

AGENDA MENTALSOMÁTICA (EVOLUCIOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. A *agenda mentalsomática* é a planificação técnica aceleradora da aut-evolatividade, superintendida pelo veículo das ideias, fundamentada na organização das prioridades da vida intrafísica, intencionando o máximo aproveitamento do mentalsoma e dos potenciais pessoais, em busca do compléxis e da moréxis a maior.

Tematologia. Tema central homeostático.

Etimologia. O vocábulo *agenda* vem do idioma Latim, *agenda*, “caderneta de anotações”, derivado de *agendus*, e este de *agere*, “fazer; agir; fazer andar à sua frente; conduzir; adiantar-se”. Surgiu no Século XIX. O termo *mental* deriva do idioma Latim Tardio, *mentalis*, “do espírito; mental”, e este de *mens*, *mentis*, “atividade do espírito; intenção; memória; pensamento; inteligência; razão; sabedoria; juízo; discernimento”. Apareceu no Século XV. A palavra *somática* provém do idioma Francês, *somatique*, e esta do idioma Grego, *somatikós*, “do corpo; material; corporal”. Surgiu no Século XIX.

Sinonimologia: 1. Agenda evolutiva. 2. Agenda do autodiscernimento. 3. Plano evolutivo mentalsomático.

Neologia. As 4 expressões compostas *agenda mentalsomática*, *agenda mentalsomática básica*, *agenda mentalsomática intermediária* e *agenda mentalsomática avançada* são neologismos técnicos da Evoluciolgia.

Antonimologia: 1. Agenda de compromissos. 2. Agenda intrafísica. 3. Agenda cheia ectópica. 4. Agenda vazia. 5. Desorganização.

Estrangeirismologia: o *right timing* proexológico; o *continuum* das ações sistematizadas; a determinação pró-autorganização *day by day*; o ato de estar em dia com o *checklist* evolutivo; o aprimoramento do *modus faciendi*; as *red flags* relacionadas à desorganização evolutiva; as *green flags* sinalizadoras do compléxis.

Atributologia: predomínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto à holomaturidade da autorganização evolutiva.

Megapensenologia. Eis 2 megapenses trivocabulares relativos ao tema: – *Desorganização: incompléxis garantido. Organizemos o compléxis.*

Coloquiologia: – *Devagar se vai ao longe.*

Citaciologia. Eis 3 citações alusivas ao tema: – “Para cada minuto gasto em organização, você ganha uma hora” (Benjamin Franklin, 1706–1790). “Com organização e tempo, acha-se o segredo de fazer tudo e bem-feito”. “Não é livre quem não obteve domínio sobre si” (Pitágoras, 571–497 a.e.c.).

Proverbologia: – *Mais vale uma hora de sábio que a vida inteira de tolo.*

Ortopensatologia. Eis 5 ortopensatas, citadas na ordem alfabética e classificadas em 3 subtítulos:

1. “**Agenda.** O ódio, o rancor, a mágoa, o ressentimento e a vingança não existem nas alíneas da *Agenda Conscienciológica* da **conscin intermissivista**, quando lúcida, porque não atuam mais em seu microuniverso consciencial”. “A agenda da conscin lúcida apresenta duas qualificações fundamentais: *compromissos pessoais*, egocármicos; e **compromissos grupais**, policármicos”.

2. “**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”. “A *pessoa desorganizada* atrai os assediadores. A **pessoa organizada** os repele naturalmente. Quem é muito desorganizado não possui amparador extrafísico de função”.

3. “**Progressão.** *Melhoremos nossos temperamentos.* Com a progressão das aplicações das **técnicas** oferecidas pela Conscienciologia, a conscin alcança a condição de *tenepessista*, mi-

nipeça interassistencial, epicon, ser desperto, ofiexista, semiconsciex e evolucionólogo, numa só existência intrafísica”.

II. Fatuística

Pensenologia: o holopensene pessoal da organização autevolutive; o holopensene pessoal da interassistência; os prioropensenes; a prioropensenidade; os recicloopensenes; a recicloopensenidade; os ortopensenes; a ortopensenidade; a retilinearidade pensênica; a cosmopensenização.

Fatologia: a agenda mentalsomática; a importância de lembrar, a cada instante, onde se pretende chegar; a antítese à agenda *mais do mesmo* ou infrutífera; a *inteligência evolutiva* (IE) apontando o norte interassistencial; o ato de pensar grande; o abertismo neoideativo na confecção da agenda evolutiva; a importância de pensar fora da caixa craniana; os objetivos de vida bem delineados; o roteiro proexológico; a importância do *corpus* paracientífico na resolução dos gargalos evolutivos; a vida proveitosa a partir dos autenfrentamentos dos desafios evolutivos; a menor distância temporal para a superação das imaturidades pessoais; a rotina útil; o dia produtivo; o momento certo e a hora certa; o período antelucano; o aumento da produtividade interassistencial; as tarefas assumidas e efetivadas; o *jogo de cintura* em se adaptar aos imprevistos; o adeus às correrias, ansiedades e estresses; a redução das tensões físicas e emocionais; a primazia do mentalsoma sobre o psicossoma, sem repressões emocionais; a desdramatização na revisão e adequação do rol de autocompromissos, quando necessário; os *feedbacks* da dupla evolutiva contribuindo para o pragmatismo na confecção da agenda proexológica; a diminuição dos contrafluxos; a paradiplomacia de saber dizer *não*, evitando perdas homéricas de tempo; as minidissidências impossibilitando o cumprimento da agenda maxiproexológica; os desvios proexológicos amputando o completismo existencial; a teimosia e a preguiça ceifando as possibilidades de reciclagem íntima; o ato sábio de ir no contrafluxo da mesologia ainda dominante; a listagem técnica e a autapropriação dos autotrafores preparando o terreno pró-autodesassédio; a sistematização de ações pró-qualificação dos veículos de manifestação; a atuação enquanto representante exemplarista do grupo extrafísico pré-ressomático; o planejamento detalhado pró-lucidez projetiva; o diário projeciográfico e projeciocrítico; os autocuidados holossomáticos enraizados na rotina pessoal; o poder da vontade; as otimizações na busca pela magnoproéxis.

Parafatologia: a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; os trabalhos energéticos ostensivos antes da elaboração da agenda mentalsomática; a soltura do energossoma; o plano estratégico pró-descoincidência energética salutares; a energossomaticidade vivenciada momento após momento; o circuito corono-frontochakra; os compromissos assumidos no *Curso Intermisso* (CI); o cipriene servindo de sinalizador homeostático da assertividade evolutiva; a tenepes sendo ferramenta desassediadora pró-continuísmo evolutivo; a ofiex; a semiconsciexialidade.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo energossoma-mentalsoma*; o *sinergismo vontade-resolutividade*.

Principiologia: o *princípio de não deixar para daqui a pouco o possível de ser feito agora*.

Codigologia: o *código pessoal de Cosmoética* (CPC) direcionado a antiprocrastinação.

Teoriologia: a *teoria de causa e efeito*; a *teoria da autoconsciencioterapia*.

Tecnologia: a *técnica da autorreflexão de 5 horas* contribuindo para o ajuste do ponteiro da cronêmica evolutiva; as *técnicas projetivas* definidas e aplicadas dia após dia.

Voluntariologia: a constância no *voluntariado conscienciológico* fomentando o complexis.

Laboratoriologia: o laboratório conscienciológico da Autamentalsomatologia; o laboratório conscienciológico da Autorganizaciologia; o laboratório conscienciológico da Autodespertologia.

Colegiologia: o Colégio Invisível da Energossomatologia; o Colégio Invisível da Evoluçologia.

Efeitologia: o efeito halo reciclogênico da organização; o efeito autodesassediador da voliciolina aplicada à vida pessoal; o efeito da atividade física na otimização mentalsomática; o efeito da afetividade sadia no desbloqueio mentalsomático; o efeito do domínio do EV no desassédio mentalsomático; o efeito da escrita cotidiana na qualificação mentalsomática; o efeito da mentalsomaticidade na homeostase holossomática.

Neossinapsologia: a menos-valia bloqueando as neossinapses e paraneossinapses na elaboração minuciosa da agenda mentalsomática.

Ciclogiologia: o ciclo patológico e regressista da desorganização; o ciclo virtuoso da consciência disciplinada.

Enumerologia: o calendário; a planilha; o diário; a tabela; a pontualidade; o exemplarismo; o autodesassédio. O posicionamento evolutivo; a listagem técnica; a vontade aplicada; a programação blindada; a agenda cumprida; o dia matemático; a rotina útil.

Binomiologia: o binômio autocrítica-assertividade.

Interaciologia: a interação megafoco-resultado; a interação paraperceptibilidade vivenciada—visionarismo evolutivo.

Crescendologia: o crescendo da autestima; o crescendo da autoconfiança; o crescendo da imperturbabilidade; o crescendo da energossomaticidade; o crescendo do relaxamento holossomático; o crescendo da autoconscientização multidimensional; o crescendo na escala evolutiva das consciências.

Trinomiologia: o trinômio planificação evolutiva—economia de erros—completismo existencial.

Polinomiologia: o polinômio decisão-vontade-organização-continuismo-superação.

Antagonismologia: o antagonismo perda de tempo / otimização do tempo; o antagonismo autotrafarismo / autotrafarismo; o antagonismo transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) / detalhismo.

Paradoxologia: o paradoxo de a agenda mentalsomática lúcida reservar valioso espaço para as ações pró-afetividade sadia.

Politicologia: a autocracia.

Legislogia: a lei do maior esforço aplicada à manutenção das ações evolutivas predeterminadas.

Filiologia: a autocríticofilia; a cogniciofilia; a cosmoeticofilia; a coerenciofilia; a reciclofilia; a amparofilia; a despertofilia.

Fobiologia: a atelofobia; o medo de assumir os trafores.

Sindromologia: a síndrome do bonzinho; a síndrome da procrastinação.

Maniologia: a mania de agradar deixada no passado; o abandono da mania de se tapear; a superação da mania de “tapar os olhos com a peneira”; a erradicação da mania dos autobicoites; a profilaxia da mania de se considerar sem merecimento; o corte da mania da autodesvalorização; a suplantação da mania de desorganização.

Mitologia: o mito de poder ser completista sem organização.

Holotecologia: a evolucioteca; a energoteca; a autopesquisoteca; a traforoteca; a proexoteca; a projecioteca; a consciencioterapeuticoteca.

Interdisciplinologia: a Evoluçologia; a Autorganizaciologia; a Mentalsomatologia; a Energossomatologia; a Autodiscernimentologia; a Cronologia; a Autopriorologia; a Proexologia; a Interassistenciologia; a Despertologia; a Holomaturologia.

IV. Perfilologia

Elencologia: a conscin voliciolínica; a conscin disciplinada; a conscin pontual; a conscin responsável; a conscin traforista; a conscin atacadista; a conscin exemplarista; o ser desperto; o ser interassistencial; a conscin cosmovisiológica.

Masculinologia: o organizado; o exemplarista; o homem de ação; o voluntário; o escritor; o conscienciômetra; o tenepessista; o projetor consciente; o ofiexista; o evolucionólogo; o completista.

Femininologia: a organizada; a exemplarista; a mulher de ação; a voluntária; a escritora; a conscienciômetra; a tenepessista; a projetora consciente; a ofiexista; a evolucionóloga; a completista.

Hominologia: o *Homo sapiens prioritarius*; o *Homo sapiens autodeterminatus*; o *Homo sapiens energovibratorius*; o *Homo sapiens autocriticus*; o *Homo sapiens parapsychicus*; o *Homo sapiens proexologus*; o *Homo sapiens despertus*; o *Homo sapiens offiexologus*; o *Homo sapiens evolutiologus*; o *Homo sapiens holomaturologus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: agenda mentalsomática *básica* = a planificação do *crescendo interassistencial*, visando a conquista da Tenepessologia e da gesconografia; agenda mentalsomática *intermediária* = a planificação do *crescendo interassistencial*, visando a conquista da desperticidade e da Ofiexologia nesta vida intrafísica; agenda mentalsomática *avançada* = a planificação do *crescendo interassistencial*, visando a conquista da condição de semiconsciex nesta vida intrafísica.

Culturologia: os idiotismos culturais conduzindo a massa impensante ao sonambulismo evolutivo e à Baratrofera; a *cultura do antidesperdício consciencial*; a *cultura antievolutiva de deixar para amanhã ou começar apenas na segunda-feira*; a *cultura da Priorologia*; a *cultura da autossustentabilidade energética*.

Taxologia. Considerando a *Abrangenciologia*, a agenda mentalsomática pode ser classificada em duas categorias:

1. **Estrita:** no *stricto sensu*, a confecção da agenda mentalsomática engloba as ações priorizando a otimização do veículo das ideias.
2. **Expandida:** no *lato sensu*, a agenda mentalsomática contempla, além da qualificação do veículo das ideias, a superintendência do mentalsoma sobre as demais agendas evolutivas, considerando a Holossomatologia, Projeciologia, Recinologia e Proexologia, dentre outras.

Interconexão. Inexiste a possibilidade de a agenda mentalsomática qualificada não abarcar os demais corpos de manifestação consciencial, devido às interrelações entre eles. Qualquer minidesarmonia em determinado veículo repercute nos demais.

Proexologia. A conscin pode escolher *pensar grande* ou *pequeno* frente às perspectivas autevolutivas. Quando sequer vislumbra alcançar determinado patamar evolutivo, a conscin se distancia da possibilidade de conquistá-lo.

Compléxis. Sob a ótica da *Evoluciologia*, eis, por exemplo, em ordem alfabética, 10 metas evolutivas passíveis de serem conquistadas a partir da planificação da agenda mentalsomática seguidas de perguntas reflexivas:

01. **Cosmoeticidade.** *Você considera* a reeducação de pensamentos e comportamentos patológicos, impeditivos da imperturbabilidade? Utiliza o CPC há quanto tempo?

02. **Desperticidade.** *Você considera se tornar desassediado permanente total em qual intervalo de tempo?*

03. **Energossomaticidade.** *Você considera o domínio da descoincidência vígil, do estado vibracional, da iscagem lúcida e das demais manobras energéticas?*

04. **Gesconografia.** *Você considera ser enciclopedista veterano e autor de megagescons?*

05. **Interassistencialidade.** *Você considera o crescendo de auto e heteramparabilidade? Ainda antagoniza contra alguma consciência intra ou extrafísica e comete o erro básico de pensar ou falar mal de si ou do compassageiro evolutivo?*

06. **Ofiexialidade.** *Você considera a adoção de condutas pró-ofiex, ao modo da projetabilidade lúcida e do fraternismo teático?*

07. **Paraperceptibilidade.** *Você considera o desenvolvimento parapsíquico, a partir de quais ações práticas aplicadas, dia após dia? Quantas sinaléticas parapsíquicas já identificou?*

08. **Psicossomaticidade.** *Você considera a remissão de quaisquer nós emocionais regressivos e impeditivos das mudanças de patamar evolutivo?*

09. **Semiconsciexialidade.** *Você considera alcançar a condição de semiconsciex nesta vida?*

10. **Tenepes.** *Você considera a aplicação da técnica das técnicas de modo vitalício?*

Evitaciologia. Quem não tem lucidez sobre os próximos passos evolutivos, vive a vida intrafísica vazia, sendo candidato aos arrependimentos e à melancolia intra e extrafísica.

Profilaxiologia. Considerando a *Mentalsomatologia*, eis, dispostos em ordem alfabética, 11 parâmetros otimizadores da agenda mentalsomática:

01. **Autoconscienciometrologia.** Vem medindo com sapiência e realismo a condição evolutiva pessoal? Quantas vezes revisitou pacientemente o conscienciograma? *Quem não analisa sabiamente os fatos e parafatos da vida diária, tende a assumir a posição de guia amaurótico de si próprio.*

02. **Autoconsciencioterapeuticologia.** Vem investindo na autoinvestigação, autodiagnóstico, autenfrentamento e autossuperação técnica das imaturidades pessoais? *A ignorância sobre si própria mantém a conscin nos últimos lugares na fila do autodesassédio mentalsomático.*

03. **Autopesquisologia.** Qual a quantidade de horas investidas na autopesquisa nos últimos 365 dias? *Quem não faz o dever de casa, não tem como passar de patamar evolutivo.*

04. **Balançologia.** Você faz balanços existenciais autevolutivos com o intuito de confirmar, a partir de indicadores pré-determinados, se permanece na rota mentalsomática definida? *A bússola intraconsciencial precisa de conferência de tempo em tempo.*

05. **Estudologia.** Você prioriza os cursos tarísticos relacionados ao momento evolutivo pessoal ou faz cursos e mais cursos sem aplicabilidade teática? *Quantidade não significa autorreciclagem.*

06. **Gesconologia.** Você planifica a escrita de quantas linhas por dia? *Os resultados das priorizações sempre se fazem presentes logo ali no futuro.*

07. **Laboratoriologia.** Quantos laboratórios conscienciológicos de autopesquisa você programa ao longo do ano, com temática pré-definida? *Existem aportes desaproveitados.*

08. **Leiturologia.** Quanto tempo você separa para a leitura diária? Apropriou-se do conhecimento de quantos livros no ano passado? *Quem não nutre o cérebro, fica desnutrido de conhecimentos libertários.*

09. **Megafocologia.** Você tem clareza dos objetivos a serem alcançados ao término dessa vida intrafísica? *É inteligente cultivar o antidesperdício consciencial.*

10. **Reflexiologia.** Você sistematiza os tópicos prioritários das autorreflexões libertárias? Quanto tempo dedica à autorreflexão a cada mês? *Quem não reflete, impossibilita a si próprio de pensar grande.*

11. **Tecnologia.** Você averigua, de modo detalhista, as melhores técnicas a serem colocadas em prática diante da realidade evolutiva pessoal? *A autoliderança começa com a conscin pensenizando holocarmicamente, com os próprios neurônios.*

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

01. **Agenda cheia ectópica:** Autopriorologia; Nosográfico.
02. **Agenda holossomática:** Proexologia; Homeostático.
03. **Ambição cosmoética:** Cosmoeticologia; Homeostático.
04. **Ampulheta consciencial:** Cronoevoluciologia; Neutro.
05. **Antiprocrastinação:** Autodiscernimentologia; Homeostático.
06. **Autorganização proexogênica:** Antidesviologia; Homeostático.
07. **Autorreflexão de 5 horas:** Autoconscienciometrologia; Homeostático.
08. **Benefício da autorganização:** Organizaciologia; Homeostático.
09. **Conscienciocentragem:** Parapercucienciologia; Homeostático.
10. **Inteligência evolutiva:** Autevoluciologia; Homeostático.
11. **Magnificação mentalsomática:** Cosmovisiologia; Homeostático.
12. **Magnoproéxis:** Magnoproexologia; Homeostático.
13. **Megafeito do minifeito diário:** Voliciologia; Neutro.
14. **Omniexpectativa:** Cosmovisiologia; Neutro.
15. **Técnica de autorganização:** Autorganizaciologia; Homeostático.

A AGENDA MENTALSOMÁTICA, QUANDO IMPLEMENTADA, PROPICIA MUDANÇAS DE PATAMAR AUTEVOLUTIVO, PODENDO VIABILIZAR O DOMÍNIO ENERGÉTICO, A DESPERTICIDADE, A CONQUISTA DA OFIEX E O COMPLÉXIS.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, tem bem delineada a agenda mentalsomática pessoal? Tem conseguido aplicar a voliciolina às ações evolutivas predeterminadas? Vem fomentando a ambição evolutiva salutar pró-compléxis, ou conservando o horizonte de autoconquistas curto?

Bibliografia Específica:

1. Emmett, Rita; *Não deixe para Depois o que Você pode Fazer Agora (The Procrastinator's Handbook)*; revisores Luiz Américo Costa; Masé Sant'Anna; & Sérgio Bellinello Soares; trad. Vera Whately; 110 p.; 3 partes; 10 caps.; 2 E-mails; 21 x 14 cm; br.; Sextante; Rio de Janeiro, RJ; 2008; páginas 12 a 110.
2. Keller, Gary; & Papasan, Jay; *A Única Coisa: O Foco pode Trazer Resultados Extraordinários para a sua Vida (The One Thing: the surprisingly simple truth behind extraordinary results)*; revisora Tássia Carvalho; trad. Caio Pereira; 207 p.; 3 partes; 18 caps.; 1 E-mail; 23 x 16 cm; br.; Novo Século; São Paulo, SP; 2014; páginas 10 a 199.
3. Manfroí, Eliana; *Antidesperdício Consciencial: Escolhas Evolutivas na Era da Fartura*; pref. Mabel Telles; revisoras Cathia Caporali; et al.; 230 p.; 3 seções; 21 caps.; 22 citações; 2 E-mails; 41 enus.; 1 foto; 1 microbiografia; 1 tab.; 4 testes; 30 notas; 25 websites; 104 refs.; 2 webgrafias; 1 anexo; 2 apênds; alf.; geo.; ono.; 23 x 16 cm; enc.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2017; páginas 21 a 173.
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 984 a 988.
5. Idem; *Léxico de Ortopensatas*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; CEAEC; & EDITARES; 3 Vols.; 2.084 p.; Vols. I e III; 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 69, 280 e 1.645.

L. R.