

Adriana Kauati

DEFINIÇÕES

Autopesquisa. Segundo Vieira (2003, p. 1.095), tem-se a seguinte definição:

A autopesquisa é o estudo de si mesmo com todas as conseqüências evolutivas daí advindas, onde o pesquisador, homem ou mulher, é, ao mesmo tempo, o objeto, o experimentador, o sujeito, a autocobaia voluntária e o campo de pesquisa, sendo, em tese, sempre evolutivo e cosmoético.

Enciclopédia. Tendo sido definido o termo autopesquisa para *Enciclopédia da Conscienciologia* por Kauati (2022) como:

A autopesquisa é o estudo ou pesquisa da própria consciência, por si e de si mesma, com 1% de teoria e 99% de prática, utilizando-se de técnicas e instrumentos disponíveis no microuniverso consciencial e no Cosmos, no qual é observadora, investigadora, cobaia, agente e participante dos próprios experimentos visando a autevolução.

Evolução. Observa-se nas definições o papel da autopesquisa para a evolução pessoal e, dessa maneira, nada mais natural ser a publicação dos achados importante assistência tarística, e portanto, valiosa a gesconografia autopesquisística.

A gesconografia autopesquisística é a produção grafopensênica desenvolvida a partir da pesquisa sobre si mesmo, do próprio autor ou autora, expondo o labcon pessoal de modo direto ou indireto, proporcionando a auto e heterassistência tarística (Kauati, 2022).

TECNICIDADE CONSCIENCIOLÓGICA

Tecnicidade. Considerando que o exemplarismo pessoal qualifica a tares, a gescongráfica resultante das autopesquisas tem um grande potencial assistencial, entretanto, além da heteroassistência, a escrita assiste primeiro a própria consciência autora. Assim, ressaltam-se duas técnicas otimizadoras:

A técnica da gescon autodesassediadora é a redação de livro conscienciológico abordando a pesquisa do automegatrafar, tema prioritário para o autor, escolhido com autodiscernimento para potencializar ao máximo o autodesasédio e as autorreciclagens no momento evolutivo (Haymann, 2012, p. 8).

A técnica da produção gesconográfica autocientífica consiste na autopesquisa realizada com rigor metodológico, a partir do uso de técnicas, concomitantemente à escrita, no paradigma consciencial, de artigo, ver-

bete da Enciclopédia da Conscienciologia ou livro sobre a temática investigada, objetivando a reciclagem intraconscional (Kauati, 2022a, p. 81).

Procedimento. Levando-se em consideração as duas técnicas citadas e a utilização inteligente do recurso da escrita de livros tarísticos, a autopesquisa pode ser otimizada em 8 passos, apresentados em ordem didática (Kauati, 2022):

1. **Tema.** Escolha de tema de autopesquisa igual ao do livro a ser escrito, que pode ser identificativa¹ ou reciclogênica².
2. **Estudo.** Pesquisa bibliográfica e estudo teórico para compreender melhor o assunto.
3. **Redação 1.** Escrita da teoria e das referências estudadas para auxiliar na melhoria da cognição sobre o assunto e o esclarecimento de consciexes.
4. **Planejamento.** Escolhas e planejamento de aplicação de técnicas e instrumentos autopesquisísticos, com paratecnogenia se necessário.
5. **Redação 2.** Escrita sobre as técnicas e instrumentos autopesquisísticos escolhidos, definir e descrever adequadamente, auxilia o próprio autopesquisador a compreender os recursos a serem utilizados.
6. **Experimento.** Realização dos experimentos.
7. **Redação 3.** Escrita explicando os experimentos e os resultados alcançados.
8. **Encerramento.** Finalização da obra.

Dinamismo. Obviamente o processo de escrita é dinâmico. Os estudos, os autoexperimentos e as redações vão acontecendo de acordo com a necessidade do autor-autopesquisador.

Otimização. A escrita concomitante ao processo de autopesquisa é otimizada no mínimo, pelos 5 motivos apresentados a seguir, em ordem alfabética:

1. **Assistência.** O próprio processo da escrita assiste inúmeras consciexes.
2. **Autesclarecimento.** A necessidade de escrever de modo claro para terceiros faz com que o autor-autopesquisador perceba se realmente compreendeu a teoria e a prática dos autexperimentos. Esse exercício favorece, também, o autesclarecimento.
3. **Organização.** A escrita promove a organização dos pensenes.
4. **Paratecnogenia**³. Ao descrever vivências, o autor-autopesquisador pode perceber que é possível criar uma técnica.
5. **Qualificação.** A descrição de técnicas e métodos podem auxiliar o próprio autor-autopesquisador a qualificar o processo de estudar a si mesmo, por exemplo, pode haver percepção de que a técnica criada pode ser otimizada.

1 “A *autopesquisa identificativa* é o estudo de si mesmo, buscando investigar, avaliar ou mensurar facetas da manifestação pessoal realizando anamnese consciencial, a fim de se conhecer ou promover aprofundamento quanto à própria intraconsciencialidade” (Kauati, Nahas & Oliveira, 2022, p. 141).

2 “A *autopesquisa reciclogênica* é o estudo de si mesmo, buscando qualificar, retificar ou superar determinada nuança da manifestação pessoal a fim de efetivar autorrenovações, promover ou sustentar neopadrão pensênico” (Kauati, Nahas & Oliveira, 2022, p. 142).

3 “A paratecnogenia é o ato, efeito ou processo de criar paratecnicas, ou técnicas conscienciológicas multidimensionais, para dinamizar a evolução consciencial” (Kauati, Nachbar e Quites, 2013, p. 230).

Autocientificidade. A autopesquisa é qualificada através da autocientificidade, em que a tecnicidade e o método são fatores importantes, conforme definição.

A autocientificidade é a qualidade do autoconhecimento e do modo sistemático e teático de adquiri-lo, sem crenças ou dogmatismos, obtido pela investigação contínua da própria consciência, com enfoque multidimensional, multiveicular, multiexistencial, cosmoético e pró-evolutivo, utilizando técnicas autopesquisísticas e conscienciométricas com rigor metodológico (Kauati, 2013, p. 2.557).

Qualificação. Considerando a autocientificidade e a qualificação da tares, a gescon gráfica autopesquisística deverá apresentar, por exemplo, 7 itens listados em ordem lógica:

1. **Teática.** Exemplos teáticos.
2. **Tecnicidade.** Descrição das técnicas e métodos utilizados.
3. **Teoria.** Teoria embasadora dos autexperimentos.
4. **Autexperimentação.** Experimentos realizados.
5. **Parapsiquismo.** Não só fatos, mas também parafatos.
6. **Resultados.** Resultados da autopesquisa e análises.
7. **Referências.** Referências bibliográficas.

Exemplarismo. O exemplo pessoal qualifica a obra, em especial pela energia teática.

Técnicas. A descrição das técnicas utilizadas é um ponto importante da gesconografia autopesquisística, pois qualifica a assistência quando se expõe o modo otimizado de realizar algo, assim sugere-se se inspirar na chapa do *Thesaurus de Técnicas Conscienciológicas* (https://www.icge.org.br/?page_id=4772) para descrever adequadamente e recomenda-se a leitura do artigo *Técnicas Conscienciológicas: da Criação à Descrição Adequada* (Kauati & Pigozzo, 2020).

Conceitos. A teoria envolvida na pesquisa é necessária em qualquer ciência, principalmente devido à ampliação da cognição, possibilitando que soluções possam ser propostas pela análise, por exemplo, a *paratecnogenia por análise teórica*⁴.

Experimentos. Expor os autexperimentos realizados, apresentando as técnicas⁵ e instrumentos autopesquisísticos⁶ utilizados é excelente recurso tarístico, pois possibilita ao leitor repetir.

Paradigma. Considerando a Conscienciologia, o paradigma das autopesquisas, é importante apresentar os parafatos e não somente os fatos, sendo um grande desafio a exposição autocientífica das parapercepções.

Análise. As autopesquisas finalizam com análise dos resultados, seja se foram identificados adequadamente ou se houve reciclagem de acordo com o planejado inicialmente. Há também as análises pontuais dos autexperimentos.

Citação. Citar e referenciar é importante, tanto para valorizar os que ajudaram o autor-

⁴ “Fundamenta-se no conhecimento prévio, com base no qual o pesquisador propõe e elabora procedimentos autoaplicáveis com o propósito de vivenciá-los experimentalmente. Nesse caso, parte-se de uma técnica sistematizada teoricamente para buscar a autovivência desejada” (Kauati, Nachbar e Quites, 2013, p. 231).

⁵ “A técnica autopesquisística é a maneira, jeito ou habilidade especial de autopesquisar, dentro do conjunto de regras e pormenores práticos essenciais à consecução aperfeiçoada da pesquisa a si mesmo, exigindo iniciação sistemática nos conhecimentos científicos indispensáveis para resolver metodicamente os problemas intraconscienciais e encontrar para os mesmos a solução adequada” (Kauati, Lima & Pigozzo, 2021, p. 351).

⁶ “Instrumento autopesquisístico é a ferramenta, o aparelho ou o material utilizado para realizar a autopesquisa, sendo os mais usuais as planilhas de registros e análises, além de questionários autoavaliativos” (Kauati, Lima & Pigozzo, 2021, p. 350).

-autopesquisador a construir a cognição sobre o assunto, quanto por ser ato cosmoético atribuir o crédito a quem teve a ideia. Além disso, a referência adequada auxilia o leitor a encontrar o texto original caso deseje aprofundar os estudos.

CASUÍSTICA

Exemplo. Um exemplo de gescon gráfica autopesquisística elaborada por esta autora através da técnica da produção gesconográfica autocientífica é o livro *Síndrome do Impostor: Superação pela Autocientificidade*, publicado em 2017, no qual apresenta o estudo de si mesma realizado para autossuperação da referida síndrome, tendo sido escrito ao mesmo tempo em que a autopesquisa estava sendo realizada.

Teoria. O livro mencionado inicia com conceitos teóricos gerais necessários para o melhor entendimento da obra, visando com isso assistir pessoas com pouco conhecimento de Conscienciologia, conforme se observa na Figura 1. Em seguida apresenta-se, em duas partes Figuras 2 e 3, o estudo teórico sobre a *Síndrome do Impostor*, visando ampliar a cognição sobre o assunto.

Experimentação. Após descrição teórica necessária para melhor compreensão sobre o assunto, apresenta-se a parte experimental da autopesquisa identificativa para mapear os traços pessoais, conforme Figura 4. Depois, tem-se a autopesquisa reciclogênica, quando técnicas são aplicadas para autossuperação, como se pode observar na Figura 5.

Figura 1. Sumário – Parte I PARTE I A CIÊNCIA CONSCIENCIOLOGIA

1. Conscienciologia	21
2. Autoexperimentologia.....	28
3. Autocientificidade	34
4. Consciencimetrologia	40
5. Autopesquisologia	47
6. Autoconsciencioterapia.....	54

Figura 2. Sumário – Parte II PARTE II A SÍNDROME DO IMPOSTOR

7. <i>Síndrome do Impostor</i>	59
8. Autoavaliação da <i>Síndrome do Impostor</i>	71
9. Autobanalização dos Traços.....	75
10. Dificultadores da Assunção de Traços	80
11. Falsos ganhos.....	84
12. Mesologia.....	87
13. Religiosidade	94
14. Valor Existencial Ectópico.....	100
15. Distorção Cognitiva	106

Figura 3. Sumário – Parte III

**PARTE III
AS COMORBIDADES**

16. Comorbidades da <i>Síndrome do Impostor</i>	115
17. Síndrome do Trafarismo.....	119
18. Síndrome do Ansiosismo.....	128
19. Síndrome do Infantilismo	135
20. Síndrome da Ectopia Afetiva (SEA)	142
21. Depressão.....	146

Figura 4. Sumário – Parte IV

**PARTE IV
A CONSCIENCIOMETRIA**

22. Técnica da Autoenumeração dos Trafôres.....	155
23. Técnica da Solicitação de Heterocríticas	159
24. Análise Rápida da Consciência	165
25. Autobiografia Técnica	169
26. Técnica da Conscin-cobaia-voluntária.....	174
27. Síntese Conscienciométrica dos Trafôres.....	181

Figura 5. Sumário – Parte V

**PARTE V
AUTOSSUPERAÇÃO**

28. Reestruturação Pensênica	189
29. Técnica de Autossuperação da <i>Síndrome do Impostor</i>	192
30. Técnica da Carta de Autorresgate	198
31. Reciclagem Intraconscienical (recin)	204
Argumentações Finais.....	207

Casísticas. Quando possível, esta autora trouxe no livro as autexperimentações apresentadas de modo resumido, em 7 etapas:

1. **Objetivo.** O objetivo a ser alcançado com o experimento.
2. **Hipótese.** A hipótese da autopesquisa.
3. **Método.** O método autopesquisístico utilizado.
4. **Experimento.** A descrição do experimento, apresentando as técnicas e instrumentos utilizados.

5. **Resultados.** Os resultados alcançados com os autexperimentos.
6. **Autorreflexão.** A autoanálise da experimentação e dos resultados alcançados.
7. **Autoverpon**⁷. A verdade relativa de ponta sobre si, se chegou a alguma. Pode também finalizar o texto trazendo nova hipótese ou concluindo que novos experimentos são necessários.

Produtos. Durante a escrita do livro, ocorre assistência a inúmeras consciências, além de ser possível gerar subprodutos auxiliares na qualificação da gescon. Relacionados mais diretamente à temática do livro *Síndrome do Impostor*, foram gerados 3 subprodutos em ordem alfabética:

1. **Artigo:** *Síndrome do Impostor e a Vida Acadêmica* (Kauati, 2013).
2. **Curso:** *Profilaxia e Superação da Síndrome do Impostor*, em 2014, no Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC).
3. **Verbete:** *Síndrome do Impostor* (Kauati, 2018), defendido em 28.10.2012.

Curso-livro. Para o livro apresentado enquanto exemplo, o curso-livro foi feito depois do lançamento da obra.

ARGUMENTAÇÕES FINAIS

Potencialização. A escrita de gescon autopesquisística potencializa tanto o estudo de si mesmo quanto a assistência pela energia teática do autor, sendo inteligente o uso deste recurso.

Publicação. Após a escrita, a decisão de publicar o livro depende do quanto o autor já pode assistir outras consciências e o quanto está disposto a se expor. É válido lembrar que o processo editorial demora vários meses, portanto, a autopesquisa do tema da publicação pode continuar neste período, principalmente nas fases de parecer e revisões.

Interassistência. Ressalta-se a importância de não perder o *timing* da assistência com postergações por inseguranças. A espera de 100% da autopesquisa finalizada, com as recins totalmente realizadas, pode levar o autor ao incomplicis.

***GESCONOGRAFIA AUTOPESQUISÍSTICA É RECURSO INCALCULÁVEL
PARA ACELERAÇÃO EVOLUTIVA POR MEIO DA AUTO E HETERO-
ASSISTÊNCIA TARÍSTICA. É INTELIGENTE O USO DESSA FERRAMENTA
REALIZANDO A ESCRITA E A AUTOPESQUISA DE MODO SÍNCRONO.***

⁷ “A *autoverpon* é o neopensene sobre si mesmo, indubitável para a própria conscin, segundo o princípio da descrença, obtida por intermédio das pesquisas da Conscienciologia, podendo mudar a qualquer momento devido ao surgimento de novos fatos, parafatos ou ideias” (Kauati, 2022a, p. 195).

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

01. **Haymann**, Maximiliano; *Técnica da Gescon Autodesassediadora*; *Scriptor*; Revista; Anuário; Ano 3; N. 3; 2 enus.; 1 microbiografia; 4 refs.; *Associação Internacional de Escritores da Conscienciologia* (UNIESCON); Foz do Iguaçu, PR; 2012; página 8.
02. **Kauati**, Adriana; *Autocientificidade e Síndrome do Impostor*; verbetes; In: **Vieira**, Waldo; Org.; *Enciclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 4 e 25; 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; ISBN 978-85-8477-118-9; páginas 2.557 a 2.562 e 20.680 a 20.684.
03. **Idem**; *Síndrome do Impostor e a Vida Acadêmica*; Artigo; *Interparadigmas: A Revista de Doutores da Conscienciologia*; Anuário; Ano 1; N. 1; 1 E-mail; 22 enus.; 1 minicurriculo; 33 refs.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2013; páginas 75 a 88.
04. **Idem**; *Síndrome do Impostor: Superação pela Autocientificidade*; pref. Alzira Gesing; 246 p.; 5 partes; 31 caps.; 209 enus.; 3 esquemas; 1 fluxograma; 5 ilus.; 7 tabs.; 3 filmes; 112 refs.; 9 webgrafias; alf.; ono.; 22,5 x 16 cm; br.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2017; páginas 1 a 226.
05. **Idem**; *Tecnicidade Conscienciológica: Qualificadora da Autocientificidade e Potencializadora da Evolução*; pref. Flávio Buononato; 342 p.; 6 partes; 47 caps.; 1 diagrama; 1 E-mail; 273 enus.; 5 fluxogramas; 1 ilus.; 63 notas; 9 siglas; 27 tabs.; 9 anexos; 8 filmes; 82 refs.; 10 técnicas; 4 webgrafias; alf.; ono.; 24 x 17 cm; br.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2022a; página 81 e 195.
06. **Kauati**, Adriana; **Lima**, Andrêssa; & **Pigozzo**, Elizabeth; *Aspectos Práticos da Interdisciplinaridade na Autopesquisologia*; Artigo; *VIII Semana Paracientífica da Conscienciologia*; Foz do Iguaçu, PR; 19-25.07.21; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 25; N. 3; Seção *Artigo Original*; 13 citações; 1 E-mail; 11 enus.; 3 microbiografias; 3 siglas; 1 tab.; 17 refs.; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia*; Foz do Iguaçu, PR; Julho-Setembro, 2021; páginas 346 a 357.
07. **Kauati**, Adriana; **Nachbar**, Marcelo; & **Quitês**, André; *Paratecnogenia Aplicada à Autopesquisa*; Artigo; *Anais do II Congresso Internacional de Autopesquisologia*; Foz do Iguaçu, PR; 15-17.11.13; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 17; N. 2; Seção *Artigo Original*; 3 E-mails; 10 enus.; 1 fluxograma; 4 gráfs.; 3 microbiografias; 4 siglas; 5 tabs.; 12 refs.; 1 webgrafia; Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; Abril-Junho, 2013; páginas 228 a 237.
08. **Kauati**, Adriana; **Nahas**, Jacqueline; & **Oliveira**, Nilse; *Bases Estruturantes da Especialidade Autopesquisologia: Estudo Exploratório*; Artigo; *IX Semana Paracientífica da Conscienciologia*; Foz do Iguaçu, PR; 18-24.07.22; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 26; N. 2; Seção *Artigo Original*; 1 E-mail; 12 enus.; 3 microbiografias; 5 siglas; 29 refs.; Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; Abril-Junho, 2022; páginas 138 a 147.
09. **Kauati**, Adriana; & **Pigozzo**, Elizabeth; *Técnicas Conscienciológicas: Da Criação à Descrição Adequada*; Artigo; *VII Semana Paracientífica*; Foz do Iguaçu, PR; 20-26.07.20; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 24; N. 2; Seção *Artigo Original*; 2 abrevs.; 15 enus.; 2 tabs.; 1 nota; 9 refs.; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; Abril-Junho, 2020; páginas 237 a 247.
10. **Vieira**, Waldo; *Homo sapiens reurbanisatus*; 1.584 p.; 479 caps.; 40 ilus.; 1 microbiografia; glos. 241 termos; 1 foto; 25 tabs.; 519 enus.; 139 abrevs.; 7.653 refs.; geo.; ono.; alf.; 28,5 x 22 x 7cm; enc.; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2003; páginas 1.095 e 1.096.

WEBGRAFIA

1. **Kauati**, Adriana; *Autopesquisa*; verbete; In: **Vieira**, Waldo; Org.; *Enciclopédia da Conscienciologia*; Verbetes N. 5.966; apresentado no *Tertulium / CEAEC*, Foz do Iguaçu, PR; 05.06.2022; disponível em: <<http://encyclossapiens.space/buscaverbetes>>; acesso em: 18.06.2022; 00h26.

2. **Idem**; *Gesconografia Autopesquisística*; verbete; In: **Vieira**, Waldo; Org.; *Enciclopédia da Conscienciologia*; Verbetes N. 5.973; apresentado no *Tertulium / CEAEC*, Foz do Iguaçu, PR; 12.06.2022; disponível em: <<http://encyclossapiens.space/buscaverbetes>>; acesso em: 18.06.2022; 00h26.



Adriana Kauati é professora universitária, graduada em Engenharia Eletrônica, mestre e doutora em Engenharia Biomédica. Verbetógrafa da *Enciclopédia da Conscienciologia* e autora de diversos artigos científicos. Coautora do livro *Autoverbetes: 101 Verbetógrafos da Enciclopédia da Conscienciologia* (2022) e coautora e coorganizadora do livro *Manual de Leitura Lúcida: Guia Prático para Ler Textos de Diferentes Áreas do Conhecimento* (2021). Autora dos livros *Síndrome do Impostor: Superação pela Autocientificidade* (2017) e *Tecnicidade Conscienciológica: Qualificadora da Autocientificidade e Potencializadora da Evolução* (2022).
E-mail: adrianakauati@ymail.com
