

Resultados Pessoais obtidos no Curso Leitura Lúcida

Personal Results obtained in the Lucid Reading Course

Resultados Personales Obtenidos en el Curso Lectura Lúcida

Andrêssa Castro de Souza Lima*

*Engenheira de Produção. Mestre em Logística. Voluntária do *Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC) e do *Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia* (IIPC).

andressalima09@gmail.com

Palavras-chave

Autopesquisa
Leiturologia
Registro
Seleção
Técnicas

Keywords

Note taking
Readology
Self-research
Selection
Techniques

Palabras-clave

Autoinvestigación
Lecturología
Registro
Selección
Técnicas

Resumo:

Este artigo aborda a experiência da autora durante a participação na 5ª edição do Curso Leitura Lúcida, promovido pelo Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC), por meio de autoavaliação no início e no final do curso. Foram analisadas 11 variáveis de pesquisa e os consequentes resultados práticos: autodesassédio mentalsomático; eliminação de mitos relacionados à Leiturologia; melhora na organização dos saberes; aprendizado de técnicas de leitura e registro; alcance de meta pessoal de leitura; autodiagnóstico da interação leitura-parapsiquismo; inventário dos aportes autorais; qualificação para a escrita; identificação de travões na leitura; autopesquisa; e, autoconfiança. Cada benefício percebido apresenta uma breve descrição seguida das vivências pessoais. Em suma, um convite ao aprimoramento da leitura.

Abstract:

This article discusses the author's experience during the 5th edition of the Lucid Reading Course, promoted by the Center for the Higher Studies of Conscienciology (CEAEC), and is based on self-assessments at the beginning and end of the course. Eleven research variables were analyzed along with these practical results identified: mentalsomatic self-examination; elimination of myths related to Readology; improvement in the organization of knowledge; learning of reading and note taking techniques; achievement of the personal reading goal; self-diagnosis of the reading-parapsychism interaction; inventory of authorial contributions; qualification for writing; identification of impediments to reading; self-research; and, self-confidence. Each perceived benefit presents a brief description followed by personal experiences. In short, this is an invitation to improve one's reading.

Resumen:

Este artículo relata la experiencia de la autora durante la participación en la 5ª edición del Curso Lectura Lúcida, ofrecido por el Centro de Altos Estudios de la Conscienciología (CEAEC), mediante la autoevaluación tanto al comienzo cuanto al final del Curso. Fueron analizados 11 variables de investigación con el consecuente resultado práctico: autodesasedio mentalsomático, eliminación de mitos relacionados a la Lecturología, mejoría en la organización de los saberes, aprendizaje de técnicas de lectura y registro, alcance de la meta personal de lectura, autodiagnóstico de la interacción lectura-parapsiquismo, inventario de los aportes autorales, cualificación para la escritura, identificación de trabas en la lectura, autoinvestigaciones, y autoconfianza. Cada beneficio percibido por la autora, fue presentado en una breve descripción con las vivencias personales obtenidas. En suma, una invitación al perfeccionamiento de la lectura.

Artigo recebido em: 16.11.2017.

Aprovado para publicação em: 11.10.2018.

INTRODUÇÃO

Contextualização. Em dezembro de 2016, esta autora fixou residência na cidade de Foz do Iguaçu (PR). Simultaneamente ao movimento migratório e motivada pela necessidade pessoal de levar a sério a autopesquisa, bem como retomar a escrita conscienciológica, a autora realizou a inscrição na 5ª edição do curso Leitura Lúcida no *Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC), com início em março de 2017.

Esclarecimento. Sob a ótica da *Mentalsomatologia*, eis 5 argumentos, em ordem alfabética, que motivaram a inscrição e participação da autora no curso *Leitura Lúcida*, com temática específica de polimatia e autopesquisa:

1. **Aprendizado.** Aprender novas técnicas de leitura e de registro.
2. **Interesse.** Ampliar a intelectualidade e erudição.
3. **Retomada.** Retomar o hábito e ritmo de leitura.
4. **Seleção.** Selecionar os materiais de leitura, de acordo com a *Autopriorologia*.
5. **Solidez.** Firmar o alicerce do pilar da autopesquisa e da escrita.

Resultados. Ao término do curso, em junho do mesmo ano, a autora pôde perceber que as expectativas iniciais foram satisfeitas e pôde contabilizar resultados práticos alcançados pelo esforço pessoal na realização das atividades propostas.

Objetivo. O objetivo do presente artigo é compartilhar a experiência pessoal e os resultados alcançados a partir da participação desta autora como aluna na 5ª edição do curso *Leitura Lúcida*.

Motivação. A motivação para escrita do presente artigo é decorrente de inspiração quanto à importância do grafopensene dos registros da autopesquisa por mais simples que possa parecer a temática, como por exemplo a leitura lúcida.

Delimitação. Este artigo compreende os benefícios autopesquisísticos alcançados pela autora mediante a realização do curso. Não faz parte do escopo deste artigo o detalhamento de técnicas de leitura, de seleção, de registro, de autorganização e outras correlacionadas. O leitor interessado em aprender tais técnicas poderá encontrar material na bibliografia específica, ao final deste trabalho, ou no próprio curso de *Leitura Lúcida*.

Contribuição. A partir da exposição das vivências pessoais da autora e resultados obtidos no curso, espera-se contribuir para o estudo da especialidade *Leituologia*, notadamente quanto aos efeitos da leitura sob a ótica do paradigma consciencial, ao considerar as variáveis holossomáticas, bioenergéticas, multidimensionais e seriexológicas envolvidas no processo da leitura.

Estrutura. Para exposição dos resultados da pesquisa, este artigo está estruturado nas três seções, descritas a seguir, em ordem de apresentação:

1. **Metodologia.** Apresenta o método e as técnicas de coleta de dados empregados na pesquisa bem como as variáveis a serem analisadas.
2. **Leitura Lúcida.** Define leitura, traz o referencial teórico sobre o tema na Conscienciologia e contextualiza o curso em questão.
3. **Autodesenvolvimento.** Analisa as variáveis, expondo os resultados alcançados e fazendo um cotejo entre o antes e o depois do curso.

I. METODOLOGIA

Metodologia. Foi utilizado nesta autopesquisa o método comparativo, posto que são cotejados a autoavaliação com relação à leitura em dois momentos distintos: no primeiro módulo, em março de 2017 e no último módulo do curso, em junho de 2017.

Método. De acordo com Gil (2012, p. 17), o método comparativo procede pela investigação de indivíduos, classes, fenômenos ou fatos, com vistas a ressaltar as diferenças e similaridades entre eles, separados pelo espaço ou tempo.

Técnica. Uma das técnicas de coleta de dados utilizada para apoiar o método de pesquisa escolhido foi o *selfbrainstorming* realizado na autoanálise nos momentos inicial e final do curso.

“**Selfbrainstorming.** O *selfbrainstorming* é o ensaio mentalsomático de promover a convulsão de ideias pertinentes a determinado tema, problema, hipótese, dilema ou tarefa intelectual, a fim de levantar vertentes, achados alternativas ou neoideias, ampliar a cosmovisão e provocar reciclagens especulativas da pesquisa” (Daou, 2012, p. 283).

Destaques. Além do *selfbrainstorming*, contribuíram para esta pesquisa as técnicas utilizadas no próprio curso e a pesquisa bibliográfica sobre Leituologia. No primeiro módulo, entre as técnicas adotadas destacam-se a cápsula do tempo registrando os objetivos, metas do aluno e o experimento de leitura em campo otimizado com posterior autoavaliação, por meio de questionário com 15 perguntas abertas. No último módulo, destaca-se o teste inventariológico de autopesquisa dos aportes autorais (Manfroi, 2014a, p. 4) e o levantamento das experiências vivenciadas durante o curso.

Variáveis. A partir da aplicação das técnicas, foram levantadas e analisadas 11 variáveis quanto à melhoria no desempenho da leitura lúcida, em ordem de apresentação na seção Resultados:

01. **Autodesassédio.**
02. **Mito.**
03. **Organização.**
04. **Tecnicidade.**
05. **Meta.**
06. **Multidimensionalidade.**
07. **Aporte.**
08. **Escrita.**
09. **Travão.**
10. **Autopesquisa.**
11. **Recin.**

II. LEITURA LÚCIDA

Leitura. Pela definição dicionarística, a leitura é o *ato de apreender o conteúdo de um texto escrito*.

“A *leitura* é a ação, efeito ou o ato mentalsomático de a conscin ler, decifrando os signos gráficos explicitativos e apreendendo o conhecimento do conteúdo do texto escrito a fim de se informar” (Vieira, 2013b, p. 6.513).

Lúcida. A *leitura lúcida* é o ato mentalsomático de apreender o conteúdo de um texto escrito de forma consciente, utilizando a criticidade e a tecnicidade, percebendo também as bioenergias e a multidimensionalidade.

Pesquisa. No âmbito da pesquisa bibliográfica nas publicações conscienciológicas, a partir de busca da raiz da palavra *leitura* em base de dados disponível no site do Instituto Cognopolitano de Geografia e Estatística (ICGE), observou-se a publicação de 17 verbetes na *Enciclopédia da Conscienciologia* (ano-base: 2018), cuja listagem consta no Apêndice deste texto e também foi verificado artigo publicado em revista científica da Conscienciologia (Arakaki, 2013). Tal fato indica que ainda há temas de pesquisa para serem aprofundados concernentes à *Leituologia*.

Proposta. Nesse sentido, em 2014 foi sugerido pelo professor Waldo Vieira (1932-2015), proponente da Conscienciologia, a elaboração de um curso para qualificar e otimizar a leitura, e conseqüentemente, a auto-pesquisa e a produção geconográfica de pesquisadores e interessados em Conscienciologia.

Curso. A 5ª edição do curso Leitura Lúcida foi organizada em 4 módulos com intervalo de 1 mês entre cada encontro, que pode ser tanto presencial ou *on-line* para aqueles que não residem em Foz do Iguaçu.

Aulas. Ao longo dos 4 módulos do curso, foram abordadas temáticas, dentre outras tais como: técnicas de leitura; organização dos saberes; leiturometria; desdramatização de leitura de textos científicos; autociência; e, desassédio mentalsomático.

Atividades. Entre os módulos, o curso conta com atividades diversas, como por exemplo: assistir aulas gravadas sobre técnicas de leitura específicas para diferentes áreas de conhecimento, responder questionários de auto-pesquisa, ler livros indicados. Os alunos contam com o acompanhamento de professores-preceptores e especialistas de diferentes áreas do conhecimento que compartilham suas técnicas de leitura por meio das aulas gravadas disponibilizadas na plataforma de ensino.

Foco. O curso tem por objetivos principais: apresentar ferramentas para a leitura técnica e otimizada; estimular a aquisição de neohábitos de estudos e pesquisa; desenvolver a leiturometria crítica, a motivação para a polimatia e para o autodidatismo; e apresentar recursos para o autodesassédio mentalsomático.

III. AUTODESENVOLVIMENTO

Autodesenvolvimento. Esta seção apresenta o autodesenvolvimento da autora em relação às 11 variáveis de pesquisa, elencadas na seção Metodologia deste artigo, no decorrer do curso avaliando e analisando o desempenho pessoal de leitura lúcida.

Autodesassédio. No decorrer do curso, a autora percebeu maior nível de autodesassédio, especialmente o mentalsomático, notado pelo aumento da cultura geral útil, da capacidade de associação de ideias e do maior período de tempo com retilinearidade pensênica.

Ratificação. No caso da autora, foi ratificada a leitura como uma técnica de autodesassédio empregada intuitivamente desde a infância, possivelmente trazida de existências pretéritas. Após esta descoberta, a autora passou a empregar esta técnica pessoal de autodesassédio de forma lúcida.

Mentalsoma. De acordo com Vieira (2003, p. 432), o desassédio mentalsomático é a eliminação do assédio, quando instalado a partir do traçar mentalsomático, afetando o processo cognitivo e perceptivo da consciência.

Ressalva. Entretanto, é necessário fazer a ressalva de não ser somente o curso Leitura Lúcida responsável pela percepção de maior autodesassédio, pois, no mesmo período de tempo, a autora participou de outros cursos conscienciológicos e iniciou o voluntariado no Holociclo.

Holociclo. Consoante com Arakaki (2004, p. 63 e 64), o Holociclo é o primeiro laboratório de desassédio mentalsomático da Conscienciologia, local onde é possível superar 13 condições nosográficas, como por exemplo, a dispersividade e a mnemossomática patológica, através das tarefas rotineiras de voluntariado: fichamento, revisão, digitação, classificação, dentre outras.

Mitos. Eliminação de 3 mitos relacionados à *Leiturometria*, a saber: o mito de o livro ser objeto sagrado, o qual não se pode escrever ou marcar; o mito da obrigação de ler qualquer livro do início ao fim e de forma profunda e o mito de não poder fazer estoque de livros ainda não lidos.

MITO DE O LIVRO SER OBJETO SAGRADO, O QUAL NÃO SE PODE MARCAR

Sagrado. Até o primeiro módulo do curso, a autora ainda estava acanhada nos escritos e marcações nos próprios livros, pode-se dizer que havia certa consideração do livro como objeto sagrado, o qual não pode ser danificado. Por hipótese, tal crença parece estar relacionada à pensividade religiosa.

Registro. Ao longo das atividades da leitura dos livros recomendados no curso, foi adotada uma notação pessoal de registros, tais como: sublinhamentos a caneta, uso de *post it* colorido para marcação de páginas de acordo com o tema da pesquisa, anotações a caneta nas laterais do texto com códigos e anotações de índices pessoais na contracapa do livro.

Criticidade. De acordo com Manfroi (2014b, p. 6), registrar no texto impresso a própria opinião, revisão, apreciação e relevância do conteúdo constitui fonte de pesquisa qualificada às autogescons.

Técnica. Existem diversas técnicas de registro disponíveis, cabendo ao leitor descobrir aquela mais útil para si.

MITO DE QUE TODO LIVRO DEVE SER LIDO DO INÍCIO AO FIM

Seleção. Um dos professores do curso argumenta que todo livro merece ser lido, nem que seja apenas a capa. Uma das técnicas de leitura utilizada para a seleção dos materiais a serem lidos com maior nível de profundidade e detalhismo é a técnica do aperitivo intelectual.

Aperitivo. Vieira (2013a, p. 827) define o aperitivo intelectual como a técnica de ler as orelhas, o resumo da contracapa, o início da introdução, alguns verbetes do índice remissivo ou o fim de capítulo do livro, ou outro material de leitura, antes de adquirir ou ler de fato, do início ao fim.

Aproveitamento. Para Adler & Doren (2010, p. 61), os livros devem ser lidos com velocidade e aprofundamentos diferentes, em consonância com o aproveitamento e compreensão do leitor. Pode ocorrer de um livro ter apenas um capítulo relevante para a pesquisa, enquanto outro requer que cada folha de conteúdo seja dissecada.

Sensação. Antes do curso, a autora sentia culpa ou derrotismo caso interrompesse a leitura de um livro, mesmo não percebendo utilidade de tal leitura naquele momento evolutivo. Isso acabava desestimulando a leitura de novos materiais.

Aprendizado. A partir do compartilhamento das técnicas de leitura pelos professores do curso, a autora compreendeu o fato de que nem todo livro precisa ser lido com os mesmos níveis de profundidade e detalhamento, eliminando assim o mito de que todo livro precisa ser lido completamente do início ao fim.

MITO DE NÃO PODER FAZER ESTOQUES DE LIVROS NÃO LIDOS

Estoque. Ao longo do curso, esta conscin superou a ideia recorrente, quando visitava livrarias, a de não poder comprar livros, pois havia muitos livros ainda não lidos. Felizmente, a autora iniciou a reserva de leitura sem receios.

Reserva. “A reserva de leitura é o ato ou efeito de reservar, manter armazenado e disponível, com aquisição antecipada de obras, livros, léxicos, revistas, teses e recortes cosmo-gramáticos, mantidos em espaço reservado e de fácil acesso” (Vieira, 2013d, p. 9.490).

Compreensão. A leitura do verbete Reserva de Leitura, bem como a vivência de procurar algum livro para comprar e este ter se esgotado, ajudaram a autora a compreender que esse mito é, na verdade, uma grande bobagem. O mais inteligente ao autopesquisador é adquirir e manter disponível fontes técnicas diversificadas e úteis para a pesquisa.

ORGANIZAÇÃO

Tecas. Como resultado da primeira atividade intermódulos, otimização do escritório pessoal, a autora percebeu melhora na organização dos saberes, notadamente os arquivos físicos de autopesquisa e as pastas no computador. Os livros já se encontravam organizados por *tecas* no início do curso.

Princípio. De acordo com Vieira (2013c, p. 8.843 e 8.845):

O princípio organizador dos saberes é a aplicação técnica do conjunto de abordagens pesquisísticas capazes de constituir o corpo de cognição pessoal, considerando entre outras realidades: a Arquivologia, a Autodidaticologia, a Cosmobiologia, a Holotecologia e a Priorologia.

Físico. Quanto aos arquivos físicos de autopesquisa, a autora optou por usar revisteiros de cor preta para arquivar papéis avulsos em pastas tipo “L”, cadernos e apostilas de curso. Tanto as pastas quanto os revisteiros são etiquetados por assunto. Ao lado da escrivaninha, foi instalado um organizador vertical com 3 divisórias, o qual separa os arquivos em processamento por: trabalho, autopesquisa e pessoal.

Digital. Por sua vez, em relação aos arquivos digitais, a principal providência tomada foi a utilização de aplicativos em nuvem para *backup* dos arquivos. Ressalta-se o fato de a autora já ter perdido arquivos digitais de 5 anos de autopesquisa. Assim, o hábito de fazer *backups* em nuvens evita sofrer novamente a perda indevida de algum arquivo de autopesquisa.

Otimização. Após a organização dos arquivos físicos e digitais, bem como a eliminação de materiais desnecessários, observou-se otimização energética do ambiente, mais propício para o estudo.

Poder. Existem diversas técnicas de organização disponíveis, até profissionais do tipo *personal* especializados no assunto. A autorganização é um dos 3 poderes da consciência, ao lado da vontade e da intenção.

TECNICIDADE

Teática. O curso proporciona o aprendizado e a experimentação de diversas técnicas de leitura. Existem técnicas específicas de acordo com o objetivo da leitura e para cada tipo de texto, por exemplo: leitura de biografias, dicionários, enciclopédias e textos científicos.

Geral. Dentre as técnicas de leitura de textos em geral, a autora considera interessante a técnica SQ3R (*Survey, Question, Read, Recite and Review*), a qual utiliza perguntas durante o processo de leitura e a técnica do Pomodoro. Quanto às técnicas de registro e anotações, a experiência pessoal da autora está descrita na subseção Mito deste artigo.

Valorização. Nem tudo merece ser lido, ou pelo menos, lido com o mesmo nível de profundidade e de tempo (Adler; & Doren, 2010, p. 37). Antes de iniciar uma leitura, é importante saber qual o objetivo e valorizar o tempo disponível do pesquisador. *Tempo é dinheiro*, mas também, *tempo é discernimento*.

Ortopensata. Eis ortopensata relativa ao tema da leitura lúcida:

“Quem lê muito não significa que seja sábio. Quem lê e não anota, perde tempo, oportunidades, vitalidade, energia e esforços. O mais sério não é o ato de ler, mas o ato de **saber ler** com eficácia produtiva. Não adianta ler montanhas de textos desinteressadamente ou de maneira caótica. Há de se ler sempre os textos específicos condicionados ao nosso objetivo intelectual ou pesquisístico” (Vieira, 2014, p. 964-965).

META

Planejamento. No primeiro módulo do curso, cada aluno elabora uma cápsula do tempo pessoal a partir de algumas perguntas, dentre elas, qual meta se espera alcançar ao término do curso. A leitura técnica precisa ser planejada e com objetivos traçados previamente, assim, a leitura técnica pode ser ao mesmo tempo o *trínômio motivação-trabalho-lazer*.

Ação. Ao término do curso, a autora atingiu a meta pessoal estabelecida na cápsula do tempo. Ressalta-se a necessidade de a meta ser ao mesmo tempo desafiadora e factível com a realidade do leitor. Logo, metas pessoais de leitura não devem ser comparadas entre conscins, mas cada leitor precisa procurar superar gradativamente suas próprias metas.

Agenda. Uma técnica para facilitar o alcance da meta é inserir na agenda pessoal um espaço de tempo dedicado à leitura, de preferência diário assim como ocorre com a tenepes. A autora implementou na rotina a leitura na hora antecedente à tenepes.

MULTIDIMENSIONALIDADE

Autodiagnóstico. Durante experimento de leitura realizado no primeiro módulo do curso, esta autora conseguiu identificar que, com frequência, não presta atenção à multidimensionalidade, sinaléticas anímico-parapsíquicas ou inspirações, resultantes da pressa em terminar a leitura e entregar algo no prazo ou mesmo em função da desvalorização das autoparapercepções.

Anotação. Durante o curso, a autora passou a ficar mais atenta durante as leituras, e também a registrar as autoparapercepções inclusive no material de leitura, caso seja de propriedade pessoal.

Interação. A autora começou a perceber a *interação leitura-parapsiquismo* ao parar de tratar as duas habilidades como caixas estanques, pois a leitura e o parapsiquismo são indissociáveis.

APORTE

Aporte. “O *aporte autoral* é o recurso, achega, subsídio, incentivo de natureza diversificada, auferido pela conscin, homem ou mulher, facilitador da produção gesconológica qualificada, notadamente o verbetorado e o autorado conscienciológicos tarísticos” (Manfroi, 2014a, p. 1).

Mapeamento. Durante o curso, a partir do teste disponível no verbete *Aporte Autoral*, da Enciclopédia da Conscienciologia (Manfroi, 2014a, p. 4), a autora mapeou 12 categorias diferentes de incentivos gesconográficos recebidos ao longo da atual ressonância, apresentando em várias categorias mais de 1 aporte diferente.

Inventário. Eis, em ordem alfabética, como resultado do teste do referido verbete, breve resumo do inventário dos aportes autorais recebidos pela autora na atual ressonância:

01. **Amizade:** amigos no período de adolescência afeitos à leitura e ao debate.

02. **Amparo:** inspirações extrafísicas durante a escrita e inspirações para a escrita a partir de vivências energéticas.

03. **Autodidatismo:** na leitura e no aprendizado de matemática.
04. **Biblioteca:** utilização frequente da biblioteca escolar de alto nível.
05. **Convivência:** assinatura de jornais e revistas em casa; debate com adultos.
06. **Educação:** em boas escolas; alguns professores incentivavam a redação, em inglês inclusive.
07. **Grupocarma:** incentivo por parte da família para a leitura; patrocínio ou doação para a formação de biblioteca pessoal infantil.
08. **Mecenato:** recebimento de bolsas de estudo durante toda a vida acadêmica.
09. **Paragenética:** aprendizado da leitura de forma autodidata antes da educação formal.
10. **Preceptoría:** incentivo de professores durante adolescência.
11. **Profissão:** escrita de cartas oficiais, relatórios técnicos e orientação de artigos, mesmo trabalhando na área de Exatas.
12. **Sincronicidade:** a partir da definição do foco da pesquisa, aparecimento de sincronicidades.

Convergência. O levantamento de aportes intelectuais, realizado durante tal curso, indica saldo holocármico positivo no tocante à intelectualidade. Considerando o *binômio aporte-retribuição*, e em convergência com outros cursos conscienciológicos realizados no mesmo período, a autora levantou a hipótese de linha de proéxis pessoal na especialidade da *Grafoassistenciologia*.

ESCRITA

Início. No início do curso, a escrita conscienciológica era um objetivo distante para a autora, pois sentia que faltavam técnicas para tal.

Compreensão. Durante as aulas e também no decorrer na leitura do livro “*Como ler livros*” (Adler; & Doren, 2010), a autora compreendeu o fato de um bom escritor tarístico precisar ser um bom leitor crítico e passou a se motivar para a escrita conscienciológica.

Crescendo. “O *crescendo leitor crítico–escritor tarístico* é a ampliação e progressão do hábito mentalsomático de leitura lúcida, seletiva, técnica e frequente da conscin à prática conscienciográfica esclarecedora, contínua, por meio da publicação de artigos, verbetes e livros” (Manfroi, 2017, p. 1).

Qualificação. Ao aprender técnicas de leitura e registro, o leitor se qualifica e fica mais atilado quanto às diferentes estratégias e técnicas de escrita utilizadas pelos autores e, conseqüentemente, trará reflexos nos textos publicados. Por hipótese, muitas das proéxis dos intermissivistas contêm cláusulas pétreas relativas à escrita tarística.

Passo. Na visão da autora, se inscrever em um curso de leitura pode parecer, equivocadamente à primeira vista, dar um passo atrás. No entanto, pode economizar vários passos à frente, no momento da escrita das *gescons* com foco na tares.

TRAVÃO

Início. No início do curso, a autora identificou travão pessoal em determinados materiais de leitura, notadamente na leitura de textos da área de humanas, em geral.

TED. O curso é complementado com 26 aulas gravadas no estilo TED (*Technology, Entertainment, Design*) versando sobre leituras de materiais de diversas áreas do conhecimento, tais como: dicionários, livros de história, biografias, textos filosóficos, livros de psicologia, saúde e autoajuda.

Indicação. Além disso, uma das indicações de leitura no curso é o livro “*Como Ler Livros*” (Adler; & Doren, 2010, p. 22), que dedica alguns capítulos explicando como ler vários tipos de assunto: obras de referência, livros práticos, literatura imaginativa, livros de ciências e matemática, livros de filosofia e ciências sociais.

Identificação. A partir desses conteúdos, a autora aprendeu técnicas específicas para o estudo do tipo de material o qual apresentava travões e aprendeu a diferenciar uma inépcia de compreensão por parte desta leitora-pesquisadora da dificuldade de exposição do autor, por vezes expressa em prolixidade no texto.

AUTOPESQUISA

Leitura. Para Adler & Doren (2010, p. 35), a arte de ler engloba as seguintes habilidades: observação apurada, memória rápida, imaginação fértil e intelecto treinado para análises e reflexões.

Amparabilidade. Essas habilidades propiciam retilinearidade pensênica e espaço mental livre para amparadores inspirarem ideias ou acessar verpons. Em resumo, favorecem o *trinômio leitura-parapsiquismo-autopesquisa*.

Autorreflexão. A partir das atividades e dos módulos do curso, houve aumento do nível de autorreflexão nas leituras. Por exemplo, a partir de texto sobre leitura crítica, a autora fez um autodiagnóstico da necessidade de conseguir expor sua opinião também na forma oral, lançando como desafio expressar-se no *Círculo Mentalsomático*, atividade regular do CEAEC.

Pensata. Eis ortopensata relativa ao tema:

Autopesquisa. “A autopesquisa deve vir antes, durante e depois das leituras” (Vieira, 2014, p. 965).

RECIN

Insegurança. Ao iniciar o curso, a autora sentia insegurança nas atividades intelectuais, especialmente em áreas diferentes da formação profissional.

Autoconfiança. Em consequência dos 10 resultados anteriores descritos, a autora sente maior autoconfiança quanto à capacidade pessoal de leitura lúcida, independente da área de conhecimento. Saber pesquisar sobre qualquer tema, não tem preço.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Alcance. Pelo exposto, em autoavaliação a autora considera ter alcançado os objetivos que motivaram a inscrição no curso e até extrapolando para os 11 resultados descritos na seção anterior.

Cotejo. A Tabela 1 apresenta um resumo da experiência pessoal por meio de um cotejo entre as autoavaliações no início e no final do curso, utilizando a técnica do *selfbrainstorming*, conforme descrita na seção Metodologia desta pesquisa.

TABELA 1 – COTEJO ENTRE AUTOAVALIAÇÕES

N.	Variável de Pesquisa	Autoavaliação Inicial Módulo 1 (Em 12.03.2017)	Autoavaliação final Módulo 4 (Em 04.06.2017)
01.	Autodesassédio	Busca por habilidades cognitivas e retilinearidade pensênica.	Percepção de maior associação de ideias e retilinearidade pensênica.
02.	Mito	Mito do livro como objeto sagrado, mito de ler o livro todo e mito de não poder fazer reserva de leitura.	Eliminação dos mitos.
03.	Organização	Livros organizados.	Arquivos de autopesquisa físicos e digitais organizados.
04.	Tecnicidade	Leitura sem tecnicidade.	Leitura com tecnicidade.
05.	Meta	Leitura sem metas.	Metas pessoais de leitura.
06.	Multidimensionalidade	Leitura e parapsiquismo dissociado.	<i>Interação leitura-parapsiquismo.</i>
07.	Aporte	Aportes autorais despercebidos.	Inventário de aportes autorais.
08.	Escrita	Objetivo distante.	Motivação para a escrita.
09.	Travão	Dificuldade de leitura de textos na área de humanas.	Aprendizado de técnicas específicas.
10.	Autopesquisa	Leituras mais superficiais.	Leituras com maior autorreflexão.
11.	Recin	Insegurança em atividades intelectuais.	Autoconfiança para estudo em diferentes áreas.

HÁ DE SE CONSIDERAR OS ESFORÇOS NECESSÁRIOS PARA O DESENVOLVIMENTO DA LEITURA LÚCIDA COMO CONTÍNUOS E EM APRIMORAMENTO CONSTANTE NA ROTINA PESSOAL DE AUTOPESQUISA. PODE-SE MELHORAR SEMPRE.

Gratidão. A autora aproveita a oportunidade para grafar os pensenes de gratidão à equipin e equipex do curso *Leitura Lúcida*, sendo este mais um aporte mentalsomático para se contabilizar.

Convite. Considerando os benefícios e os resultados práticos das técnicas, a autora convida as conscins interessadas, pesquisadores e pesquisadoras, a experimentarem a leitura *lúcida, atenta, científica, correta, crítica, produtiva e técnica*. E, também a compartilharem as vantagens hauridas por meio da escrita conscienciológica.

BIBLIOGRAFIA ESPECÍFICA

01. **Adler**, Mortimer J.; & **Doren**, Charles Van; **Como Ler Livros: O Guia Clássico para a Leitura Inteligente** (*How to Read a Book: The Classic Guide to Intelligent Reading*); pref. Jose Monir Nasser; rev. Sheila Tonon Fabre; trad. Edward Horst Wolff; & Pedro Sette-Câmara; 430 p.; 21 caps.; 2 microbiografias; 1 *E-mail*; 1 *website*; 11 citações; 97 enus.; 2 esquemas; 1 fluxograma; 8 testes; 2 apênds.; alf.; 25 x 18 x 3 cm; br.; *É Realizações*; São Paulo, SP; 2010; páginas 22, 35, 37,38, 39, 40 e 61.

02. **Arakaki**, Kátia; **Holociclo: Laboratório do Desassédio Mentalsomático**; Artigo; *Anais da I Jornada da Despertologia*; Foz do Iguaçu, PR; 15-17.07.05; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 8; N. 2; 1 *E-mail*; 21 enus.; 2 notas; 5 refs.; 1 anexo; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; Abril-Junho, 2004; páginas 64 e 65.

03. **Arakaki**, Kátia; *Leitura Técnica para Escrita Conscienciológica*; Artigo; *Revista Scriptor*; Revista; Anuário; Vol. 4; N. 4; 1 citação; 1 *E-mail*; 9 enus.; 1 microbiografia; 13 técnicas; 3 refs.; *União Internacional de Escritores da Conscienciológica* (UNIESCON); Foz do Iguaçu, PR; 2013; páginas 3 a 7.

04. **Daou**, Dulce; *Selfbrainstorming*; In: **Nader**, Rosa; Org; *Manual de Verbetografia da Enciclopédia da Conscienciológica*; apres. Dulce Daou; revisores Ulisses Schlosser; Erotides Louly; & Helena Araujo; 392 p.; 5 seções; 10 caps.; 21 *E-mails*; 464 enus.; 4 fichários; 1 foto; 18 minicurrículos; 9 tabs.; 263 verbetes chaves; 19 websites; 64 refs.; 11 webgrafias; 1 anexo; alf.; 28 x 21 cm; br.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu; 2012; página 283.

05. **Gil**, Antonio Carlos; *Métodos e Técnicas de Pesquisa Social*; 200 p.; 16 caps.; 65 refs.; 6ª Ed.; 5ª reimp.; *Atlas*; São Paulo, SP; 2012; página 17.

06. **Manfro**i, Eliana; *Aporte Autoral*; verbete; In: **Vieira**, Waldo; Org.; *Enciclopédia da Conscienciológica*; verbete N. 3.029 apresentado no *Tertularium* / CEAEC; Foz do Iguaçu, PR; 21.05.14; 2014a; disponível em: <<http://www.tertuliaconscienciológica.org/>>; acesso em: 10.07.17; 22h47.

07. **Idem**; *Leiturofilia Crítica*; verbete; In: **Vieira**, Waldo; Org.; *Enciclopédia da Conscienciológica*; verbete N. 3.175 apresentado no *Tertularium* / CEAEC; Foz do Iguaçu, PR; 14.10.2014; 2014b, disponível em: <<http://www.tertuliaconscienciológica.org/>>; acesso em: 10.07.17; 22h48.

08. **Idem**; *Crescendo Leitor Crítico-Escritor Tarístico*; verbete; In: **Vieira**, Waldo; Org.; *Enciclopédia da Conscienciológica*; verbete N. 4.154 apresentado no *Tertularium* / CEAEC; Foz do Iguaçu, PR; 19.06.17; disponível em: <<http://www.tertuliaconscienciológica.org/>>; acesso em: 10.07.17; 22h52.

09. **Vieira**, Waldo; *Aperitivo Intelectual*; verbete; In: **Vieira**, Waldo; Org.; *Enciclopédia da Conscienciológica Digital*; 11.034 p.; glos. 2.498 termos (verbetes); 192 microbiografias, 147 tabs.; 191 verbetógrafos; 8ª Ed. Digital; Versão 8.00; *Associação Internacional Editares & Associação do Centro de Altos Estudos da Conscienciológica* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2013a; páginas 827 a 831.

10. **Idem**; *Homo sapiens reurbanisatus*; 1.584 p.; 479 caps.; 139 abrevs.; 40 ilus.; 7 índices; 102 sinopses; glos. 241 termos; 7.655 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21 x 7 cm; enc.; 3 Ed. Gratuita; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciológica* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2004; páginas 430 a 433.

11. **Idem**; *Leitura*; verbete; In: **Vieira**, Waldo; Org.; *Enciclopédia da Conscienciológica Digital*; 11.034 p.; glos. 2.498 termos (verbetes); 192 microbiografias, 147 tabs.; 191 verbetógrafos; 8ª Ed. Digital; Versão 8.00; *Associação Internacional Editares*; & *Associação do Centro de Altos Estudos da Conscienciológica* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2013b; páginas 6513 a 6517.

12. **Idem**; *Léxico de Ortopensatas*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 2 Vols.; 1.800 p.; Vols. 1 e 2; 1 *blog*; 652 conceitos analógicos; 22 *E-mails*; 19 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 17 fotos; glos. 6.476 termos; 1. 811 megapensenes tri-vocabulares; 1 microbiografia; 20.800 ortopensatas; 2 tabs.; 120 técnicas lexicográficas; 19 *websites*; 28,5 x 22 x 10 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2014; páginas 964 e 965.

13. **Idem**; *Princípio Organizador dos Saberes*; verbete; In: **Vieira**, Waldo; Org.; *Enciclopédia da Conscienciológica Digital*; 11.034 p.; glos. 2.498 termos (verbetes); 192 microbiografias, 147 tabs.; 191 verbetógrafos; 8ª Ed. Digital; Versão 8.00; *Associação Internacional Editares*; & *Associação do Centro de Altos Estudos da Conscienciológica* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2013c; páginas 8.843 a 8.846.

14. **Idem**; *Reserva de Leitura*; verbete; In: **Vieira**, Waldo; Org.; *Enciclopédia da Conscienciológica Digital*; 11.034 p.; glos. 2.498 termos (verbetes); 192 microbiografias, 147 tabs.; 191 verbetógrafos; 8ª Ed. Digital; Versão 8.00; *Associação Internacional Editares*; & *Associação do Centro de Altos Estudos da Conscienciológica* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2013d; páginas 9490 a 9493.

APÊNDICE 1
LISTAGEM DE VERBETES RELACIONADOS À LEITURA
PUBLICADOS NA ENCICLOPÉDIA DA CONSCIENCILOGIA (ANO BASE: 2018)

Listagem. Eis 17 verbetes relacionados à leitura, com a respectiva especialidade e classificação de acordo com a Tematologia, em ordem de publicação na Enciclopédia da Conscienciologia (Ano-base: 2018):

01. **Leitura Correta** (Cosmovisiologia; Homeostático).
02. **Leitura** (Leituologia; Neutro).
03. **Reserva de Leitura** (Autocogniciologia; Neutro).
04. **Antagonismo Pesquisa / Leitura** (Antipesquisologia; Neutro).
05. **Omnileitura** (Omnileituologia; Neutro).
06. **Interleitura Parapsicosférica** (Interleitura Parapsicosférica; Neutro).
07. **Leitura Antecipada** (Parapropectivologia; Homeostático).
08. **Leitor-Revisor** (Leituologia; Neutro).
09. **Leitura Dialógica** (Comunicologia; Neutro).
10. **Leitura Terapêutica** (Mentalsomatologia; Homeostático).
11. **Leiturofilia Crítica** (Mentalsomatologia; Neutro).
12. **Interação Autor-Leitor** (Comunicologia; Neutro).
13. **Releitura das Obras Conscienciológicas** (Teaticologia; Homeostático).
14. **Público-Leitor Intermisivista** (Conscienciografologia; Neutro).
15. **Crescendo Leitor Crítico–Escritor Tarístico** (Conscienciografologia; Homeostático).
16. **Conscin Leiturofílica** (Autolucidologia; Neutro).
17. **Sinergismo Leitura Lúcida–Comunicação Tarística** (Comunicologia; Homeostático).

