

TR 00-21 LISTAS DE AUTOANÁLISE NÃO BULLBAIT  
TR 00-22 LISTAS DE AUTOANÁLISE BULLBAIT  
Ref: Livro-Auto-Análise  
PAB 46

FATOR-R AO AUDITOR: É muito importante que o auditor tenha uma compreensão total do propósito e técnica do processamento da Autoanálise. Informações sobre isto estão contidas no livro e devem ser cuidadosamente estudadas com particular atenção para a "Secção de Processamento".

ESTES PROCESSOS PREPARAM O CASO DO PC PARA A AUDIÇÃO EM DIANÉTICA: Na audição destas listas o auditor dirige o pc para momentos em que ação teve lugar, não para quando alguém disse que ela teve lugar ou meramente o conceito de que ela aconteceu. OBTENHA A OCORRÊNCIA FÍSICA REAL. De cada vez que pedir ao PC para recordar um incidente de um certo tipo, peça-lhe então, depois de ele ter recordado, para tomar atenção a um certo canal sensorial estava presente durante o momento em que ele o experienciou. O disco circular é fornecido com o propósito de orientar a qual sentido tomar atenção particular. Coloque o disco sobre a pergunta que vai fazer e é pedida a percepção sensorial no topo do disco. Quando passar à próxima pergunta da lista mova o disco para ela e rode-a um sentido no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio de maneira a ter um novo sentido para perguntar.

Quando passar a uma nova página de perguntas no livro volte o disco ao contrário de forma a ter uma nova série de sentidos para perguntar. Se não tiver um disco use os mesmos sentidos que estão escritos no final de cada página e ponha-lhes uma chamada um atrás do outro à medida que avança.

O auditor deve certificar-se de que o PC fala alto das coisas que está a recordar. Um acenar de cabeça ou um "sim" para significar que ele recordou qualquer coisa é insuficiente. Faça-o selecionar um momento real na vida dele pedido pela pergunta. Tente fazê-lo "re-sentir" aquele momento com a percepção pedida pelo disco.

Se o PC acha extremamente difícil recordar-se de qualquer das perguntas nestas listas, salte simplesmente por ela e avance para a pergunta seguinte. pode percorrer uma lista mais de uma vez se o PC não alcançar o EP na primeira vez.

#### PASSOS:

1. Fator-R ao PC- "Vamos agora percorrer as listas de 'Auto Análise' do livro 'Auto Análise' . Pedir-te-ei para recordares incidentes específicos da tua vida. Tenta recordar o momento em que isso aconteceu realmente, e não unicamente o conceito de que isso aconteceu. Quando tiveres recordado conta-me o que foi. Depois eu pedir-te-ei para prestares atenção a uma certa percepção dos sentidos no incidente. Tenta re-sentir esse momento com a percepção pedida."

2. Clarifique as percepções dos sentidos com o PC.

Clarifique "emoção" como aquela emoção que o PC sentiu no momento do incidente.

Clarifique "Intensidade sonora" como a intensidade dos sons vários no incidente .

Clarifique "posição do corpo" como a posição do seu próprio corpo na altura em que o incidente ocorreu.

Clarifique "som" como aqueles sons no incidente.

Clarifique "peso " como o peso das coisas, incluindo a atração da gravidade sobre o PC e o peso de qualquer coisa que ele pudesse na realidade estar a suportar no incidente tal como as suas roupas, uma bola ou qualquer outra coisa que ele estivesse realmente a segurar no momento em que o incidente ocorreu.

Clarifique "movimento pessoal" como o movimento em que o PC estava empenhado no momento em que o incidente ocorreu.

Clarifique "vista" como o que o PC na realidade viu na altura em que o incidente estava a ter lugar.

Clarifique "cheiro" como os odores que estavam presentes durante a cena que ele está a recordar.

Clarifique "tato" como qualquer coisa em que ele estava na realidade a tocar naquela ocasião com a sensação de tato incluindo pressão.

Clarifique "cor" como a cor real contida na cena chamada.

Clarifique "tom" como a qualidade do som presente quando a cena ocorreu.

Clarifique "movimento externo" como o movimento de outras pessoas ou objetos de energia.

3. Clarifique os comandos para a lista 1, clarificando cada palavra da pergunta básica de trás para a frente. "Qual é a definição da palavra \_\_\_\_\_?"

Clarifique- "Podes recordar um momento em que \_\_\_\_\_?"

"Podes recordar outro momento em que \_\_\_\_\_?"

"Podes recordar o momento mais antigo possível em que \_\_\_\_\_?"

4. Fator-R ao PC "clarificaremos as palavras adicionais para cada pergunta das listas à medida que formos avançando."

5. Ao PC "Este é processo."

6. Coloque o disco sobre a primeira pergunta.

7. Clarifique a primeira pergunta "Qual é a definição da palavra \_\_\_\_\_?". Clarifique "feliz" e "eras" e "tu". Na clarificação das perguntas das listas as palavras que se repetem só necessitam de ser clarificadas na primeira vez em que aparecem.

8. Pergunte ao PC "Podes recordar um momento em que tu eras feliz?"

9. O PC responde e o auditor acusa a receção. se o PC disser somente sim com a cabeça ou disser "sim" o Auditor pergunta, "O que era?", obtém a resposta e acusa a receção, ao PC.

10. O Auditor diz, "Tenta 'ver' o que viste no incidente". ( Ou outra percepção com que comece).

11. O PC indica que já o fez, o Auditor acusa e então pergunta "O que é que 'viste' nesse momento?"

12. O PC responde e o auditor acusa a receção.

13. O Auditor pergunta ao PC "Podes recordar outro momento em que tu eras feliz?"

14. O PC responde, o Auditor acusa e então diz, "Tenta 'ver' o que viste no incidente".

15. O PC indica que já o fez, o Auditor acusa e então pergunta "O que é que 'viste' nesse momento?"

16. O PC responde e o Auditor acusa a receção.

17. O Auditor pergunta ao PC "Podes recordar o momento mais antigo possível em que tu eras feliz?"

18. O PC responde, o Auditor acusa e então diz "Tenta 'ver' o que viste no incidente".

19. O PC indica que já o fez, o Auditor acusa e então pergunta "O que é que 'viste' nesse momento?"

20. O PC responde e o Auditor acusa a receção.

21. O Auditor desloca o disco para a pergunta 2 e roda-o uma perceção no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio.

22. Clarifique as novas palavras que há na pergunta 2-"Qual é a definição de \_\_\_\_\_?" (Clarifique "coisa" , "alguma" , "construir" , "de" , "acabado" , "justamente" , "tinhas")

23. O Auditor pergunta ao PC "Podes recordar um momento em que tu tinhas justamente acabado de construir alguma coisa?"

24. O PC responde dizendo ao Auditor o que era e o Auditor acusa a receção.

25. O Auditor diz ao PC "Recorda os cheiros que cheiraste no incidente".

26. O PC indica que já o fez, o Auditor acusa e então pergunta-" Que cheiros é que cheiraste nesse momento?"

27. O Auditor continua como acima tratando de cada pergunta rodando o disco para cada nova pergunta e pedindo um incidente, outro incidente e o incidente mais antigo que ele possa recordar. As perguntas para dirigir o Pc de maneira a que ele re-sinta as diferentes perceções não são todas com a mesma linguagem exata visto que cada uma deve comunicar como ela própria. As perguntas serão:

VISTA: "Tenta 'ver' o que viste no incidente."  
"O que é que 'viste' nesse momento?"

CHEIRO: " Recorda os cheiros que cheiraste no incidente."  
" Que cheiros é que cheiraste nesse momento?"

TATO: "Recorda no que é que estavas a tocar no incidente."  
"No que é que estavas a tocar nesse momento."

COR: "Tenta distinguir as cores no incidente."  
"Que cores distinguiste nesse momento?"

TOM: "Tente distinguir o tom dos sons presentes no incidente."

"Que tons estavam presentes nesse momento?"

#### MOVIMENTO

EXTERNO: "Tenta distinguir o movimento externo no incidente."

"Que movimento externo é que distinguiste nesse momento?"

EMOÇÃO: "Tenta recordar e sentir novamente a emoção que sentiste no incidente."

"Que emoção sentiste nessa altura?"

#### INTENSIDADE

DO SOM: "Dá atenção particular à intensidade do som no incidente."

"Qual era a intensidade dos sons nesse momento?"

#### POSIÇÃO

DO CORPO: "Dá atenção particular à posição do teu próprio corpo no incidente."

"Qual era a posição do teu corpo nesse momento?"

SOM: "Dá atenção particular aos sons nesse incidente."

"Que sons é que havia nesse momento?"

PESO: "Dá atenção particular ao peso das coisas no incidente."

"Qual era o peso das coisas nesse momento?"

#### MOVIMENTO

PESSOAL: "Dá atenção ao teu próprio movimento no incidente."

"Que movimento havia nesse momento?"

Cada lista é auditada até F/N Cog VGIs. Pode então passar à próxima lista.

Na lista 2 cada pergunta da lista tem sub-perguntas que também são feitas, tais como "Podes recordar um incidente que tenha acontecido há muito tempo?" "Qual era o ano?" "Qual era o mês?" "Qual era a data?" "Que horas eram?". Dirija-o então a dar atenção particular a um dos sentidos e assim por diante como nas listas anteriores.

Todas as palavras novas devem ser clarificadas à medida que avança, clarificando as palavras das perguntas de trás para a frente.

Ao começar a Lista 5 dê ao PC um fator-R:

"Ao responderes a estas perguntas debes dar atenção muito particularmente aos incidentes mis felizes."(Veja prefácio da Lista 5.)

### LISTA -1

#### INCIDENTES EM GERAL

Podes recordar um momento em que:

1. Tu eras feliz.

2. Tu tinhas justamente acabado de construir alguma coisa.
3. A vida era alegre.
4. Alguém te deu alguma coisa.
5. Tu comeste alguma coisa boa.
6. Tu tinhas um amigo.
7. Tu sentiste-te cheio de energia.
8. Alguém te esperava.
9. Tu conduzas rapidamente.
10. Tu viste alguma coisa de que gostavas.
11. Tu adquiriste alguma coisa boa.
12. Tu deitaste fora alguma coisa má.
13. Tu beijaste alguém de quem gostavas.
14. Tu riste-te de uma graça.
15. Tu recebeste dinheiro.
16. Tu sentiste-te jovem.
17. Tu gostavas da vida.
18. Tu jogaste um jogo.
19. Tu venceste alguma coisa perigosa.
20. Tu adquiriste um animal.
21. Alguém pensou que tu eras importante.
22. Tu perseguiste alguma coisa má.
23. Tu estavas entusiasmado.
24. Tu possuías alguma coisa.
25. Tu gozavas a vida.
26. Tu caminhavas rapidamente.

27. Tu divertiste-te um bom bocado.
28. Tu sentias-te forte.
29. Alguém de quem tu não gostavas partiu.
30. Alguém te ajudou.
31. Tu juntaste alguma coisa boa.
32. Tu mediste alguma coisa.
33. Tu fizeste uma viagem agradável.
34. Tu acendeste uma luz.
35. Tu ouvias boa música.
36. Tu controlavas alguma coisa.
37. Tu destruístes alguma coisa.
38. Tu dominaste alguma coisa.
39. Tu tiveste sorte.
40. Tu sentiste-te sereno.
41. Tu viste uma bela paisagem.
42. Tu vazavas alguma coisa boa.
43. Tu adquiriste alguma coisa que era escassa
44. Tu fizeste um inimigo gritar.
45. Tu tinhas um lugar agradável.
46. Tu controlaste alguma coisa bem (controle físico real).
47. Tu moveste alguma coisa.
48. Tu observavas alguma coisa veloz.
49. Tu estavas acompanhado com amigos.
50. Tu ocupavas um espaço bom.
51. Alguém te amava.
52. Tu divertias-te com alguém.

53. Tu inventaste alguma coisa.
54. Tu conseguiste controlar alguma energia.
55. Tu mataste um inseto.
56. Tu embolsaste alguma coisa.
57. Tu fizeste progressos.
58. Tu caminhavas.
59. Tu salvaste alguma coisa.
60. Tu paraste uma máquina.
61. Tu puseste uma máquina a trabalhar.
62. Tu tiveste uma boa soneca.
63. Tu fizeste parar um ladrão.
64. Tu estavas de pé debaixo de alguma coisa.
65. Tu acendeste um fogo.
66. Tu subias as escadas.
67. Tu estavas quente.
68. Tu foste passear montando alguma coisa.
69. Tu foste hábil.
70. Tu nadaste.
71. Tu defendeste o teu terreno.
72. Tu vivias bem.
73. Tu eras respeitado.
74. Tu ganhaste uma corrida.
75. Tu comeste bem.