

COMPLETISMO EXISTENCIAL DIÁRIO (AUTOPROEXOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. O *completismo existencial diário* é a completude atingida no dia a dia pelo intermissivista comprometido e motivado ao cumprimento integral de programação existencial (proéxis), acumulando resultados evolutivos interassistenciais parciais enquanto administra, com eficiência e eficácia, realizações magnas em favor do bem comum.

Tematologia. Tema central homeostático.

Etimologia. O termo *completo* deriva do Latim, *completus*, de *complere*, “aquilo que não falta parte”. Surgiu no Século XVII. O vocábulo *existencial* vem igualmente do idioma Latim, *existentialis*, de *existere*, “ter existência real”. Surgiu no Século XIX. O vocábulo *diário* procede do mesmo idioma Latim, *diarius*, “do dia; relativo ao dia”. Apareceu no Século XVIII.

Sinonimologia: 1. Minicompléxis diário. 2. Consecução do miniplano cotidiano evolutivo. 3. Realização do miniprograma evolutivo diário.

Neologia. As 3 expressões compostas *completismo existencial diário*, *completismo existencial diário mínimo* e *completismo existencial diário abrangente* são neologismos técnicos da Autoproexologia.

Antonimologia: 1. Completismo existencial; megacompléxis; multicompléxis. 2. Incompletismo no dia a dia. 3. Megaprograma evolutivo.

Estrangeirismologia: a aplicação do aforismo *carpe diem* na vida consciencial; o *continuum* evolutivo; o *to be in the mood*; o *will power*; o *strong profile* evolutivo.

Atributologia: predomínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto ao autocompromisso com o completismo existencial pessoal.

Coloquiologia. Eis 3 expressões populares sobre o tema: *devagar se vai ao longe*; atuar na *velocidade de cruzeiro*; *manter-se nos trilhos*.

II. Fatuística

Pensenologia: o holopensene pessoal da lucidez autoproexológica; o holopensene do atacadismo consciencial; o holopensene pessoal da autorganização consciencial; o holopensene pessoal da desassedialidade; a retilinearidade autopensênica; a implantação e manutenção do holopensene de produtividade; a prontidão na mudança de bloco pensênico; a construção da autofôrma holopensênica sadia.

Fatologia: o completismo existencial diário; o planejamento proexológico de longo prazo estruturando o trabalho diário; a linha do tempo da autoproéxis; a autossriedade quanto aos próprios compromissos proexológicos; a Antiautomarasmologia; a abordagem relevante; o *Manual Pessoal de Prioridades* (MPP); a autoconsciência quanto aos empreendimentos evolutivos prioritários; o empenho na realização das metas evolutivas da autoproéxis; o propósito de vida; a administração equilibrada das várias áreas da vida; o autoplanejamento existencial; a antidispersividade cotidiana; as tarefas do dia enquanto o maior desafio; a nova perspectiva sobre os atos do dia a dia; o foco no aqui-agora evolutivo; o ambiente de trabalho estruturado, limpo e homeostático; a alternância das tarefas; a velocidade de cruzeiro imposta às rotinas pessoais; o gerenciamento da agenda pessoal na evitação das interferências extemporâneas; a margem delimitada para inclusões de extrapautas; as estratégias pessoais de prevenção; a valorização de cada momento; o trafor compensando o trafor; o trafor combatendo o trafor; o desassédio constante a partir do completismo diário das tarefas; a agenda autodesassediadora; a rotina desestressante; a cura da ansiedade omissiva; a profilaxia do conflito íntimo ao decidir algo; a adaptabilidade pessoal; o autabsolutismo propiciando a Higiene Consciencial; a reciclagem através da ação; a ação como complemento da mudança; a agenda adaptada à fase da vida da conscin; a longevidade útil; a ma-

nutrição do megafoco produtivo; a postura proativa evitando autovitimizações; a superação da condição de robotização existencial; a evitação do acúmulo de tarefas sem finalização oportuna; a profilaxia da procrastinação das autorrealizações diárias; o descarte do não prioritário; o curso *Autogestão Existencial* da Associação Internacional da Programação Existencial (APEX); o *Serviço de Apoio Existencial* (SEAPEX); o curso *Balanço Existencial* (APEX / CEAEC); o curso *Identificação das Diretrizes da Proéxis* (APEX).

Parafatologia: a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; a necessidade constante de desassimilação; a falta de autoconscientização do aqui-agora multidimensional; o estreitamento da relação com o amparador extrafísico de função; o ato de distribuir as tarefas diárias de acordo com o biorritmo holossomático; a resiliência multidimensional à pressão extrafísica contra as neoposturas pró-evolutivas.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo das realizações proexológicas*; o *sinergismo vontade inquebrantável–autesforço perseverante*.

Principiologia: o *princípio do posicionamento pessoal* (PPP); o *princípio do exemplarismo pessoal* (PEP); o *princípio “isso não é para mim”*; o *princípio da produtividade sadia*; o *princípio da autonomia da vontade*.

Codigologia: o *código pessoal de Cosmoética* (CPC) qualificando decisões diárias.

Teoriologia: a *teoria do compléxis*; a *teoria da evolução pessoal por meio dos autesforços*; a *teoria da autorganização consciencial*.

Tecnologia: a *técnica do trinômio motivação-trabalho-lazer*; a *técnica do aproveitamento máximo do tempo pessoal*; a *técnica de viver evolutivamente*; as *técnicas da Higiene Consciencial*; as *técnicas de administração do tempo*; as *técnicas de aplicação das ECs*; a *técnica dos 20 EVs diários*; as *técnicas de identificação da proéxis*.

Voluntariologia: a *eficiência no voluntariado* a partir da autorganização diuturna.

Laboratoriologia: o *laboratório conscienciológico da autorganização*; o *laboratório conscienciológico da Proexologia*; o *laboratório conscienciológico da Cosmovisiologia*; o *laboratório conscienciológico da imobilidade física vigil* (IFV); o *laboratório conscienciológico da Reeduaciologia*.

Colegiologia: o *Colégio Invisível dos Proexólogos*; o *Colégio Invisível dos Recexólogos*.

Efeitologia: os *efeitos benéficos do completismo existencial diário*; os *efeitos cumulativos dos completismos existenciais diários*; o *efeito halo dos completismos existenciais diários*; os *efeitos nocivos da má administração do tempo e das autopotencialidades nos resultados dos trabalhos pessoais*; os *efeitos generalizados do ansiosismo omissivo*.

Neossinapsologia: as *neossinapses estruturantes dos novos hábitos sadios*.

Ciclogia: o *ciclo assim-desassim*; o *ciclo manhã-tarde-noite*; o *ciclo dias ímpares–dias pares*; a *transformação do ciclo existencial vicioso em ciclo existencial virtuoso*.

Enumerologia: o *completismo diário*; o *completismo semanal*; o *completismo mensal*; o *completismo semestral*; o *completismo anual*; o *completismo decenal*; o *completismo existencial*.

Binomiologia: o *binômio cronograma-fluxograma*; o *binômio visão-estratégia*; o *binômio missão de vida–valores pessoais*; o *binômio teoria-prática*; o *binômio hábitos sadios–rotinas úteis*; o *binômio ônus do não–bônus do não*; o *binômio resultados positivos contínuos–motivação crescente*.

Interaciologia: a *interação megameta-minimeta*; a *interação minicompléxis-megacompléxis*; a *interação parte-todo*; a *interação maior-menor*; a *interação cosmovisão-megafoco*; a *interação automotivação-autorganização-autodisciplina*; a *interação tarefa psicomotora–tarefa mentalsomática*; a *interação homeostase intrafísica–homeostase extrafísica*.

Crescendologia: o *crescendo completismo diário–completismo existencial*; o *crescendo urgente-importante-prioritário*; o *crescendo no valor dado a cada minuto existencial*; o *crescen-*

do horas-dias-semanas-meses-anos-décadas; o *crescendo autesforço-satisfação*; o *crescendo autodomínio somático-autodomínio energético-autodomínio emocional-autodomínio mental*.

Trinomiologia: o trinômio *vontade-intenção-autorganização*; o trinômio *clareza-objetividade-realismo*; o trinômio *objetivos estratégicos-objetivos táticos-objetivos operacionais*.

Polinomiologia: o polinômio *curto prazo-médio prazo-longo prazo-longuíssimo prazo*; o polinômio *início-manutenção-evolução-conclusão*; o polinômio *agenda diária-agenda semanal-agenda mensal-agenda anual*.

Antagonismologia: o antagonismo *patológico procrastinação / precipitação*; o antagonismo *eustresse / distresse*; o antagonismo *domínio teático / domínio teórico*; o antagonismo *acalmia produtiva / ansiedade improdutiva*; o antagonismo *fixação patológica / megafoco permanente*.

Paradoxologia: o *paradoxo de quanto maior a disciplina, maior a liberdade*.

Politicologia: a conscienciocracia; a proexocracia; a evoluciocracia.

Legislogia: a *lei do maior esforço evolutivo*; a *lei da autevolução permanente*.

Filiologia: a proexofilia; a recexofilia.

Fobiologia: a decidofobia provocando a autassedialidade; a disciplinofobia.

Sindromologia: a *síndrome do ansiosismo*; a *síndrome da dispersão consciencial* (SDC).

Maniologia: a mania de postergar.

Mitologia: o *mito do dom sem autesforço*.

Interdisciplinologia: a Autoproexologia; a Autorganizaciologia; a Autevoluciologia; a Autopriorologia; a Recexologia; a Rotinologia; a Autexperimentologia; a Intrafisicologia; a Paraprofilaxiologia; a Autodecidologia.

IV. Perfilologia

Elencologia: a conscin proativa; a conscin interassistencial; a conscin enciclopedista; a conscin isca lúcida; a conscin autorganizada; a conscin autopesquisadora.

Masculinologia: o autodisciplinado; o autogestor da própria vida; o proexista; o tenepesista; o completista; o estrategista existencial.

Femininologia: a autodisciplinada; a autogestora da própria vida; a proexista; a tenepesista; a completista; a estrategista existencial.

Hominologia: o *Homo sapiens agens*; o *Homo sapiens proexologus*; o *Homo sapiens intermissivista*; o *Homo sapiens recyclans*; o *Homo sapiens completista*; o *Homo sapiens autodestructor*; o *Homo sapiens decisophilicus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: completismo existencial diário *mínimo* = a completude atingida no dia a dia pela conscin ainda sem maior cosmovisão das cláusulas da autoproéxis; completismo existencial diário *abrangente* = a completude atingida no dia a dia pela conscin veterana, tendo cosmovisão das cláusulas da autoproéxis.

Culturologia: a *cultura da Proexologia*; a *cultura da operosidade evolutiva*; a *cultura da desperticidade*.

Recurso. Segundo a *Profilaxiologia*, o cumprimento bem sucedido das tarefas proexológicas diárias agendadas é recurso relevante para a evitação de várias patologias conscienciais, tais como as 6 listadas em ordem alfabética:

1. **Ansiosismo.** O sentimento de estar sempre atrasado e em dívida em relação à consecução das tarefas prioritárias.
2. **Autovitimização.** O sentimento de não poder fazer frente às demandas da proéxis.
3. **Decidofobia.** O sentimento da perda de algo causando desconforto ao ter de escolher entre duas alternativas, pessoas ou coisas.
4. **Depressão.** O sentimento de não ter controle sobre a própria vida.
5. **Dispersão consciencial.** O sentimento de “sobrevoar” e não “aterriçar”.
6. **Preocupação.** O sentimento de incapacidade de resolver os problemas trazidos pela vida, na forma de desafios.

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 o completismo existencial diário, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Agenda autodesassediadora:** Paraprofilaxiologia; Neutro.
02. **Antidispersividade cotidiana:** Rotinologia; Neutro.
03. **Aproveitamento do tempo:** Autoproexologia; Homeostático.
04. **Autodeterminação:** Autodeterminologia; Neutro.
05. **Autogestão existencial:** Autoproexologia; Neutro.
06. **Empenho proexolíneo:** Autodeterminologia; Homeostático.
07. **Estatística motivadora:** Autexperimentologia; Homeostático.
08. **Linha de abertura:** Autoproexologia; Homeostático.
09. **Objetivo pessoal:** Autevoluciologia; Neutro.
10. **Planejamento milimétrico:** Autoproexologia; Homeostático.
11. **Planilha evolutiva:** Evoluciologia; Homeostático.
12. **Previsão da autossobrevida:** Autoproexogramologia; Neutro.
13. **Priorização da proéxis:** Proexologia; Homeostático.
14. **Proexograma:** Proexologia; Homeostático.
15. **Segunda-feira decisiva:** Autorganizaciologia; Neutro.

O COMPLETISMO EXISTENCIAL DIÁRIO É A MINIMETA PROEXOLÓGICA, FRUTO DO PLANEJAMENTO E ADEQUADA PRIORIZAÇÃO DAS TAREFAS ASSISTENCIAIS EM RELAÇÃO AOS OBJETIVOS MAGNOS DA PRÓPRIA PROÉXIS.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, já alcançou a produtividade proexológica ideal no dia a dia? Já consegue integrar os objetivos magnos da autoproéxis com as atividades cotidianas?

B. T.