Pascal Caucheteux. **Roteiro:** Arnaud Desplechin; & Emmanuel Bourdieu. **Música:** Grégoire Hetzel. **Sinopse:** Há muitos anos Abel (Jean-Paul Roussillon) e Junon (Catherine Deneuve) perderam o pequeno Joseph, marcando a vida dos outros dois filhos, Elizabeth (Anne Consigny) e Henri (Mathieu Amalric). Hoje os irmãos não se falam mais. Quando Junon descobre precisar de transplante de medula toda a família faz testes, os únicos doadores compatíveis são Henri e o filho de Elizabeth, Paul (Emiel Berling). No dia de Natal todos se reúnem, e precisam tomar decisões difíceis e ainda resolver pendências do passado.

### **Bibliografia Específica:**

1. **Arakaki**, Kátia; **Bonassi**, João; *Cognópolis Foz: Um Lugar para se Viver*; pref. Nara Oliveira; & Everton Santos; entrev. Cesar Cordioli; 280 p.; 21 ilus.; 2 fotos; glos.; 117 refs.; 20 x 26 cm; br.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2016; página 57.

2. **Guzzo**, Fabianne; *Universalismometria Tenepessológica: Proposta de Instrumento e Análise de Casuísticas*; Artigo; *Anais do XVII Fórum da Tenepes e XIV Encontro de Tenepessistas*; Foz do Iguaçu, PR; 17-19.12.2021; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 25; N. 4; Seção: *Artigo Original*; 1 *E-mail*; 1 microbiografia; 1 tab.; 8 refs.; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; Outubro-Dezembro, 2021; páginas 616 a 624.

3. **Sant'Anna**, Marília; *Pré-Intermissiometria: Uma Proposta para Aferição da Pré-intermissibilidade*; Artigo; *Anais do I Simpósio Teáticas da Conscienciologia*; 25-27.07.2014; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 18; N. 2; Seção: *Artigo Original*; 1 *E-mail*; 1 microbiografia; 1 quadro; 10 refs.; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; Abril-Junho, 2014; páginas 131 a 142.

4. **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 506 e 956.

5. **Idem**; *Léxico de Ortopensatas*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; CEAEC; & EDITARES; 3 Vols.; 2.084 p.; Vols. I e II; 1 *blog*; 652 conceitos analógicos; 22 *E-mails*; 19 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 17 fotos; glos. 7.518 termos; 1.811 megapensenes trivocabulares; 1 microbiografia; 25.183 ortopensatas; 2 tabs.; 120 técnicas lexicográficas; 19 *websites*; 28,5 x 22 x 13cm; enc.; 2ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2019; páginas 257, 1.049, 1.167 e 1.187.

6. **Idem**; *700 Experimentos da Conscienciologia*; revisores Ana Maria Bonfim; Everton Santos; & Tatiana Lopes; 1.088 p.; 40 seções; 100 subseções; 700 caps.; 147 abrevs.; 1 *blog*; 1 cronologia; 100 datas; 20 *E-mails*; 600 enus.; 272 estrangeirismos; 1 fórmula; 1 foto; 1 microbiografia; 56 tabs.; 57 técnicas; 300 testes; 21 *websites*; glos. 280 termos;

5.116 refs.; alf.; geo.; ono.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; 3ª Ed. rev. e amp.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2013; página 628.

**Webgrafia Especifica:**

1. **Moreno, Susana**; *Pendências Pessoais: Como Realizar o que é Importante mas Não é Urgente*; 10.07.2018; disponível em: <<https://susanmoreno.medium.com/pendências-pessoais-como-realizar-o-que-é-importante-mas-não-urgente-fb742c545238>>; acesso em: 01.07.2023; 6h04.

C. N.