

AUTORGANIZAÇÃO NA TERCEIRA IDADE (PROEXOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. A *autorganização na terceira idade* é a técnica de a conscin geronte, homem ou mulher, adquirir, aplicar, avaliar, adotar, realizar, considerar e estabelecer ordem no modo de viver a existência intrafísica atendendo aos compromissos referentes ao holossoma, estimulando a funcionalidade e atingindo os propósitos proexológicos.

Tematologia. Tema central homeostático.

Etimologia. O elemento de composição *auto* vem do idioma Grego, *autós*, “eu mesmo; por si próprio”. O vocábulo *organização* deriva do idioma Francês, *organiser*, “tocar órgão”, e este do idioma Latim Medieval, *organizare*, de *organum*, “órgão; dispor de tal forma a tornar apto à vida; dotar de estrutura”. Surgiu no Século XVI. O termo *terceiro* procede do idioma Latim, *tertiarius*, “que contém 1 terço; terceiro”. A palavra *idade* é de origem controversa. Apareceu no Século XIII.

Sinonimologia: 1. Autorganização de vida do geronte. 2. Autorganização da conscin idosa. 3. Autorganização do envelhecete.

Neologia. As 3 expressões compostas *miniautorganização na terceira idade*, *maxiautorganização na terceira idade* e *megautorganização na terceira idade* são neologismos técnicos da Proexologia.

Antonimologia: 1. Autodesorganização do envelhecete 2. Ausência de autogestão na vida da conscin idosa. 3. Falta de administração de vida do geronte.

Estrangeirismologia: o *show* de procedimentos para não perder o ritmo; o *upgrade* consciencial da autorganização; os *flashes* para valorizar os trafores na terceira idade; a *self-organization* ampliando a automotivação; o *schedule* para concretizar o programado; o *check-list* para conferência das atividades; a importância do *timing* na autorganização do idoso.

Atributologia: predomínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto à inteligência organizacional.

Megapensenologia. Eis 4 megapenses trivoculares relativos ao tema: – *Discernimento gera autorganização. Geronte: exemplarista diário. Autorganização gera disciplina. Organização: vida otimizada.*

Proverbologia. Eis provérbio relativo ao tema: – *Não deixe para depois o que pode fazer agora.*

Ortopensatologia. Eis 3 ortopensatas citadas na ordem alfabética:

1. “**Aproveitamento.** Na **quarta idade biológica** devemos aproveitar o que nos resta. *Vale mais uma perna sã do que duas muletas*”.

2. “**Autodeterminação.** A **autodeterminação evolutiva** depende da autoconfiança e da automotivação”.

3. “**Autorganização.** A autorganização é indispensável à evolução da consciência. *A pessoa organizada é aquela que não deixa a obrigação, ou seja, o trabalho a fazer, para depois*”.

II. Fatuística

Pensenologia: o holopense pessoal da autorganização; a pensenidade neofílica; a retilinearidade pensênica; os contrapenses; a contrapensenidade; os patopenses; a patopensenidade; a autopenalização crítica; a autopensenidade sobre o fim da vida; a holopensenidade atuando no equilíbrio vital; a retilinearidade pensênica; os ortopenses; a ortopensenidade; a pensenização prática; os lucidopenses implicando na longevidade; a lucidopensenidade.

Fatologia: a autorganização na terceira idade; a longevidade bem organizada; a experiência singular do idoso conscienciólogo; a busca pelo acerto pessoal; a necessidade de atingir o completismo existencial exigindo autorganização; o tráfego do perfeccionismo atrasando a evolução; a saúde mental em atividade; a reeducação alimentar para a vida saudável; a maneira expressiva para conduzir a própria vida; a obediência às recomendações médicas; a mudança de rotina para sair da mesmice; a vontade de ser produtivo; o empenho para manter o mentalsoma fluente; a potencialização da autorganização para impulsionar a aut-evolução; o senso de urgência do envelhescente; os trafores qualificando os procedimentos; a quebra de paradigma do geronte para avançar nos propósitos; a valorização da maturidade; o exemplarismo pessoal exposto; a evitação à zona de conforto; os exercícios para manter o soma sustentável; a evitação de situações indicadoras de atraso de vida; o aproveitamento do tempo para acabativas; o alerta ao sinal de desânimo; o exemplarismo influenciando o grupocarma; a melhor fase para o balanço existencial e a preparação para o próximo *Curso Intermisso* (CI).

Parafatologia: a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; as heterexperiências projetivas contribuindo para a escrita do verbete; a projeção lúcida atendendo familiar des-somado; a sinalética energética e parapsíquica pessoal; o parapsiquismo na terceira idade; a percepção das consciexes no dia a dia; os amparadores extrafísicos atuando na parassegurança; a intuição permitindo melhores escolhas; o auxílio das consciexes benfazejas promovendo *insights* na escrita; o autodesassédio impulsionando a conquista dos objetivos existenciais.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo autorganização-automotivação*; o *sinergismo vontade-atitude*; o *sinergismo autocomprometimento-autodeterminação*; o *sinergismo terceira idade—mudança de paradigma*.

Principiologia: o *princípio de fazer a vida fluir*; o *princípio de evitar o atraso de vida*; o *princípio da não acomodação*; o *princípio de focar nos projetos evolutivos*; o *princípio da longevidade produtiva*; o *princípio do exemplarismo pessoal* (PEP); o *princípio do planejamento*.

Codigologia: o *código pessoal de Cosmoética* (CPC); o *código pessoal de parassegurança*; o *código pessoal do bom humor* melhorando as interrelações; o *código de funcionalidade para tornar a vida prática*.

Teoriologia: a *teoria dos aprendizados de vida*; a *teoria do autesforço evolutivo*; a *teoria de aprender nunca ser demais*; a *teoria da coerência*; a *teoria da priorização*; a *teoria da cláusula pétrea proexológica*.

Tecnologia: a *técnica do balanço existencial*; a *técnica da tenepes*; a *técnica de mais 1 ano de vida intrafísica*; a *técnica da autorreflexão de 5 horas*; a *técnica do exercício físico diário*; a *técnica da saúde alimentar*.

Voluntariologia: a autorresponsabilidade da prática de voluntariado ao geronte intermis-sivista; a autorganização discernida do voluntário interessado em desenvolver a gescon pessoal.

Laboratoriologia: o *laboratório conscienciológico da Autorganizaciologia*; o *laboratório conscienciológico da Autoproexologia*; o *laboratório conscienciológico de Autopensenologia*; o *laboratório conscienciológico da Autodespertologia*; o *laboratório conscienciológico da Paradi-reitologia*; o *laboratório conscienciológico do estado vibracional*; o *laboratório conscienciológico da Automentalsomatologia*.

Colegiologia: o *Colégio Invisível da Autorganização*; o *Colégio Invisível da Assisten-ciologia*; o *Colégio Invisível da Longevidade*; o *Colégio Invisível da Evoluciologia*; o *Colégio Invisível dos Conscienciólogos*; o *Colégio Invisível da Proexologia*; o *Colégio Invisível da Cosmo-eticologia*.

Efeitologia: o *efeito de priorizar o prioritário*; o *efeito de desenvolver a gestão do tem-po*; o *efeito da autorreciclagem intraconsciencial*; os *efeitos das atividades físicas* beneficiando o soma e a cognição do idoso; o *efeito das auteseleções inteligentes*; o *efeito de aplicar os trafo-res para acabativa de projetos evolutivos*; o *efeito halo da organização pessoal*.

Neossinapsologia: as neossinapses do parapsiquismo; as neossinapses da autorganização; as neossinapses reciclogênicas; as neossinapses das autescolhas; as neossinapses da praticidade; as neossinapses da parassegurança; as neossinapses do exercício cerebral.

Ciclogia: o ciclo *modus operandi* da autorganização; o ciclo inteligência longa-qualidade de vida intrafísica; o ciclo zona de conforto-autoposicionamento; o ciclo vital experiência do envelhecimento-preparação para o próximo intermissivo; o ciclo biológico infância-adolescência-meia-idade-maturidade; o ciclo planejamento-organização-realização.

Enumerologia: a organização dos pensenes; a organização psicossomática; a organização bioenergética; a organização somática; a organização profissional; a organização financeira; a organização proexológica.

Binomiologia: o binômio conscin trafor-conscin exemplarista; o binômio autogestão-empresendedorismo; o binômio zona de conforto-resgate consciencial; o binômio abertismo consciencial-renovação evolutiva; o binômio metas-acabativas; o binômio inteligência longa-gescon atrativa; o binômio megafoco-megarresultado; o binômio aproveitamento do tempo-propósito de vida.

Interaciologia: a interação exemplarista crianças-adolescentes-adultos-idosos; a interação tempo de vida-projetos conscienciais; a interação organização-bem-estar; a interação segurança residencial-projeto antiacidente; a interação envelhecimento-cuidados preventivos; a interação capacidade funcional-longevidade produtiva; a interação tempo-pontualidade.

Crescendologia: o crescendo abertismo consciencial-gescon; o crescendo tacon-ares; o crescendo fase adulta-terceira idade; o crescendo vontade-motivação-realização; o crescendo iniciativa-acabativa; o crescendo detalhe isolado-detalhe conjunto.

Trinomiologia: o trinômio autorganização-autoprodutividade-autossatisfação; o trinômio determinação-concentração-retilinearidade pensênica; o trinômio exercício físico-saúde alimentar-saúde somática; o trinômio perda de tempo-atraso de vida-prejuízo financeiro; o trinômio repetição-aprendizagem-sinapse.

Polinomiologia: o polinômio planejar-revisar-realizar-finalizar; o polinômio alimentação-atividade física-lazer-estudo; o polinômio infância-adolescência-juventude-adulthood-terceira idade; o polinômio autorganização-autodisciplina-autodesassédio-autossatisfação; o polinômio estudo-concentração-memorização-aprendizado; o polinômio ambiente moderno-locus ajustável-convivialidade sadia-saúde holossomática; o polinômio plano de saúde-consultas médicas regulares-chek-up-longevidade.

Antagonismologia: o antagonismo megafoco / dispersão; o antagonismo autorganização proexológica / zona de conforto patológica; o antagonismo compléxis / incompléxis; o antagonismo proéxis / desvio de rota; o antagonismo vida desorganizada / vida organizada; o antagonismo priorização / despriorização.

Paradoxologia: o paradoxo de quanto mais a conscin se organiza, mais constata a desorganização; o paradoxo de quanto maior a prática assistencial a terceiros, maior a assistência a si próprio.

Politicologia: a lucidocracia; a tecnocracia; a cognocracia; a cosmoeticocracia; a autodiscernimentocracia; a assistenciocracia; a proexocracia; a política da autorganização para facilitar o andamento da vida.

Legislogia: a lei do maior esforço; a lei da autopenalização proexogênica; a lei do exemplarismo consciencial; a lei de economia de males; a lei da ação e reação; as 14 leis racionais da proéxis; o Estatuto do Idoso (Lei N. 10.741 / 2003).

Fobiologia: a organiziofobia; a decidiofobia; a voliciofobia; a proexofobia; a evolucionofobia; a disciplinofobia; a exemplofobia.

Sindromologia: a síndrome de Diógenes; a profilaxia da síndrome do perfeccionismo; a eliminação da síndrome da procrastinação; a síndrome da dispersão consciencial; a síndrome do pensamento acelerado; a síndrome da pressa; a síndrome do transtorno obsessivo compulsivo (TOC).

Maniologia: a *mania* de arrumação exagerada; a *mania* de limpeza excessiva; a *mania* de não ter paciência de esperar; a *mania* de dramatizar; a *infomania*; a *mania* de querer manter controle; a *mania* de procrastinar.

Mitologia: o *mito* de a *conscin* na terceira idade não ter estofo para se organizar; o *mito* de a *autorganização* ser desnecessária e perda de tempo; o *mito* da empresa próspera sem organização; o *mito* de a organização ter limite; o *mito* de todo o geronte ser senil; o *mito* de todo o idoso perder a capacidade de autogestão.

Holotecologia: a *autorganizacioteca*; a *administroteca*; a *coerencioteca*; a *metodoteca*; a *tecnoteca*; a *produtivoteca*; a *proexoteca*.

Interdisciplinologia: a *Proexologia*; a *Autorganizaciologia*; a *Autodiscernimentologia*; a *Autodeterminologia*; a *Recinologia*; a *Intrafisicologia*; a *Evoluciologia*; a *Recexologia*; a *Interassistenciologia*; a *Completismologia*.

IV. Perfilologia

Elencologia: a *conscin* lúcida; a *isca* humana lúcida; o ser desperto; o ser interassistencial; a *conscin* enciclopedista; a *conscin* autorganizada; a *conscin* exemplarista; a *conscin* taquipsíquica; a *conscin* automotivada; a *conscin* persistente; a *conscin* higiênica; a *conscin* interassistencial; a *pessoa* comum.

Masculinologia: o *amparador* intrafísico; o *autodecisor*; o *compassageiro* evolutivo; o *conscienciólogo*; o *proexista*; o *evoluciente*; o *exemplarista*; o *reciclante* existencial; o *tenepesista*; o *pesquisador*; o *tertuliano*; o *teletertuliano*; o *verbetógrafo*; o *homem* de ação; o *intermissivista*; o *pré-serenão* vulgar; o *detalhista*; o *estudioso*; o *planejador*; o *homem* reflexivo; o *voluntário*; o *pesquisador* independente; o *disciplinado*; o *pensenedor* autocrítico.

Femininologia: a *amparadora* intrafísica; a *autodecisora*; a *compassageira* evolutiva; a *consciencióloga*; a *proexista*; a *evoluciente*; a *exemplarista*; a *reciclante* existencial; a *tenepesista*; a *pesquisadora*; a *tertuliana*; a *teletertuliana*; a *verbetógrafa*; a *mulher* de ação; a *intermissivista*; a *pré-serenona* vulgar; a *detalhista*; a *estudiosa*; a *planejadora*; a *mulher* reflexiva; a *voluntária*; a *pesquisadora* independente; a *disciplinada*; a *pensenedora* autocrítica.

Hominologia: o *Homo sapiens autorganisatus*; o *Homo sapiens geronticus*; o *Homo sapiens activus*; o *Homo sapiens teaticus*; o *Homo sapiens cosmoethicus*; o *Homo sapiens prioritarius*; o *Homo sapiens attentus*; o *Homo sapiens autolucidus*; o *Homo sapiens evolutiens*; o *Homo sapiens determinator*; o *Homo sapiens recyclans*; o *Homo sapiens evolutiologus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: *miniautorganização* na terceira idade = a prática de ordenar as áreas da vida atendendo às necessidades evolutivas egocármicas; *maxiautorganização* na terceira idade = a prática de ordenar as áreas da vida atendendo às necessidades evolutivas grupocármicas; *megautorganização* na terceira idade = a prática de ordenar as áreas da vida atendendo às necessidades evolutivas policármicas.

Culturologia: a *cultura* da *autorganização*; a *cultura* da *proéxis*; a *cultura* do *exemplarismo*; a *cultura* da *harmonia ambiental*; a *cultura* da *motivação evolutiva*; a *cultura* da *prudência no dia a dia*; a *cultura* da *Reciclogia*; a *cultura* da *homeostase somática*; a *cultura* da *Pesquisologia*.

Priorização. Sob a ótica da *Intrafisicologia*, eis, na ordem alfabética, 7 áreas da vida da *conscin* intermissivista, prioritárias ao autodesenvolvimento, a serem investigadas e acompanhadas para manter o equilíbrio, almejando a *autorganização* e visando o cumprimento *proexológico*:

1. **Extrafísicalidade:** as atividades e funções referentes ao parapsiquismo, tais como projeção extracorpórea, estados vibracionais, dinâmicas parapsíquicas, assins e desassins, encapsulamentos energéticos.
2. **Finanças:** a vida financeira, receitas e despesas capazes de organizar a vida intrafísica.
3. **Interassistencialidade:** a dedicação ao voluntariado, tares, gescons, tenepes e ofiex.
4. **Interconsciencialidade:** os grupos sociais da conscin, somando família nuclear, relações afetivas e amigos.
5. **Intraconsciencialidade:** o nível evolutivo de cada conscin em relação aos trafores, trafaes, trafaes, motivação, cognição, temperamento e História Pessoal.
6. **Profissão:** a área do trabalho e o planejamento da sustentação financeira.
7. **Saúde:** a atenção necessária à saúde do holossoma (soma, energossoma, psicossoma e mentalsoma) e às questões de segurança.

Precaução. Sob a ótica da *Dessomatologia*, eis, por exemplo, na ordem alfabética, 10 procedimentos para a conscin intermissivista considerar, em qualquer idade intrafísica, e colocar em prática na preparação da próxima existência:

01. **Autocuidado:** dobrar a Higiene Consciencial.
02. **Autopesquisa:** aplicar a *técnica de mais 1 ano de vida intrafísica*.
03. **Autorreflexão:** refletir quanto ao foco proexológico e dar acabativa.
04. **Convivialidade:** melhorar as interrelações pessoais.
05. **Desdramatização:** conscientizar-se para a pré-dessoma e desdramatizar a morte.
06. **Interassistência:** disponibilizar-se para a interassistência.
07. **Inventário:** fazer o balanço de vida e avaliar se está superavitário.
08. **Perdas:** melhorar a maneira de lidar com perdas materiais e de consciências.
09. **Rotina:** ocupar-se com a rotina útil.
10. **Tanatofobia:** reciclar o medo da morte.

Cuidadologia. Mediante *Profilaxiologia*, eis, na ordem alfabética, em relação às fragilidades inerentes à vida longa, 3 normas para a conscin idosa avaliar em relação à parassegurança:

1. **Cosmoética:** experienciar a aplicação da Cosmoética.
2. **Segurança:** apreciar a segurança na moradia.
3. **Vigilância:** ser autovigilante ininterruptamente.

Eudemonologia. A prioridade da conscin longa perante a vida intrafísica deve ser pautada, em pelo menos 51% de bem-estar e bom humor, na dedicação voluntária aos projetos interassistenciais, recins necessárias à evolução e a preparação para a próxima existência, denotando felicidade íntima.

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 autorganização na terceira idade, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Alternância de tarefas:** Alternanciologia; Neutro.
02. **Aproveitamento do tempo:** Autoproexologia; Homeostático.
03. **Autodesorganização:** Parapatologia; Nosográfico.
04. **Autorganização consciencial:** Autorganizaciologia; Neutro.
05. **Autorganização livre:** Intrafisiologia; Homeostático.
06. **Autorganização nos estudos:** Autorganizaciologia; Homeostático.

07. **Autorganização proexogênica:** Antidesviologia; Homeostático.
08. **Benefício da autorganização:** Organizaciologia; Homeostático.
09. **Casa arrumada:** Organizaciologia; Homeostático.
10. **Casa segura:** Paraprofilaxiologia; Homeostático.
11. **Conscin organizadora:** Holomaturologia; Homeostático.
12. **Desafio da longevidade ativa:** Intrafisicologia; Homeostático.
13. **Longevidade produtiva:** Intrafisicologia; Homeostático.
14. **Propósito de vida do idoso:** Proexologia; Homeostático.
15. **Técnica de autorganização:** Autorganizaciologia; Homeostático.

A AUTORGANIZAÇÃO NA TERCEIRA IDADE É CONDIÇÃO SINE QUA NON PARA ATENDER ÀS NECESSIDADES EVOLUTIVAS DA CONSCIN IDOSA NA INTRAFISICALIDADE, VISANDO REDUZIR OS RISCOS DE INCOMPLETISMO.

Questionologia. Você, leitor ou leitora da terceira idade, alcançou as metas evolutivas sem embarço? Organizou as diversas áreas da vida para evitar o incompletismo? Em qual nível?

Bibliografia Específica:

1. **Ceotto, Bárbara; *Diário de Autocura: Da Doença à Saúde Conscencial***; pref. Felix Wong e Mário Oliveira; posf. Leonardo Rodrigues; revisor Leonardo Rodrigues; 224 p.; 16 caps.; 31 filmografias; 3 ilus.; 1 microbiografia; 73 refs.; 23 x 16 cm; br.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2013; páginas 81 a 87.
2. **Vieira, Waldo; *Homo sapiens pacificus***; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.584 p.; 24 seções; 413 caps.; 403 abrevs.; 38 *E-mails*; 434 enus.; 484 estrangeirismos; 1 foto; 37 ilus.; 168 megapensenes trivocabulares; 1 microbiografia; 36 tabs.; 15 *websites*; glos. 241 termos; 25 pinacografias; 103 musicografias; 24 discografias; 20 cenografias; 240 filmes; 9.625 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21,5 x 7 cm; enc.; 3ª Ed. Gratuita; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2007; páginas 245 a 248, 642, 648, 659, 673 e 836 a 839.
3. **Idem; *Homo sapiens reurbanisatus***; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.584 p.; 24 seções; 479 caps.; 139 abrevs.; 12 *E-mails*; 597 enus.; 413 estrangeirismos; 1 foto; 40 ilus.; 1 microbiografia; 25 tabs.; 4 *websites*; glos. 241 termos; 3 infográficos; 102 filmes; 7.663 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21 x 7 cm; enc.; Ed. *Principes*; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2003; páginas 25 a 65, 95 a 110, 115 a 167, 28, 385 a 402 e 503 a 505.
4. **Idem; *Léxico de Ortopensatas***; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 3 Vols.; 2.084 p.; Vol. I; 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 13 cm; enc.; 2ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2019; páginas 133, 233, 280, 281 e 282.

V. L. S.