

# O LIVRO DE EXERCÍCIOS DE E-METRO

exercícios básicos por

L. Ron Hubbard

compilados por

MARY SUE HUBBARD



Série de clarificação: três

# O LIVRO DE EXERCÍCIOS DE E-METRO

EXERCÍCIOS BÁSICOS POR  
L. Ron Hubbard

Compilados por

MARY SUE HUBBARD

SÉRIE DE CLARIFICAÇÃO: VOLUME III

## CONTEÚDO

PREFÁCIO

LISTA de EXERCÍCIOS POR NÍVEIS

EXERCÍCIOS DE TREINO

(Números EM 1 a EM 27 e exercícios Avançados de E-Metro de CR00003 a CR00005)  
HCOB de 11 de Maio de 1969, Aferição do E-Metro.

APÊNDICE

(Folha de Originações do Preclaro,  
Lista Um R2 12, Conferir Rudimentos,  
Listas preparadas de Assessment I - I2)

Nota importante

Ao estudar Cientologia, certifique-se muito bem de nunca ultrapassar uma palavra que não compreenda inteiramente.

A única razão pela qual uma pessoa abandona um estudo, fica confusa ou se sente incapaz de aprender, é porque ultrapassou uma palavra ou expressão que não compreendeu.

Se o material se tornar confuso ou não o conseguir apreender, é porque uma palavra não compreendida foi ultrapassada. Não continue, mas volte atrás a ANTES do sítio onde começou a entrar em dificuldades, encontre a palavra mal-entendida e procure a sua definição.

## **PREFÁCIO**

Pode ser encontrada informação mais geral sobre o E-Metro no livro O Essencial do E-Metro.

A presente brochura contém todos os exercícios standard de E-Metro usados no treino de Cientologia.

Não há outros exercícios. Muitos foram desenvolvidos de vez em quando, mas provaram ser menos exequíveis ou inúteis. O valor destes exercícios foi o máximo possível.

Há muitas maneiras de usar os exercícios, mas a maneira recomendada é usar o arranjo standard de Cientologia, treinador-auditor-estudante, em que o treinador faz o treino e o auditor-estudante as ações exigidas.

Um exercício deve ser feito até o auditor-estudante o saber à letra, antes de ir para o próximo exercício.

Estes exercícios cobrem os níveis indicados. Não faça os exercícios de nível mais alto antes de o auditor-estudante ser perfeito num nível inferior e ter sido classificado ou certificado nesse nível. Então continue para o nível mais alto.

A metria é uma atividade muito precisa e exige muita familiaridade e perícia.

Mesmo os pequenos erros de e-metro são considerados Erros Grosseiros de Audição em qualquer nível.

L. RON HUBBARD

## ÍNDICE

O LIVRO DE EXERCÍCIOS DE E-METRO .....	2
PREFÁCIO .....	3
LISTAS DE EXERCÍCIOS POR NÍVEIS .....	5
EXERCÍCIO DO E-METRO - 1 .....	6
EXERCÍCIO DO E-METRO - 2 .....	7
EXERCÍCIO DO E-METRO - 3 .....	9
EXERCÍCIO DE E-METRO- 4 .....	11
EXERCÍCIO DO E-METRO -5 .....	12
EXERCÍCIO -6 DO E-METRO .....	14
EXERCÍCIO DO E-METRO – 7 .....	15
EXERCÍCIO DE E-METRO-8 .....	17
EXERCÍCIO DE E-METRO-9 .....	18
EXERCÍCIO DE E-METRO-10 .....	20
EXERCÍCIO DE E-METRO-11 .....	21
EXERCÍCIO DE E-METRO-12 .....	22
EXERCÍCIO DE E-METRO-13 .....	23
EXERCÍCIO DE E-METRO-14 .....	24
EXERCÍCIO DE E-METRO-15 .....	25
EXERCÍCIO DE E-METRO-16 .....	26
EXERCÍCIO DE E-METRO-17 .....	27
EXERCÍCIO DE E-METRO-18 .....	28
EXERCÍCIO DE E-METRO-19 .....	29
EXERCÍCIO DE E-METRO-20 .....	30
EXERCÍCIO DE E-METRO-21 .....	32
EXERCÍCIO DE E-METRO-22 .....	34
EXERCÍCIO DO E-METRO - 23 .....	35
EXERCÍCIO DE E-METRO-24 .....	36
EXERCÍCIO DO E-METRO - 25: .....	37
EXERCÍCIO de E-METRO - 26 .....	40
EXERCÍCIO de E-METRO -27 .....	41
EXERCÍCIO de E-METRO -CR0000 3 .....	43
EXERCÍCIO de E-METRO -CR0000 4 .....	44
EXERCÍCIO de E-METRO CR0000 5 .....	45
AFERIÇÃO DO E-METRO .....	46
FOLHA DE ORIGINAÇÕES DO PRECLARO .....	47
ASSESSMENT DE RUDIMENTOS .....	50
LISTA PREPARADA DE ASSESSMENT 1 .....	51
LISTA PREPARADA DE ASSESSMENT 2 .....	52
LISTA PREPARADA DE ASSESSMENT 3 .....	53
LISTA PREPARADA DE ASSESSMENT 4 .....	54
LISTA PREPARADA DE ASSESSMENT 5 .....	55
LISTA PREPARADA DE ASSESSMENT 6 .....	56
LISTA PREPARADA DE ASSESSMENT 7 .....	57
LISTA PREPARADA DE ASSESSMENT 8 .....	58
LISTA PREPARADA DE ASSESSMENT 9 .....	59
LISTA PREPARADA DE ASSESSMENT 10 .....	60
LISTA PRÉ-ESTABELECIDADA DE ASSESSMENT NO 11 .....	61
LISTA PREPARADA DE ASSESSMENT 12 .....	62

## **LISTAS DE EXERCÍCIOS POR NÍVEIS**

### **Nível II**

- EM 1 Tocar e Largar o E- Metro
- EM 2 Familiarização com o E-Metro
- EM 3 Ler e Preparar um Contador de TA.
- EM 4 Preparar um E- Metro
- EM 5 Aperto de latas
- EM 6 Manejo do TA e Botão de Sensibilidade
- EM 7 Ler o TA
- EM 8 Reconhecimento de Movimento e Não Movimento do TA
- EM 9 Movimento de TA e Movimento de Corpo
- EM 10 BD do TA

### **Nível III**

- EM 11 Manejo Superlativo do TA
- EM 12 Ações de Agulha
- EM 13 Reações do Corpo
- EM 14 Reconhecimento do Movimento e Não Movimento da Agulha
- EM 15 Familiarização com Ler um E- Metro
- EM 16 A Produção de Ações da Agulha
- EM 17 O que Faz o E-Metro Ler e Limpar uma Leitura
- EM 18 Leituras Instantâneas de Rudimentos
- EM 19 Leituras Instantâneas
- EM 20 Como Sujar e Limpar uma Agulha
- EM 21 Direcção do E-Metro

### **Nível IV**

- EM 22 Data Escondida do E- Metro, Nesta Vida
- EM 23 Assessment através do TA
- EM 24 Assessment através de Leitura Instantânea

### **Nível V**

- EM 18 a EM 24
- EM 25 Datar na Banda do tempo
- EM 26 Diferenciação Entre Tamanhos de Leituras da Agulha

### **Nível VI**

- EM 18 a EM 26
- EM 27 Observação da Agulha

### **EXERCÍCIOS AVANÇADOS de E-METRO**

- CR0000 3 confrontar o E- Metro
- CR0000 4 ver a Sessão
- CR0000 5 E- Exercício de Aferição do Metro
- Aferição do E-Metro

## EXERCÍCIOS DE TREINO

### EXERCÍCIO DO E-METRO - 1

**Número:** EM-1

**Nome:** Tocar e largar o E-Metro.

**Propósito:** Familiarizar o auditor-estudante com o E-Metro.

**Posição:** O ajudante e o auditor-estudante sentam-se um em frente do outro, com um E-Metro colocado numa mesa ou cadeira diante do auditor-estudante.

**Comandos:** "Toca no E-Metro" e "Larga o E-Metro" alternadamente. A palavra de reconhecimento após cada execução dos comandos é "Obrigado".

**Destaques do Treino:** O ajudante verifica se o auditor-estudante executa os comandos. O ajudante pergunta de vez em quando: "Como é que vai isso?". O ajudante lida com qualquer manifestação física do auditor-estudante perguntando "O que é que está a acontecer?".

**História:** Desenvolvido por L. Ron Hubbard em Setembro de 1962, em Saint Hill.

## EXERCÍCIO DO E-METRO - 2

**Número:** EM-2

**Nome:** Familiarização com o E-Metro.

**Posição:** O ajudante e o estudante sentam-se um ao lado do outro, o estudante com um E-Metro, no colo ou numa mesa, à sua frente.

**Comandos:** Toca no botão de sensibilidade.

Mova o TA para 5 1/2.

Toca no botão regulador.

Liga os eléctrodos.

Liga o E-Metro.

Coloca o botão da sensibilidade em 3.

Coloca o E-Metro em Test.

Desliga os eléctrodos.

Coloca o E-Metro no Set.

Ajusta a agulha no Set.

Coloca o amplificador de sensibilidade em 64.

Coloca o E-Metro em Transit.

Desliga o E-Metro.

Coloca o TA em 2 3/4.

Aponta para a agulha.

Coloca o amplificador de sensibilidade em 32.

Liga o E-Metro.

Coloca o E-Metro no Set.

Demonstra um BD do TA.

Coloca o TA em 2 1/2.

Aponta para o nº 7 no mostrador do TA.

Coloca o botão de sensibilidade em 8.

Coloca o TA em 6.

Demonstra um BD do TA.

Desliga o E-Metro.

Liga os eléctrodos.

Coloca o TA em 1 1/2.

Coloca o E-Metro em Transit.

Aponta para a tomada dos eléctrodos.

Coloca o amplificador de sensibilidade em 128 (ou 64).

Desliga os eléctrodos.

Liga o E-Metro.

Coloca a sensibilidade em 16.

Coloca o E-Metro no Set.

Coloca o TA na leitura de claro masculino.

Coloca o TA na leitura de claro feminino.

Coloca o botão de sensibilidade em 1.

Coloca o TA em 4 3/4.

Demonstra um TA sem movimento.

Desliga o E-Metro.

Movimenta o TA para 3 1/3.

Toca no TA.

Toca no botão de sensibilidade.

Liga o E-Metro.

Ajusta a agulha no Set.

Demonstra um TA sem movimento.  
Movimenta o TA para 5.  
Desliga o E-Metro.  
Toca no ampliador de sensibilidade.  
Indica o mostrador da agulha.

**Destaques do Treino:** O ajudante deve ler esta lista ao estudante, fazendo-o executar cada uma das ações. À medida que o estudante melhora, o ajudante pode ler a lista mais depressa até que o estudante possa executar cada ação pedida sem hesitação e sem erros. São indicadas faltas a qualquer hesitação depois do estudante ter repassado o exercício diversas vezes.  
O estudante passa o exercício quando conseguir fazê-lo rapidamente e com precisão, sem falhas.

**História:** Desenvolvido por L. Ron Hubbard em Maio de 1961, em Saint Hill.



## EXERCÍCIO DO E-METRO - 3

**Número:** EM-3

**Nome:** Leitura e ajuste do contador de TA (somente para estudantes cujo E-Metro tenha contador de TA).

**Propósito:** Ensinar o estudante a ler o contador de TA. Treinar a ajustar o contador antes de cada sessão, como parte do ajuste do E-Metro.

**Posição:** O ajudante e o estudante sentam-se um ao lado do outro em frente de uma mesa com um E-Metro.

**Comandos:** Não há comandos fixos.

### **Destaques do Treino:**

1) Fazer o estudante executar o seguinte, pela lista:

Colocar o número "0" no centro da abertura superior do contador de quedas.

Mover o TA no sentido do relógio, até o TA parar em 2,3,4,5 ou 6 no mostrador do TA. Agora fazer o estudante executar o seguinte:

- a. Mover o TA *uma* divisão para baixo, de 6 para 5 ou de 4 para 3, ou assim por diante. Fazer o estudante observar que o número 1 agora aparece no centro da abertura superior.
  - b. Mover o TA *uma* divisão para cima, para a posição original. Fazer o estudante observar que o número 1 permanece constante no centro da abertura superior.
  - c. Mover o TA *meia* divisão para baixo, de 6 para 5.5 ou de 4 para 3.5, ou assim por diante. Fazer o estudante observar que o número 1.5 agora aparece no centro da abertura superior.
  - d. Mover o TA *mais outra meia* divisão para baixo. Fazer o estudante observar que o número 2 agora figura no meio da abertura superior.
  - e. Mover o TA *uma* divisão para cima. Fazer novamente o estudante observar que o número na abertura superior ainda é 2 e que não ocorreu nenhuma mudança como decorrência do movimento do TA para cima. O estudante deverá ter consciência que apenas o movimento do TA para baixo é registrado e contado pelo contador de quedas.
  - f. Mover *lentamente* o TA *uma* divisão para baixo e contar o número de pequenas divisões que registam na abertura superior à medida que o TA se move. Fazer o estudante observar que as divisões são marcadas em décimos de divisão.
  - g. Mover o TA ao acaso para cima e para baixo. Fazer o estudante ler o que está registrado no meio da abertura superior do contador de quedas.
  - h. Mover o TA para cima e para baixo e observar que o contador superior registra até 7 divisões de movimentação para baixo e que o contador inferior adiciona essas 7 divisões da ação do TA.
- 2) Fazer o estudante executar as seguintes ações repetidamente a fim de treiná-lo a ajustar o contador de quedas:
- a. Mover o TA para cima e para baixo na área abaixo de 2.0, no mostrador do TA, até o número 0 aparecer no centro da abertura superior do contador.
  - b. Sem tocar de novo no TA, virar a asa dentada da roda inferior do contador com a unha do polegar, até o número 98 aparecer na abertura inferior do contador.
  - c. Mover o TA no sentido do relógio até 3.5 no mostrador do TA. O estudante deverá observar que o contador faz dois tiquetaques e que o número 0 então aparece na abertura inferior do contador.

Este é o item 10 do próximo exercício, ajustar um E-Metro, o estudante deve ser capaz de fazer isto antes de passar ao próximo exercício.

O estudante deve saber que numa sessão adequada, após o aperto das latas, em sessões preliminares e antes do fator R, ele deve assentar no relatório do auditor o número que aparecer nesse momento na abertura superior do contador de quedas. Esse algarismo terá de ser subtraído ao total da abertura superior e da inferior no final da sessão, a fim de calcular o total de movimentos de quedas obtido na sessão.

- 3) O que se segue é para ensinar o estudante a cuidar da leitura do seu contador de quedas quando o TA está a ser operado acima de 3.0 no mostrador do TA:
- O ajudante muda o contador para qualquer posição, movendo o TA, de forma a que um número abaixo de 6 registe na abertura superior do calculador.
  - O estudante anota a quantidade de movimento do TA registado em ambas as aberturas do calculador, adicionando a posição da abertura superior. Este número é para ser tomado como total da movimentação obtida até esse momento na sessão.
  - O ajudante faz o estudante mover o TA para cima e para baixo, mantendo o TA acima de 3.0 no mostrador do TA, até ouvir o primeiro estalinho do contador ou até o número da abertura inferior mudar uma posição.
  - O estudante deve anotar o número que aparece no centro da abertura superior do contador e observar que a leitura inferior está *incorreta*.
  - O ajudante faz o estudante mover o TA no sentido do relógio mais um pouco até o segundo estalinho do contador ocorrer ou até o número na abertura inferior mudar para uma segunda posição.
  - O estudante deve anotar o algarismo que aparece na abertura inferior do contador e observar que a leitura na abertura inferior, mais a que aparece na abertura superior dão resultado incorreto de quedas.
  - O ajudante agora faz o estudante subtrair de 7.0 o algarismo anotado no item d. Este número é agora subtraído do algarismo anotado no item f. Isto dá o total correto da ação do TA obtido até esse momento na sessão.
  - Os itens de *a* até *e* são feitos de novo com estudantes movendo o TA na faixa abaixo de 3.0. Depois de ter ocorrido o segundo estalinho do contador ou quando o número na abertura inferior muda para uma segunda posição, o estudante deve anotar o número que aparece na abertura inferior do contador e observar que a leitura na abertura inferior do contador mais a da abertura superior agora dão um algarismo correto.

São marcadas faltas por leitura errada dos algarismos nas aberturas do calculador, pela morosidade e erros em ajustar o contador e por obter um total errado de movimentação.

Este exercício é passado quando o estudante demonstrar a sua capacidade de ler e ajustar o contador de modo satisfatório para o instrutor. É dada uma folha cor-de-rosa para um exercício anterior se o estudante demonstrar falta de capacidade.

**História:** Desenvolvido por L. Ron Hubbard em Saint Hill Manor em 1964 por ocasião do advento do contador de quedas de TA como auxílio no uso de um E-Metro.

## EXERCÍCIO DE E-METRO- 4

**Número:** EM-4

**Nome:** Ajuste de um E-Metro.

**Propósito:** Treinar o estudante a preparar devidamente um E-Metro antes de cada sessão e aprender a nunca verificar as baterias na presença de um PC.

**Posição:** O ajudante e o estudante sentam-se um ao lado do outro, em frente a uma mesa com o E-Metro e as latas sobre a mesa.

**Comandos:** Fazer o estudante executar as seguintes ações pelo número e comando, muitas e muitas vezes:

1. Tirar a tampa do E-Metro.
2. Colocar a tampa na borda superior do E-Metro e prendê-la na posição com os ganchos.
3. Ligar o botão da sensibilidade para pleno funcionamento (16 ou 32, dependendo do modelo).
4. Virar o botão de set-transit-test para test, a fim de verificar a bateria.
5. Virar o botão de set-transit para set.
6. Colocar o TA em 2.0 no mostrador do TA.
7. Ajustar o botão aferidor até a agulha estar na linha de set no mostrador da agulha.
8. Colocar os eléctrodos, sem tocar um no outro, sobre a mesa, para que o PC os apanhe.
9. Meter os fios entre o E-Metro e a tampa, da esquerda do E-Metro para a direita, ligando-os.
10. Ajustar o contador de TA conforme dado no exercício anterior (omitir este item se o estudante não tiver contador no seu E-Metro).
11. Esperar pelo preclaro.

**Destaques do Treino:**

Quando o estudante estiver a executar o exercício acima com segurança, apenas por comando e por número, o ajudante deve fazer o estudante executar a operação completa. São marcadas faltas por qualquer ação feita fora da sequência e por levar tempo excessivo a desempenhar qualquer ação. Este exercício é passado quando o estudante fizer cada ação rapidamente, sem dificuldade e sem intervalo de comunicação. É dada uma folha rosa ao estudante que não conseguir desempenhar corretamente qualquer ação que deveria ter aprendido num exercício anterior; esse exercício terá então de ser repetido pelo estudante.

**História:** Desenvolvido por L. Ron Hubbard em Dezembro de 1963, em Saint Hill, a fim de treinar o estudante a ajustar um E-Metro corretamente e eliminar as distrações de som e barulho da sessão do preclaro.

## EXERCÍCIO DO E-METRO -5

**Número:** EM-5

**Nome:** Aperto das latas.

**Propósito:** Treinar o estudante a ser capaz de obter um aperto exato das latas, que indique corretamente o estado corrente da "condição de ter" e do estado do caso do PC.

**Posição:** O ajudante e o estudante sentam-se à volta de uma mesa, um em frente do outro, com um E-Metro defronte do estudante. O E-Metro já está ajustado.

**Comandos:** "Coloca as mãos no colo".

"Obrigado".

"Aperte as latas, por favor".

"Obrigado".

**Destaques do Treino:** Para dar ao estudante uma ideia apropriada sobre o que é um aperto das latas, o seguinte exercício deve primeiro ser feito:

1. O ajudante faz o estudante sacudir as mãos até os dedos ficarem frouxos e soltos.
2. Depois o ajudante faz o estudante colocar as mãos sobre a mesa, com as palmas para cima, sem controlar os dedos. Os dedos do estudante curvar-se-ão para dentro, na direção da palma.
3. Agora o ajudante coloca simplesmente as latas nas mãos do estudante de modo a atravessar as palmas. A curvatura natural dos dedos é suficiente para manter as latas no lugar e a colocação das latas num ângulo assegura que uma área máxima da pele fique em contacto com as latas.
4. O ajudante faz o estudante aumentar a pressão sobre as latas e relaxá-la. Isto é um aperto das latas.

Feito isto, o ajudante agora faz o estudante executar o seguinte:

1. Fazer o ajudante agarrar as latas.
2. Verificar a pressão do ajudante sobre as latas.
3. Ajustar o ampliador de sensibilidade para a posição mais baixa (16 ou 32, dependendo do modelo).
4. Colocar o botão de sensibilidade em 1 no mostrador de sensibilidade.
5. Ajustar a agulha na linha do SET no mostrador da agulha.
6. Dar os comandos necessários para a obtenção de um aperto das latas.
7. Marcar a distância da queda da agulha quando o estudante aperta as latas.

São marcadas faltas por não fazer o ajudante tirar todos os anéis ou joias dos dedos, pois podem causar leituras da agulha fora do comum; por não verificar se há o máximo de contacto da pele com as latas; por não ver se os polegares estão à volta da lata e não para cima dos topos; por deixar de ajustar o E-Metro e a agulha da maneira apropriada; por deixar de notar e lidar com um agarrar desesperado ou convulsivo, ou súbito soltar das latas; por deixar de notar com precisão a extensão da queda da agulha aquando o aperto das latas; e por dar comandos errados. A falta de habilidade nos exercícios anteriores, é corrigida pela folha rosa.

É preciso notar que o item 2 nem sempre é feito. Na audição real, o PC aprende logo como fazer um aperto apropriado das latas. Se a "condição de ter" do PC está em bom estado, a agulha deve ir atingir o pino situado à direita, e voltar rapidamente duas vezes.

**História:** Desenvolvido como um exercício de treino por L. Ron Hubbard em Saint Hill, em Dezembro de 1963.

## EXERCÍCIO -6 DO E-METRO

**Número:** EM-6

**Nome:** Manejo do TA e do botão de sensibilidade.

**Propósito:** Treinar o estudante a movimentar o TA e o botão de sensibilidade sem distrair o PC ou chamar a sua atenção para o E-Metro.

**Posição:** O ajudante e o estudante sentam-se lado a lado, em frente a uma mesa, com um E-Metro à sua frente.

**Comandos:** Posições do TA e da sensibilidade como pedido pelo ajudante na etapa 1.

### **Destaques do Treino:**

Etapa 1. O ajudante faz o estudante colocar os quatro dedos da mão esquerda atrás do E-Metro, deixando o polegar livre para mover o TA e o botão da sensibilidade. Em seguida o ajudante pede ao estudante várias posições do TA e do botão da sensibilidade. O estudante precisa de mover o TA ou o botão de sensibilidade para corrigir a posição fácil e rapidamente

Etapa 2. O treinador segura os eléctrodos, fazendo gestos bruscos com as mãos para produzir movimentação de TA. O estudante precisa de ajustar o TA continuamente a fim de colocar a agulha em posição na área de SET no mostrador da agulha.

São marcadas faltas por qualquer movimento óbvio que poderia distrair o PC; por quaisquer ações barulhentas, como desligar o E-Metro enquanto move o botão de sensibilidade; por morosidade em ajustar o TA e o botão de sensibilidade às posições pedidas; por mexer a cabeça enquanto observa a agulha; e por ajustar a agulha tão mal que a faça atingir o pino em qualquer dos lados do mostrador, tendo essa ação sido causada pelo auditor e não pelo ajudante. Fornecer uma folha rosa para qualquer exercício anterior a ser repetido, se necessário.

**História:** Desenvolvido por L. Ron Hubbard em Saint Hill por ocasião da colocação em uso de um E-Metro mais sensível.

## EXERCÍCIO DO E-METRO – 7

**Nome:** LEITURA DO TA

**Propósito:** Ensinar o estudante auditor a ler as posições do TA no mostrador do TA precisa e rapidamente.

**Posição:** O estudante auditor e o treinador sentam-se ao lado um do outro a uma mesa com um e-metro na sua frente.

Comandos: Nenhum comando fixo, exceto seguir a lista para o passo 2 do exercício:

Move o TA para:

1.9 6.5 0.7 6.1 4.9 3.5 4.2  
5.75 3.0 5.0 3.4 1.75 2.4 3.3  
1.3 4.1 5.9 4.0 3.25 2.7 3.9  
3.1 2.3 2.2 6.0 1.5 5.25 2.75  
5.3 4.7 6.2 0.5 0.9 5.8 2.0  
4.5 3.5 2.1 2.6 5.6 1.8 2.8  
4.4 1.25 6.25 2.25 3.2 5.1 4.8  
3.6 1.1 2.5 4.25 4.75 3.75 4.6  
6.3 5.4 5.7 1.6 2.9 1.0 5.5  
1.7 0.8 1.2 4.3 6.4 0.6 1.4  
5.2 3.8 0.75 1.7 0.8 1.2 4.3  
0.6 1.4 5.2 3.8 0.75 3.0 5.0  
3.4 1.75 3.3 1.3 4.1 5.9 3.25  
3.1 2.3 2.2 6.0 1.5 5.25 2.75

### **Destaques do Treino:**

*Passo 1:* O treinador move o TA, nomeando cada posição de 3.0 a 4.0, sendo as posições 3.0, 3.1 3.2, 3.25, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6, 3.7, 3.75, 3.8, 3.9, 4.0, e então o estudante auditor faz o mesmo. Então o treinador seleciona outra divisão para trabalhar, como de 1.0 a 2.0, fazendo a mesma coisa. Não se esqueça de cobrir as divisões intermédias como de 0.5 a 1.0 e de 6.0 a 6.5. O auditor-estudante deverá sentir-se confiante e familiarizado a ler o TA antes de ir para o próximo passo.

*Passo 2.* O treinador nomeia as posições de TA listadas acima. O auditor-estudante move rapidamente o TA para as posições nomeadas. Para praticar mais, se necessário, o treinador pode nomear as posições de TA listadas numa sequência diferente.

O auditor-estudante deve ser capaz de mover o TA para as posições exigidas com precisão e rapidez antes de passar ao próximo passo. Se o auditor-estudante fica confuso ou continua a fazer este passo lentamente, o treinador deve devolver o auditor-estudante ao primeiro passo para praticar mais.

*Passo 3.* O treinador atira o TA para toda e qualquer das posições do quadrante do TA. Feito isto, o auditor-estudante deve ler e nomear a posição exata do TA.

As posições do TA só são lidas em décimas, com exceção as posições marcadas de 0.25 e 0.75 para cada divisão. O treinador deve continuar a fazer esta secção do exercício até o estudante auditor poder ler e nomear as posições com precisão sem vacilar. Se o auditor-estudante tem dificuldades com este passo do exercício, o treinador deve-o devolver ao primeiro passo do exercício para a trabalhar mais e então refaz o segundo passo. Este exercício é passado

quando o auditor-estudante, depois de examinado pelo supervisor, pode rapidamente e com precisão ler e nomear qualquer posição do TA conforme o terceiro passo deste exercício. Exercícios anteriores errados são retificados dando ao auditor-estudante uma folha rosa para os refazer.

História: Desenvolvido por L. Ron Hubbard em 1961 para estabelecer uma área de concordância quanto à leitura da posição do TA, entre os estudantes do SHSBC, e para treinar os estudantes a ler a posição do TA mais rapidamente.



## **EXERCÍCIO DE E-METRO-8**

Número: EM-8.

Nome: RECONHECIMENTO do MOVIMENTO E NÃO MOVIMENTO do TA.

Propósito: permitir ao auditor-estudante reconhecer o movimento do TA, quando ocorre e quando não ocorre.

Posição: O auditor-estudante senta-se em qualquer posição com o E-metro colocado na forma que ele desejar. Outro estudante senta-se e lê um boletim silenciosamente, enquanto segura os eléctrodos.

Comandos: Nenhum. Este é um exercício totalmente silencioso.

Destaques do Treino:

O auditor-estudante deve notar quando o TA se move e quando o TA não se está a mover. Isto é notado dizendo para si próprio: "O TA está a mover-se; não faças nada" ou "O TA não se está a mover; faz qualquer coisa".

Não se envolva com significâncias ou fenómenos.

Tudo o que este exercício é suposto ensinar é que, quando o TA se move, nada deve ser feito por um auditor, e que, quando o TA não se move, algo deve ser feito por um auditor.

É um exercício simples. Por favor Mantenha-o Simples.

O supervisor deve conferir isto de vez em quando para ter certeza que o auditor-estudante está a fazê-lo corretamente. Este exercício é passado quando o auditor-estudante pode reconhecer quando o TA se está a mover ou quando não está, sem erros. Dê uma folha rosa para qualquer exercício anterior que o estudante auditor maneje mal.

História: Desenvolvido por L. Ron Hubbard em St Hill em Setembro, 1962, e revisto em Dezembro, 1963.

## EXERCÍCIO DE E-METRO-9

Número: EM-9.

Nome: MOVIMENTO do TA e MOVIMENTO de CORPO.

Propósito: ensinar o auditor-estudante a diferenciar entre a reação do pensamento e do movimento de corpo no E-metro e treinar um auditor-estudante a não tocar no TA enquanto o preclaro se está a mexer.

Posição: O auditor-estudante e o treinador em frente um ao outro sentados a uma mesa com o E-metro montado e a sensibilidade em 16. O treinador segura os eléctrodos e tem um boletim disponível para estudar. O auditor-estudante tem uma caneta e papel.

Comandos: Não é usado nenhum conjunto de comandos. O treinador deve fazer os seguintes movimentos de corpo, suspiros, bocejos, respiração profunda, tosse, rir, mexer com as mãos, espreguiçar-se, torcer-se, retorcer-se na cadeira, relaxar ou apertar os eléctrodos, trocar os pés ou qualquer outro movimento do corpo.

Destaques do Treino:

O auditor-estudante precisa saber que o TA muda com o pensamento e com os movimentos corpo, e que só o movimento do TA da mente é que interessa ao auditor, mais o seguinte:

Movimento do TA: A quantidade de divisões, para baixo, numa sessão de duas horas e meia.

Naturalmente que para obter movimentos descendentes do TA, o TA tem que se mover para cima. Por movimento descendente queremos dizer o TA mover-se, digamos, de 3.2 para 2.5 no quadrante do TA. Por movimento ascendente queremos dizer o TA mover-se, digamos, de 2.7 para 3.4. O TA tem que se mover de cima abaixo para obter movimento de TA numa sessão, mas é o movimento descendente que diz se o preclaro está a ter ganhos ou não. É por isso que o movimento de TA é medido e registado através do movimento descendente numa sessão.

Movimento de corpo: Qualquer movimento do corpo que faz o TA mover-se falsamente para cima ou abaixo. O movimento do corpo nunca é registado numa sessão. Para não registar falsamente movimento do corpo numa sessão, o auditor nunca deve ajustar o TA durante um movimento de corpo de um preclaro e deve esperar até que o preclaro se restabeleça antes de ajustar o TA. Alguns preclaros mexem-se para obter mais movimento de TA ou fazem alguma coisa para mostrar ao auditor que podem controlar o TA deitando-o abaixo. Isto é facilmente feito através do movimento do corpo ou saindo de sessão. O auditor-estudante deve saber que isto pode ocorrer, não deve ser impressionado por isso, e deve saber não o registar como movimento de TA da sessão. Pode ser necessário que um auditor diga ao preclaro que nenhum movimento de corpo será registado, a fim de obter a sua cooperação, sentando-se descontraída e silenciosamente na sessão.

O treinador estudará durante algum tempo um boletim e, alternadamente, executará vários movimentos de corpo. Então o treinador estuda um boletim, entretanto executa vários movimentos de corpo. O auditor-estudante regista o movimento descendente do TA.

Depois de fazer isto durante algum tempo, o treinador manda o auditor-estudante somar o movimento de TA e confere se o total está correto e se reflete apenas o movimento descendente do TA.

São dadas falhas por um total incorreto do movimento de TA, por ajustar o TA durante um movimento de corpo, e por registar qualquer movimento de corpo. Isto é mais difícil quando o treinador estuda boletins e executa

movimentos de corpo ao mesmo tempo, logo o treinador deve manter um olho no que o auditor-estudante está a fazer.

Este exercício é passado quando o auditor-estudante demonstrar que pode diferenciar movimento do TA do movimento do corpo, pode registrar devidamente o movimento do TA (se o auditor-estudante não puder executar exercícios anteriores no E-metro, o supervisor deve dar-lhe uma folha rosa para os refazer), e pode manejar o TA devidamente.

História: Desenvolvido por L. Ron Hubbard em 1962 em St Hill com a descoberta dos vários níveis de processamento.

## EXERCÍCIO DE E-METRO-10

Número: EM-10.

Nome: BDs do TA.

Propósito: treinar o auditor-estudante a observar e anotar BDs do TA.

Posição: O auditor-estudante e outro estudante em frente um do outro sentados a uma mesa com o E-metro montado e a sensibilidade fixada em 16. O estudante segura os eléctrodos e estuda um boletim.

Comandos: Nenhum. É um exercício totalmente silencioso.

Destaques do treino:

O auditor-estudante, depois de mandar outro estudante segurar os eléctrodos e estudar um boletim, anota cuidadosamente o movimento do TA e assiste a qualquer BD do TA.

Um BD do TA é um súbito movimento descendente do TA (pelo menos 0.2 divisões ou mais).

Quando um BD ocorre, o auditor-estudante anota isso e escreve "BD" no lado direito da linha escrita da ação do TA.

Exemplo:

2.4  
2.1  
2.0  
2.5 } BD  
2.2 }

Além disso, o auditor-estudante deve dizer para si próprio todas as vezes que ocorre um BD, "O que deita abaixo o TA produzirá movimento de TA".

Este exercício é passado quando o supervisor examinou o auditor-estudante a fazer o exercício, observou que o auditor-estudante pode observar e anotar corretamente BDs do TA e compreende que qualquer BD do TA, se contado por um auditor irá, com o processamento, produzir movimento de TA. É dada ao auditor-estudante uma folha rosa por falhar em manejar devidamente qualquer dos exercícios anteriores de E- Metro.

História: Desenvolvido por L. Ron Hubbard em 1962. e revisto em 1963. O valor do BD apareceu primeiro no Assessment de itens e foi depois descoberto ter valor em todos os níveis de audição.

## EXERCÍCIO DE E-METRO-11

Número: EM-11.

Nome: MANEJO SUPERLATIVO do TA.

Propósito: treinar um auditor-estudante a manejar o TA enquanto faz uma pergunta ao E-metro. Para ensinar um auditor-estudante que, quando faz uma pergunta ao E-metro, o preclaro deve estar quieto, a agulha dentro do quadrante, e o dedo polegar fora do TA antes do fim de uma pergunta.

Posição: O auditor, o estudante e o treinador sentam-se ao lado um do outro a uma mesa com um E-metro e o treinador a segurar os eléctrodos.

Comandos: A folha de Originação do preclaro. (Veja Apêndice).

Destaques do Treino:

Passo 1. O auditor-estudante tira uma linha da folha de originações do preclaro e lê-a. No fim da linha a agulha deve estar dentro do quadrante da agulha e o auditor-estudante tem que ter o dedo polegar fora do TA.

Para começar são trabalhadas sensibilidades inferiores, e o treinador aumenta a sensibilidade do E-metro à medida que a capacidade do auditor-estudante aumenta, até o auditor-estudante poder fazer o exercício com a sensibilidade em 32 e o amplificador de sensibilidade em 128.

Passo 2. O treinador complica agora o exercício mudando-se, fazendo assim o auditor-estudante repetir a linha.

São dadas falhas por não ter a agulha no quadrante e o dedo polegar fora do TA antes de dizer o fim da linha, e por não repetir uma linha quando foi interrompido por um movimento de corpo tornando a leitura ilegível ou invalidada. Os erros em exercícios anteriores são corrigidos por emissão de uma folha rosa.

Este exercício é passado quando o auditor-estudante pode manejar o TA como indicado, com satisfação do supervisor.

História: Desenvolvido por L. Ron Hubbard em St Hill quando foi produzido o E-metro mais sensível usado em Cientologia, o Mark V.

## EXERCÍCIO DE E-METRO-12

Número: EM-12.

Nome: AÇÕES da AGULHA.

Propósito: Ensinar o auditor-estudante a reconhecer as várias ações da agulha.

Posição: O auditor-estudante e o treinador sentam-se ao lado um do outro a uma mesa com o E-metro ligado e os eléctrodos desligados, ou trabalham num modelo de E-metro ampliado.

Comandos: Não é usado qualquer comando.

O auditor-estudante tem que demonstrar no E-metro que é capaz de definir as seguintes ações da agulha:

- |                              |                     |                     |
|------------------------------|---------------------|---------------------|
| 1. Presa                     | 7. R/S              | 13. Tique           |
| 2. Nula                      | 8. Agulha livre.    | 14 Subida acelerada |
| 3. Queda (Fall)              | 9. Fase quatro      | 15. Queda acelerada |
| 4. Mudança de característica | 10. Leitura Foguete | 16. Subida lenta    |
| 5. Subida                    | 11. Agulha limpa.   | 17 Queda lenta      |
| 6. Theta bop                 | 12. Agulha suja.    | 18 Paragem          |

Destaques do Treino:

Passo 1. O auditor-estudante é mandado produzir, tanto quanto puder, todas as ações anteriores da agulha e definir cada uma.

Passo 2. O treinador faz então as várias ações da agulha acima, e manda o auditor-estudante dizer o que cada uma é.

Passo 3. O treinador refere agora ao acaso as ações da agulha acima, e o estudante auditor tem que produzir cada uma à medida que são referidas.

São dadas falhas por definir mal uma ação da agulha, por nomear mal uma ação da agulha, e por não produzir a ação apropriada da agulha pedida.

Este exercício é passado quando o auditor-estudante pode executar os três passos do mesmo com precisão.

História: Desenvolvido em 1961 em St Hill por L. Ron Hubbard para completar outros exercícios E-metro semelhantes.

## EXERCÍCIO DE E-METRO-13

Número: EM-13.

Nome: REAÇÕES do CORPO.

Propósito: familiarizar o auditor-estudante com o E-metro e treinar o auditor-estudante a distinguir entre as leituras mentais e reações do corpo no E-metro.

Posição: Na primeira parte do exercício, o auditor-estudante e o treinador estão sentados em frente um do outro a uma distância confortável. O auditor-estudante segura o E-metro nas mãos com a sensibilidade em 16, e o treinador segura as latas.

Na segunda parte do exercício, o treinador senta-se atrás do auditor-estudante, o treinador segurando as latas e o auditor-estudante o E-metro com a sensibilidade em 16.

Comandos: Na primeira parte do exercício o treinador anuncia o que vai fazer e então faz fisicamente cada uma das ações seguintes: Suspira. Boceja. Respira fundo. Tosse. Ri. Toca com as latas. Levanta um dedo das latas. Bata com um dedo nas latas. Gira as latas nas mãos. Aperta as latas compulsivamente. Alivia o aperto nas latas. Coça uma perna. Esfrega uma lata contra o vestuário. Esfrega os dedos. Espreguiça-se.

Na segunda parte do exercício, o treinador não diz que ação está a fazer.

Destaques do Treino:

Na primeira parte do exercício, o treinador deve familiarizar completamente o auditor-estudante com todas as reações do corpo listadas.

Na segunda parte do exercício, o treinador diz: "Começo", e então fortuitamente faz uma das ações do corpo acima. O treinador pergunta então ao auditor-estudante qual foi a reação do corpo. Se o auditor-estudante dá a resposta errada, o treinador diz: "Falha" e diz ao auditor-estudante qual foi a reação do corpo e faz o mesmo movimento outra vez. Então o treinador faz outra ação de corpo.

Este exercício de treino é passado quando o auditor-estudante pode corretamente nomear cada uma das ações de corpo anteriores por mera observação da reação por elas produzidas no E-metro.

História: Desenvolvido por L. Ron Hubbard em St Hill em Maio de 1961.

## EXERCÍCIO DE E-METRO-14

Número: EM-14.

Nome: RECONHECIMENTO de MOVIMENTO E de NÃO MOVIMENTO DA AGULHA.

Propósito: permitir ao auditor-estudante a reconhecer leituras e não leituras da agulha do E-metro.

Posição: O auditor-estudante senta-se em qualquer posição pegando no E-metro da forma que quiser. Outro estudante, enquanto segura os eléctrodos, senta-se e, em silêncio, lê um boletim.

Comandos: Nenhum. É um exercício totalmente silencioso.

Destaques do Treino:

Quando o E-metro lê, o auditor-estudante diz para si próprio, "Leitura". Quando o E-metro não lê, o auditor-estudante diz para si próprio, "Limp". (Não diz isso ao estudante que lê o boletim, nem a um instrutor, e NEM a um treinador). O auditor-estudante nomeia em silêncio uma dúzia de leituras, depois uma dúzia de vezes quando a agulha está limpa, não reage ou muda de característica, ocorrendo na ocasião em que ele as enumera. Então nomeia mais leituras e mais limpos.

Não se envolva com significâncias ou fenómenos.

Tudo o que é suposto o exercício ensinar é que, quando o E-metro lê, lê, e que, quando está limpo, está limpo.

O supervisor deve conferir isto de vez em quando para ter certeza de que o auditor-estudante está a fazer o exercício corretamente. Este exercício é passado quando o auditor-estudante pode nomear uma leitura ou um limpo sem falhar. Erros em exercícios de E-metro anteriores são retificados emitindo uma folha rosa para qualquer exercício que o auditor-estudante precise refazer.

História: Desenvolvido por L. Ron Hubbard em St Hill em Setembro, 1962, e revisto em Dezembro, 1963.



## EXERCÍCIO DE E-METRO-15

Número: EM-15.

Nome: FAMILIARIZAÇÃO COM LER UM E-METRO.

Propósito: treinar o auditor-estudante a reconhecer exata e rapidamente, e com certeza quando o preclaro reagiu a algo dito ou perguntado.

Posição: O treinador e o auditor-estudante sentam-se em frente um do outro a uma mesa com um E-metro, e o treinador segura os eléctrodos.

Comandos: A folha de originações do preclaro.

DESTAQUES DO TREINO:

O auditor-estudante pega numa linha da folha de originações do preclaro e, enquanto olha para o E-metro, diz a linha ao treinador.

Feito isto, o treinador faz a seguinte pergunta: “o que é que a agulha fez enquanto lias a linha?”

Se o auditor-estudante vacila ou não tem a certeza do que a agulha fez, então o treinador pergunta ao auditor-estudante quais as dez ações principais da agulha, mandando-o definir cada uma delas brevemente; e o treinador manda o auditor-estudante repetir a linha da folha de originações do preclaro e faz a pergunta acima outra vez.

À medida que o auditor-estudante fica perito a observar e a dizer o que a agulha fez, o treinador adiciona agora à pergunta acima: “Onde é que a agulha fez — ?” para cada ação da agulha dada pelo auditor-estudante, até o estudante auditor não só poder responder a tudo com precisão, sobre o que a agulha fez, mas também exatamente quando a agulha o fez, na linha lida ao treinador.

São dadas falhas por qualquer erro num exercício de treino prévio, e por atrasos de comunicação responder às perguntas.

Este exercício de treino é passado quando o auditor-estudante pode demonstrar, com satisfação do supervisor, que observou e leu todas as ações que ocorrem na agulha com precisão, e informar precisamente quando todas essas ações ocorreram. Uma folha rosa é emitida para erro em exercícios anteriores.

História: Desenvolvido por L. Ron Hubbard em St Hill em 1961 a fim de melhorar a capacidade de ler o E-metro, dos estudantes de St Hill do SHSBC.

## EXERCÍCIO DE E-METRO-16

Número: EM-16.

Nome: PRODUÇÃO DE REAÇÕES NA AGULHA.

Propósito: treinar o auditor-estudante a produzir as várias ações da agulha, a reconhecer as várias ações da agulha, a usar o E-metro para localizar incidentes específicos e fenômenos, e mostrar ao auditor-estudante que pode manejar o banco de um preclaro.

Posição: O treinador e o auditor-estudante sentam-se em frente um do outro a uma mesa com um E-metro, e o treinador segura os eléctrodos.

Comandos: Nenhum comando fixo. Perguntas verbais, projetadas para produzir ações da agulha.

Destaques do Treino:

Este exercício de treino não é treinado pelo treinador. É treinado pelo instrutor. O auditor-estudante produz ações básicas da agulha em tantos treinadores quantos ele tiver tempo, mantendo um registo escrito de cada treinador conferido. Quando está confiante de poder produzir essas ações da agulha à vontade em qualquer preclaro, será examinado pelo instrutor neste exercício de treino.

As ações da agulha podem ser produzidas fazendo perguntas ao longo das linhas seguintes, mas deve ser lembrado que outras coisas também podem produzir estas ações:

1. Uma queda: Perdas, mentiras, problemas de tempo presente, elos, e discordâncias com uma realidade.
2. Uma subida: Não-confronto, uma restimulação de quebra de ARC, irrealismo, fora-de-sessão, temor, irresponsabilidade, identificação, ausência, dispersão e confusão.
3. Uma agulha presa: Traição, fúria, parado ou a parar, ódio, atenção fixa, ajuda falhada, ajuda recusada, terror e fracasso.
4. Uma Teta Bop: Exteriorizações, operações, desejo de deixar alguma coisa, lesões violentas e choques.
5. O passo 5 foi eliminado pelo BTB de 18 de Janeiro de 1977R. Tem a ver com a produção de R/Ss.
6. Nenhuma reação: Qualquer coisa des-restimulada ou descarregada ou inerte.
7. Uma Mudança De Característica: Qualquer das causas acima.
8. Uma agulha livre: Demonstrada por eliminação. Se o auditor-estudante foi capaz de produzir quaisquer das ações da agulha acima, então a agulha não era uma agulha livre.

Este exercício de treino é passado quando o auditor-estudante pode provar com satisfação do supervisor que pode produzir estas ações da agulha.

História: Desenvolvido para o 20º ACC em 1958 e revisto por L. Ron Hubbard em Dezembro. 1963.

## EXERCÍCIO DE E-METRO-17

Número: EM-17.

Nome: O QUE FAZ O E-METRO LER E LIMPAR UMA LEITURA.

Propósito: ensinar o auditor-estudante que o E-metro reage a pensamento e discordância. Para ensinar o auditor-estudante a limpar uma leitura particular.

Posição: O auditor-estudante senta-se em qualquer posição segurando o E-metro como quiser. Outro estudante senta-se e lê um boletim em silêncio, enquanto segura os electrodos e responde a perguntas feitas pelo auditor-estudante.

Comandos: Nenhum, exceto 2WC.

Destaques do Treino:

Enquanto o estudante se senta e lê um boletim em silêncio, o auditor-estudante olha para o E-metro procurando um tique ou uma leitura. O auditor-estudante observa cuidadosamente a característica exata da leitura. Poderia ser um tique de 6 mm, ou um tique duplo, ou uma subida acelerada.

Tendo observado a leitura e anotando a sua característica, o auditor-estudante pergunta ao estudante que lê o boletim, "O que é que acabaste de ler?" e manda o estudante ler isso no boletim outra vez, só que agora em voz alta.

É agora tarefa do auditor-estudante encontrar de novo no E-metro a mesma leitura exata por ele observada. Para isso o auditor-estudante usa 2WC a respeito do que foi lido a fim de localizar o pensamento que o estudante teve em discordância com o que foi lido no boletim. Quando o pensamento exato de discordância com o que foi lido no boletim é encontrado, a mesma exata leitura ocorrerá. O auditor-estudante pode agora mandar o estudante ler outra vez aquela parte do boletim. Se o auditor-estudante encontrou a leitura exata notada, aquela leitura não ocorrerá outra vez quando o estudante ler; contudo, o auditor-estudante pode notar que agora há uma leitura diferente na mesma secção do boletim. Ele anota as características dessa leitura e agora trabalha para recuperar essa leitura descobrindo o novo pensamento de discordância do estudante. O auditor-estudante reconhecerá que o estudante que lê o boletim realmente não o compreende e pode tornar-se tolerante acerca do assunto. Isto não é uma sessão de audição, mas está bem que o auditor-estudante ajude outro estudante.

Este exercício é passado quando o auditor-estudante puder observar uma leitura, essa mesma leitura localizando o pensamento de discordância, e assim limpar a leitura do E-metro. Se um estudante auditor puder fazer isto, terá realidade de que, quando o preclaro pensa algo, o E-metro lê, e que o E-metro lê em discordâncias. Folhas rosas são dadas para exercícios anteriores precisando melhoria.

História: Desenvolvido por L. Ron Hubbard em Setembro, 1962, em St Hill quando se descobriu que a maioria dos auditores acreditava que o E-metro reagia à sua própria voz, ou ao corpo do preclaro ou por alguma outra razão nebulosa.

## EXERCÍCIO DE E-METRO-18

Número: EM-18.

Nome: LEITURAS INSTANTÂNEAS de RUDIMENTOS. (Veja Apêndice).

Propósito: treinar o auditor-estudante a reconhecer e nomear leituras instantâneas de rudimentos.

Posição: O treinador e o auditor-estudante sentam-se em frente um do outro a uma mesa com um E-metro, e o treinador segura os eléctrodos.

Comandos: Lista dos rudimentos.

Destaques do Treino:

O auditor-estudante confere os rudimentos de quantos treinadores ele tiver tempo, mantendo um registo escrito de cada treinador conferido.

O auditor-estudante estabelece o Fator R de que ele vai fazer um Assessment de rudimentos sobre a última sessão do treinador ou, se o treinador não foi auditado essa semana, os rudimentos de hoje com cada pergunta prefixada com "Hoje", e que não se espera qualquer resposta do treinador. O auditor-estudante começa então a fazer as perguntas de rudimentos marcando o rudimento dentro ou fora. Ele apenas faz as perguntas e acusa a receção sem qualquer resposta do treinador. Um rudimento está fora se lê e dentro se não lê.

Este exercício é passado quando o auditor-estudante puder fazer um perfeito Assessment de rudimentos, sem erros quanto a quais os rudimentos dentro ou fora, e puder definir com precisão uma leitura instantânea de rudimento.

Uma Leitura Instantânea de Rudimento. Em rudimentos, repetitivos ou rápidos, a leitura instantânea pode ocorrer algures dentro da última palavra da pergunta, ou quando o pensamento principal foi antecipado pelo preclaro, e deve ser aceite pelo auditor. Esta não é uma leitura prévia. Os Pcs que mal estão em sessão, sendo manejados por auditores com um TR-1 indiferente, antecipam-se reactivamente à leitura instantânea, porque estão sob o seu próprio controle. Tal leitura ocorre no corpo da última palavra significativa da pergunta e nunca latente. O supervisor, examinando o auditor-estudante neste exercício de treino, desde que note alguma fraqueza do auditor-estudante nos exercícios, deve prontamente emitir uma folha rosa sobre os que precisam de correção.

## EXERCÍCIO DE E-METRO-19

Número: EM-19.

Nome: LEITURAS INSTANTÂNEAS.

Propósito: treinar o auditor-estudante a reconhecer e designar leituras instantâneas.

Posição: O treinador e o auditor-estudante sentam-se em frente um do outro a uma mesa com um E-metro e o treinador segura os eléctrodos.

Comandos: A folha de originações do preclaro.

Destaques do Treino:

O auditor-estudante pega numa linha da folha de originações do preclaro e, enquanto olha para o E-metro, diz a linha ao treinador.

Feito isto, o treinador pergunta-lhe “obtiveste uma leitura instantânea? Qual foi?”

Se o auditor-estudante tem qualquer dúvida sobre se leu ou não leu, o treinador manda o auditor-estudante definir leitura instantânea e pensamento principal.

Uma Leitura Instantânea. Uma leitura instantânea é definida como aquela reação da agulha que ocorre no final exato de qualquer pensamento principal expresso pelo auditor. HCOB de 25 de Maio de 1962.

Pensamento principal. Por pensamento principal queremos dizer o pensamento completo expresso em palavras pelo auditor. As leituras que ocorrem antes da conclusão do pensamento principal são “leituras prévias”. As leituras que ocorrem depois da sua conclusão são “leituras latentes”. HCOB de 25 de Maio de 1962.

Se o auditor-estudante não pode dar a definição precisa, o treinador lê de novo a definição para o auditor-estudante, até que a definição possa ser duplicada e prosseguir com o exercício.

São dadas falhas por qualquer exercício de treino prévio errado, hesitação ao nomear as leituras e definições imprecisas.

Este exercício é passado quando o auditor-estudante pode demonstrar a leitura precisa das leituras instantâneas até à satisfação do supervisor.

História: Desenvolvido por L. Ron Hubbard em 1962 para estudantes do SHSBC.

## EXERCÍCIO DE E-METRO-20

Número: EM-20.

Nome: COMO SUJAR E LIMPAR UMA AGULHA.

Propósito: Ensinar um auditor-estudante o que provoca uma agulha suja e como limpar essa agulha suja.

Posição: O auditor-estudante e um estudante sentam-se em frente um do outro a uma mesa com um E-metro e um estudante a segurar os eléctrodos. Sensibilidade fixada em 16.

Comandos: As perguntas seguintes são as únicas que o auditor-estudante pode fazer ao estudante:

Qual é o teu nome?

Qual é a tua altura?

Qual é o teu peso?

Qual é a cor do teu cabelo?

Qual é a cor dos teus olhos?

Qual é a tua nacionalidade?

És casado ou solteiro?

Onde vives?

De onde é que és?

Qual é a tua ocupação?

Que tipos de trabalho tens feito?

Gostas de andar?

Guias?

Gostas de jogos desportivos?

Lês muito?

Gostas de ficção?

Gostas de não-ficção?

Vês televisão?

O que é que comeste ao pequeno almoço?

Qual é a cor dos teus sapatos?

Tens passaporte?

Como é que vieste para este curso?

Em que tipo de casa vives?

Qual foi a última vez que foste às compras?

Que horas são?

Dormiste bem ontem à noite?

Gostas do tempo?

Onde é que estás agora?

O sol está a brilhar?

A que grupos pertences?

Que animais tiveste?

Tens um rádio?

Gostas de música?

De que tipo de música gostas?

Gostas de gatos?

Alguma vez votaste?

Quantas horas dormes por noite?

Destaques do Treino:

A coisa mais importante sobre auditar limpando uma pergunta no E-metro é saber que o E-metro reage primeiro na sessão e depois no banco do preclaro; por isso é muito importante manter um bom ciclo de audição e um bom ciclo

repetitivo no preclaro. Se isto não é feito, então o E-metro começa a reagir na sessão e não no banco do preclaro. Esta reação na sessão manifesta-se por uma agulha suja.

Por isso, torna-se muito importante saber o que causa uma agulha suja e como ela é limpa, quando ocorre.

O auditor-estudante neste exercício deve em primeiro lugar sujar a agulha do estudante e então limpá-la. O auditor-estudante deve sujar e então limpar a agulha de cada uma das seguintes formas:

1. Faça as perguntas antes do estudante estar pronto para as receber, até obter uma agulha suja, e então limpe a agulha.
2. Faça as perguntas de tal maneira que o estudante não as receba, até obter uma agulha suja, e então limpe a agulha.
3. Faça as perguntas de tal maneira que o estudante não tenha qualquer possibilidade de lhes responder completamente, até obter uma agulha suja. Agora limpe a agulha.
4. Faça as perguntas, deixe o estudante responder, e então finja entender mal a sua resposta dizendo que não compreendeu. Quando a agulha suja, limpe-a.
5. Faça as perguntas relativas ao estudante e então duvide de todas as suas respostas conferindo-as no E-metro ou fazendo perguntas invalidativas ou avaliativas. Depois de sujar a agulha, limpe-a.
6. Faça as perguntas, mas corte todas as respostas do estudante com um reconhecimento, até a agulha sujar. Agora limpe a agulha.
7. Faça as perguntas do estudante, mas nunca acuse a receção a uma resposta. Quando a agulha sujar, limpe-a.
8. Faça as perguntas do estudante, mas responda a todas elas por ele. Limpe a agulha depois de a sujar desta forma.
9. Faça as perguntas no E-metro cuidadosamente limpando limpos em todas as oportunidades até obter uma agulha suja, e então limpe a agulha.
10. Faça as perguntas no E-metro. Desta vez perca toda e qualquer das leituras. Quando a agulha sujar, limpe-a.

Estas são algumas das principais formas de desordenar o ciclo de audição e provocar uma agulha suja. Há outras que o auditor-estudante deve descobrir estudando o ciclo de audição.

A agulha é limpa obtendo as considerações do estudante com respeito ao que tem estado a acontecer no exercício, mantendo um bom ciclo de audição enquanto o faz, e completando o ciclo repetitivo de obter as suas considerações até a agulha estar limpa.

Este exercício é passado quando o auditor-estudante puder demonstrar ao supervisor que pode limpar uma agulha, que compreende o que provoca uma agulha suja, e que pode manter um bom ciclo de audição repetitivo enquanto limpa a agulha. Erros em exercícios anteriores devem ser a notados pelo instrutor e emitidas folhas rosas para exercícios a ser refeitos pelo auditor-estudante.

História: Desenvolvido por L. Ron Hubbard em 1963, St Hill.

## EXERCÍCIO DE E-METRO-21

Número: EM-21.

Nome: DIRIGIR o E-METRO.

Propósito: treinar um auditor-estudante a ajudar o preclaro a encontrar uma resposta a uma pergunta, quando surgem dificuldades, com um “isso” cada vez que uma leitura latente repetir a leitura instantânea de uma pergunta. Ensinar o auditor-estudante que este é um método de limpar uma agulha suja.

Posição: O auditor-estudante e um estudante sentam-se em frente um do outro a uma mesa com um E-metro, e o estudante segura os eléctrodos. A sensibilidade pode ser fixada em 16 ou 32, o que depende do modelo do E-metro, e o botão amplificador de sensibilidade pode estar em qualquer posição necessária para assegurar as leituras.

Comandos: “Considere os acontecimentos de hoje”.

Destaques do Treino:

Passo 1. O auditor-estudante tem que dar o comando acima e observar cuidadosamente a característica de alguma leitura ocorrida enquanto o estudante executa o comando de audição. O auditor-estudante tem que indicar a leitura que observou perguntando ao estudante, “o que foi isso?” Quando isto lhe é perguntado o estudante não deve responder, mas pensar várias outras coisas. Feito isto, o estudante pensa agora no pensamento original que produziu a leitura que o auditor-estudante questionou, momento em que aquela mesma leitura voltará a ocorrer no E-metro. Quando a leitura ocorre, o auditor-estudante tem que indicar que a observou dizendo. “Esse foi o mesmo pensamento”.

Se o auditor-estudante nomeou a mesma leitura exata, o que o estudante está a pensar agora será o que ele pensou originalmente quando o auditor-estudante o questionou. Se não for o caso, a segunda leitura que o auditor-estudante nomeou não foi realmente uma duplicata da que ele originalmente observou. Isto é naturalmente uma falha, e o auditor-estudante terá que tentar outra vez observando mais cuidadosamente a característica exata de uma leitura, e apanhando aquela mesma leitura quando volta a ocorrer.

Passo 2. O auditor-estudante deve observar o comportamento da agulha do estudante no E-metro. Se a agulha está limpa (uma agulha limpa é uma agulha que reage quando o auditor fala e não faz nada o resto do tempo), o auditor-estudante deve pegar noutro estudante.

Se a agulha não está limpa, o auditor-estudante deve dizer ao estudante que vai agora limpar a agulha e quererá saber em que o estudante está a pensar quando o estudante auditor diz “Isso”.

O auditor-estudante observa uma certa característica da agulha nos fenómenos de agulha suja (i.e., um tique duplo particular de um certo tamanho ou uma paragem numa atividade nervosa) e procede à limpeza da agulha guiando-o (dizendo “Isso” sempre que aquela exata leitura particular ocorre) e perguntando ao estudante o que estava a pensar. Quando aquela leitura particular é limpa, outra leitura particular é notada e manejada da mesma forma até a agulha ficar limpa.

NOTE que em audição regular só se guiaria conforme o Passo 1 acima, quando o preclaro estava com dificuldade em responder a uma pergunta de rudimentos, uma pergunta de prepcheck, ou uma pergunta dada em audição por listas. A ação de guiar só é usada ao limpar uma agulha ou uma pergunta na agulha. Além disso, um preclaro pode responder uma pergunta sempre que



ele tem uma resposta. O estudante não responde à pergunta no Passo 1 a fim de dar ao estudante a prática de guiar.

Este exercício é passado quando o auditor-estudante puder demonstrar a capacidade de guiar corretamente e limpar uma agulha para satisfação do supervisor. Uma folha rosa é dada para qualquer exercício anterior ou exercício de E-metro errado.

História: Desenvolvido por L. Ron Hubbard em St Hill em 1961 para habilitar os estudantes Do SHSBC a ajudar os seus preclaros a responder às perguntas que são limpas através da agulha, e permitir aos estudantes limpar uma agulha mais pronta e facilmente.

## EXERCÍCIO DE E-METRO-22

Número: EM-22.

Nome: E-METRO, DATA ESCONDIDA, ESTA VIDA.

Propósito: treinar o auditor-estudante a localizar uma data na pista com o E-metro, a aumentar a realidade do auditor-estudante na factualidade de um E-metro e na factualidade da pista do tempo, e dar ao auditor-estudante uma grande familiaridade com o E-metro e seu uso.

Posição: O auditor-estudante e o treinador sentam-se em frente um do outro a uma mesa. O estudante auditor maneja o E-metro enquanto o treinador segura os eléctrodos.

Comandos: Nenhum comando fixo. É usado o método de interrogação "Acima e abaixo" para isolar a data correta.

Destaques do Treino:

O treinador seleciona uma data, de preferência o seu aniversário, ou qualquer aniversário conhecido. Depois à medida que o auditor-estudante melhora, o treinador seleciona qualquer data (mês, dia e ano) ao acaso, dos primeiros anos da sua vida presente. Ele não diz ao estudante a data. O auditor-estudante, através do E-metro, encontra a data que o treinador selecionou, sem o treinador responder ou dizer seja o que for com exceção das instruções para o treinar.

Uma data é achada pelo processo de eliminação. As perguntas do auditor-estudante são deste tipo: "A data é antes de 1940 D.C.? . . . Depois de 1940 D.C.?" Se a agulha reage, a resposta é sim. Se a agulha não reage, a resposta é não. Se a agulha reage na primeira pergunta, então, a segunda pergunta não é feita. Se a agulha não reage em qualquer das perguntas, então o estudante auditor não deu nenhum ano nem sequer perto do correto, ou tem feito as perguntas com um TR1 pobre.

Achado o ano, o auditor-estudante localiza o mês, "Isso é antes de Junho de 1945 DC... Depois de Junho de 1945 DC.?" Então é achado o dia, "Isso é antes de 15 de Março de 1945 DC? . . . Depois de 15 de Março de 1945 DC.?" À medida que o auditor-estudante melhora, o treinador deve aumentar a dificuldade da data a ser achada, seleccionando mês, dia, ano e também minutos e segundos.

O auditor-estudante pode usar "antes de" e "depois de", mas não "mais que. . . menos que" para esta vida.

O treinador deve chumbar o auditor-estudante por TRs de 0 a 2 pobres; por perguntas tipo Q&A ambíguo indireto; por interpretação imprópria de leituras do E-metro; ou por levar uma quantidade excessiva de tempo.

O auditor-estudante passa este exercício quando puder facilmente, corretamente e com precisão, datar ao E-metro.

História: Desenvolvido como "Parte do Corpo Escondida do E-metro" por L. Ron Hubbard em Novembro de 1958, em Londres, e revisto em Dezembro, 1963.

## EXERCÍCIO DO E-METRO - 23

Número: EM-23.

Nome: ASSESSMENT POR TA.

Propósito: treinar o auditor-estudante a verificar uma lista com precisão selecionando aquele item que, submetido a breve discussão, produz o maior movimento de TA.

Posição: O treinador e o auditor-estudante sentam-se em frente um do outro a uma mesa com um E-metro e o treinador a segurar os eléctrodos.

Comandos: Listas preparadas de Assessment apenas de itens. (Veja Apêndice). Não deve ser permitida qualquer listagem.

Destaques do Treino:

O auditor-estudante verifica tantas listas em tantos treinadores quanto possível, mantendo um registo escrito de cada treinador conferido. O auditor-estudante verificará listas preparadas, mantendo um registo preciso do movimento de TA em cada item.

Para fazer este exercício o auditor-estudante manda o treinador discutir brevemente cada item da lista enquanto o auditor-estudante ouve, para marcar com precisão o movimento do TA obtido em cada item, e acusar a receção ao treinador.

Completada a lista, o auditor-estudante passa imediatamente a lista de Assessment ao treinador e informa-o do item que produziu mais movimento de TA. O treinador confere então o movimento de TA de cada item para averiguar se o auditor-estudante seleccionou o item correto. Se o auditor-estudante seleccionou o item errado, faz a mesma lista outra vez. O auditor-estudante deve aprender a localizar o movimento de TA com precisão num assunto dado, sem demora entre examinar a lista e somar a ação do TA.

Favor notar que todos os exercícios de Assessment são feitos com listas preparadas. O treinador nunca deve ser de facto instado a listar.

São dadas falhas por qualquer exercício de treino prévio quando errado, por levar tempo a mais com o Assessment, por pôr a atenção na lista num esforço para somar o TA e por seleccionar os itens errados.

Este exercício de treino é passado quando o auditor-estudante puder, com precisão e suavidade, verificar uma lista através do TA.

História: Desenvolvido por L. Ron Hubbard em St Hill em 1963.

## EXERCÍCIO DE E-METRO-24

Número: EM-24.

Nome: VERIFICAÇÃO POR LEITURA INSTANTÂNEA.

Propósito: treinar o auditor-estudante a verificar uma lista precisa e rapidamente através de leitura instantânea.

Posição: O treinador e o auditor-estudante sentam-se em frente um do outro a uma mesa com um E-metro e o treinador segura os eléctrodos.

Comandos: Só lista de Assessment preparada. Não permita ao treinador listar.

Destaques do Treino:

O auditor-estudante verifica tantas listas em tantos treinadores quanto possível, mantendo um registo escrito de cada treinador conferido. Ele deve aprender a enunciar rapidamente uma lista e marcar com precisão todos os itens com leitura instantânea. Isto deve ser exercitado até o estudante auditor poder fazer isto rapidamente e com precisão. Se a agulha do treinador ficar suja enquanto isto, o auditor-estudante pode limpá-la pedindo ao treinador para dizer que comunicação foi cortada, mas lembrando que o auditor-estudante não está ali para auditar o treinador ou fazer qualquer coisa pelo caso do treinador; o auditor-estudante está a fazer o exercício com o único propósito de aprender como verificar uma lista através de leitura instantânea.

Depois de o auditor-estudante poder verificar uma lista com precisão através de leitura instantânea e marcar todos os itens dentro ou fora corretamente, o auditor-estudante pode proceder a nulificar uma lista completamente através de eliminação até qualquer deles estar dentro ou todos fora.

Este exercício é passado quando o auditor-estudante puder rapidamente, sem vacilação e sem ter que ler um item várias vezes, marcar os itens dentro ou fora com precisão completa, e eliminar devidamente a lista, ou a um item ou todos fora.

São dadas falhas por qualquer exercício de treino prévio errado.

O supervisor, se ao examinar cuidadosamente este exercício, notar alguma fraqueza no exercício de treino do auditor-estudante, como no TR-1 e quaisquer dos exercícios de E-metro anteriores, toma ação pronta no sentido de mandar o auditor-estudante trabalhar mais neles, emitindo uma folha rosa.

História: Desenvolvido em 1961 por L. Ron Hubbard em St Hill para uso no Assessment de listas.

## EXERCÍCIO DO E-METRO - 25:

**Nome:** DATAR A PISTA DO TEMPO

**Propósito:** Treina o estudante auditor a localizar datas na pista do tempo precisa e rapidamente. Para ajudar a estabelecer a realidade da pista do tempo e demonstrar que o e-metro pode ser usado para estabelecer algo na ausência de respostas verbais da parte do preclaro.

**Posição:** O treinador e o auditor-estudante sentam-se em frente um do outro a uma mesa com um E-metro e o treinador segura os electrodos.

**Comandos:** Sem comandos fixos.

**Destaques do Treino:**

*Passo 1:* O estudante auditor é em primeiro lugar treinado a estabelecer a ordem correta de magnitude de uma data da pista do tempo. O treinador escreve num papel a ordem de magnitude de uma data imaginária. Por exemplo, a ordem de magnitude que o treinador escreve é *dezenas de anos*. O estudante auditor tem então que estabelecer através do e-metro essa ordem de magnitude.

A fraseologia é: “Essa ordem de magnitude é de segundos, minutos, dias, anos, dezenas de anos, centenas de anos, milhares de anos?” e assim sucessivamente até obter uma leitura definida. O estudante auditor informa então o treinador da ordem de magnitude; o treinador chumba o estudante auditor se a ordem de magnitude estiver incorreta, e o estudante auditor tem que trabalhar de novo para a localizar, até a ordem de magnitude correta ser estabelecida. Uma vez estabelecida, o treinador mostra o papel onde a ordem de magnitude está escrita. O treinador deve trabalhar para tornar o estudante auditor proficiente neste passo do exercício para que ele possa prontamente lidar com grandes secções de tempo.

*Passo 2:* Depois o treinador escreve num papel um número definido de anos, em números redondos como: “há 75 triliões de anos”, “há 150 biliões de anos”, “há 89 biliões de anos”, ou algo do género. O estudante auditor encontra a data obtendo em primeiro lugar a ordem de magnitude. Digamos que a ordem de magnitude é de dezenas de milhares de triliões de anos atrás. Então, usando “superior a” e “inferior a”, o estudante auditor chega à data específica. “Esta data superior a cinquenta milhares de triliões de anos atrás, inferior a cinquenta milhares de triliões de anos atrás?” O estudante auditor obterá uma leitura numa das perguntas e pega na quer ler. Se nenhuma delas ler, o TR1 foi pobre ou a data muito longe da correta. No exemplo, a leitura foi em “inferior a 50 milhares de triliões de anos atrás”. A sequência seria:

“Esta data é superior a 25 milhares de triliões de anos atrás? Leu”.

“Esta data é superior a 35 milhares de triliões de anos atrás, inferior a 35 milhares de triliões de anos atrás? Leu em inferior”.

“Esta data é superior a 30 milhares de triliões de anos atrás? Leu”.

“Esta data é há 30 milhares de triliões de anos atrás, 31, 32. Leu. 32 milhares de triliões de anos é uma data correta? é uma data incorreta? leu como correta”.

Note que se a primeira pergunta, superior a, ler, a segunda já não é feita.

Se o estudante auditor fez um bom trabalho a ler o e-metro, usou um bom TR1 e não se atrapalhou, a data estará correta e comparável à data anotada no papel do treinador. É uma falha obter uma data errada. Quando o estudante auditor obtém a data correta, o treinador mostra-lhe que a data é a mesma que está escrita.

*Passo 3:* No último passo do exercício o treinador escreve uma data completa como: *56.276.345.829.100 anos, 315 dias, 42 horas, 15 minutos e 10 segundos atrás.*

Usando o mesmo procedimento do segundo passo, o estudante auditor localiza a data a fundo. O treinador não deve dar uma data superior a centenas de triliões de anos atrás. O estudante auditor chumba se não obtiver a data correta e passa se a obtiver.

Para propósitos de clarificação, o seguinte é o que os vários espaços de tempo significam:

1 a 9, anos.

10 a 99, dezenas de anos.

100 a 999, centenas de anos.

1.000 a 9.999, milhares de anos.

10.000 a 99.999, dezenas de milhares de anos.

100.000 a 999.999, centenas de milhares de anos.

1.000.000 a 9.999.999, milhões de anos.

10.000.000 a 99.999.999, dezenas de milhões de anos.

100.000.000 a 999.999.999, centenas de milhões de anos.

1.000.000.000 a 9.999.999.999, bilhões de anos.

10.000.000.000 a 99.999.999.999, dezenas de bilhões de anos.

100.000.000.000 a 999.999.999.999, centenas de bilhões de anos.

1.000.000.000.000 a 9.999.999.999.999, triliões de anos.

10.000.000.000.000 a 99.999.999.999.999, dezenas de triliões de anos.

100.000.000.000.000 a 999.999.999.999.999, centenas de triliões de anos.

1.000.000.000.000.000 a 9.999.999.999.999.999, milhares de triliões de anos.

10.000.000.000.000.000 a 99.999.999.999.999.999, dezenas de milhares de triliões de anos.

100.000.000.000.000.000 a 999.999.999.999.999.999, centenas de milhares de triliões de anos.

Continuando assim, da forma seguinte:

milhões de triliões de anos.

dezenas de milhões de triliões de anos.

centenas de milhões de triliões de anos.

bilhões de triliões de anos.

dezenas de bilhões de triliões de anos.

centenas de bilhões de triliões de anos.

triliões de triliões ou triliões-2 de anos.

dezenas de triliões-2 de anos.

centenas de triliões-2 de anos.

milhares de triliões-2 de anos.

dezenas de milhares de triliões-2 de anos.

centenas de milhares de triliões-2 de anos.

milhões de triliões-2 de anos.

dezenas de milhões de triliões-2 de anos.

centenas de milhões de triliões-2 de anos.

bilhões de triliões-2 de anos.

dezenas de bilhões de triliões-2 de anos.

centenas de bilhões de triliões-2 de anos.

triliões-3 de anos.

Este exercício é passado quando o estudante auditor puder datar precisa e rapidamente na pista do tempo. Quaisquer erros em exercícios anteriores notados

pelo supervisor devem ser revistos pelo estudante através da emissão de uma folha rosa.

**História:** a datação da pista do tempo foi feita a primeira vez por L. Ron Hubbard em 1951 quando era óbvio que os Pcs recordavam incidentes muito anteriores no tempo à sua presente vida.

Datar foi um assunto ensinado em cursos de Cientologia a partir dessa altura. O exercício foi revisto em 1963.

## **EXERCÍCIO de E-METRO - 26**

NÚMERO: EM 26.

NOME: DIFERENCIAÇÃO ENTRE TAMANHOS DE LEITURAS da AGULHA.

PROPÓSITO: ensinar um auditor-estudante a diferenciar os tamanhos das leituras da agulha.

POSIÇÃO: O treinador e o auditor-estudante sentam-se em frente um do outro a uma mesa com um E-Metro e o treinador segura os eléctrodos. A sensibilidade é fixada tão alto quanto necessário para assegurar que são obtidas leituras.

Comandos: Apenas a lista preparada de Assessment. Não lhe permita listar.

Destaques do Treino:

O auditor-estudante verifica a lista lendo cada item. Quando chega ao fim da lista, deve poder determinar o item que deu maior leitura, o segundo, e o terceiro.

Este exercício é muito importante na medida em que, no Nível V e Nível VI de audição, se torna necessário que um auditor obtenha leituras grandes em metas, itens, análise de caso e conferindo coisas. Enquanto que em níveis inferiores basta que algo leia, no nível VI é importante o tamanho da leitura. Se a leitura é grande, então é isso. No nível VI uma leitura de 5 cm é quase a menor leitura aceitável com a sensibilidade em 4.

A finalidade deste exercício é o auditor-estudante familiarizar-se com a procura de leituras maiores, não apenas qualquer leitura; e para fazer isto ele tem que poder diferenciar os tamanhos das leituras.

Este exercício é passado quando o supervisor está seguro de que o auditor-estudante pode fazer o anterior. Qualquer erro em exercícios anteriores é retificado pela emissão de uma folha rosa.

História: Desenvolvido por L. Ron Hubbard em St Hill em 1964. quando se percebeu que a maioria das metas erradas foram corridas porque o auditor aceitou leituras pequenas.



## EXERCÍCIO de E-METRO -27

Número: EM 27.

Nome: OBSERVAÇÃO da AGULHA.

PROPÓSITO: Treinar o auditor-estudante a observar qualquer reação da agulha fora da linha direta de visão a fim de não perder qualquer leitura da agulha.

Posição: O treinador e o auditor-estudante sentados ao lado um do outro a uma mesa com o E-Metro, um boletim, e o treinador com os eléctrodos nas mãos com a sensibilidade nem muito alta nem muito baixa para produzir uma leitura da agulha de 2,5 a 5 cm quando as latas são apertadas.

Comandos: Nenhum comando fixo.

Destaques do treino:

Passo 1. O E-Metro neste passo é colocado na exata posição habitual da audição real. O boletim está ao lado do E-Metro na posição onde a Forma de Relatório de Audição é usualmente mantida.

O treinador faz o E-Metro ler apertando os eléctrodos. O auditor-estudante nomeia todas as leituras da agulha dizendo "Isso", enquanto ao mesmo tempo dirige a sua visão da seguinte maneira.

- a. O auditor-estudante confronta seja o que for diretamente na frente da linha de visão do nível do olho.
- b. O auditor-estudante lê o boletim.
- c. O auditor-estudante olha para a sua mão esquerda no lado esquerdo do e-metro.
- d. O auditor-estudante olha para o colo.
- e. O auditor-estudante olha para a sua direita.
- f. O auditor-estudante olha para a sua esquerda.

Passo 2. O treinador manda o auditor-estudante fazer tudo isto uma vez mais, só que desta vez o treinador manda o auditor-estudante descrever tudo o que pode ver ou dizer-lhe o que está a ler no boletim. Enquanto isto, o treinador faz outra vez a agulha ler apertando os eléctrodos; e o auditor-estudante tem que nomear todas as leituras à medida que ocorrem com um "Isso".

Passo 3. Neste passo o treinador manda o auditor-estudante confrontar seja o que for diretamente na frente da sua linha de visão, enquanto o estudante auditor segura o E-Metro em posições diferentes. O treinador faz outra vez a agulha ler apertando os eléctrodos várias vezes.

O auditor-estudante segura o E-Metro nas posições seguintes:

- a. À direita com a face do E-Metro paralela à sua própria linha de visão.
- b. À direita com a face do E-Metro a 90° com a sua linha de visão.
- c. À esquerda com a face do E-Metro paralela à sua linha de visão.
- d. À esquerda com a face do E-Metro a 90° com a sua linha de visão.
- e. À direita da testa com o E-Metro de frente para ele a aproximadamente 25 cm da testa.
- f. Qualquer outra posição seleccionada pelo treinador.

Ao fazer este exercício o treinador deve ter o cuidado de se sentar numa posição em que o treinador possa ver o e-metro e colocar as mãos de tal maneira que o auditor-estudante não possa ver os eléctrodos a serem apertados.

Este exercício é passado quando o auditor-estudante puder nomear as leituras exatamente em cada dos três passos deste exercício. Qualquer imperícia nos exercícios anteriores do E-Metro deve ser retificada pelo supervisor emitindo uma folha rosa, de forma que o exercício em erro possa ser revisto pelo auditor-estudante.

História: Desenvolvido por L. Ron Hubbard a 4 de junho de 1964 em St Hill onde foi notado que os estudantes dos níveis mais altos de audição estavam a perder leituras vitais para o percurso do Nível VI.

## **EXERCÍCIO de E-METRO -CR0000 3**

Número: CR0000 3

Nome: CONFRONTAR O E-Metro

Propósito: Treinar um auditor a confrontar um E-Metro.

Posição: O estudante com um E-Metro numa mesa à sua frente.

Comandos: Nenhum.

Destaques do treino:

Se um estudante tem dificuldade nos exercícios de E-Metro precedentes, é feito este exercício. É um passo gradual para um maior controle de sessão.

O estudante confronta o E-Metro e não faz mais nada durante duas horas. O Supervisor mantém o estudante debaixo de olho e para que ele faça o exercício continuamente durante duas horas. Se o estudante tem dificuldades, o Supervisor deve mandá-lo clarificar os mal-entendidos sobre o E-Metro e então devolvê-lo ao exercício.

O exercício é completado quando o estudante completou pelo menos duas horas no exercício, e o está a fazer confortavelmente.

História: Desenvolvido por L. Ron Hubbard em 1971 em Flag, para fornecer um gradiente para Exercícios de E Metro mais difíceis.

## **EXERCÍCIO de E-METRO -CR0000 4**

Número: CR0000 4

NOME: VER A SESSÃO

Propósito: Treinar um Auditor a poder ver o pc, as mãos do pc nas latas, o e-metro mais qualquer leitura e a folha de trabalho sem ter que olhar para qualquer deles.

Posição: Treinador e Auditor em lados opostos da mesa. Mesa montada para uma sessão standard.

Comandos: TRs de 1 a 4 com Admin (conforme HCOB 17 abril 61 Exercícios de Treino Modernizados).

Destaques do treino:

O Auditor é treinado a alargar seu campo de visão até poder ver o e-metro, o pc, as mãos dos pc nas latas e as folhas de trabalho sem esforço. O estudante é chumbado por qualquer fraqueza em TRs anteriores, e retornado para os fazer se necessário. O estudante é reprovado por uma preparação não standard ou peculiar do equipamento para uma sessão que possa tornar impossível ver o e-metro, o pc e as folhas de trabalho simultaneamente. Se o estudante está com dificuldades, o treinador deve manejar o Auditor num gradiente, isto é, ver o e-metro e o pc perfeitamente, depois o e-metro e as folhas de trabalho, levando assim o Auditor a fazer o exercício. O exercício é passado quando o Auditor puder fazer o dito exercício sem esforço.

História: Desenvolvido em 1971 por L. Ron Hubbard para ajudar os Auditores a ganhar uma coordenação e controle de sessão mais suaves.

## **EXERCÍCIO de E-METRO CR0000 5**

Número: CR0000 5

Nome: EXERCÍCIO PARA AFERIR O E-METRO

Propósito: Treinar um Auditor a fazer uma aferição sem esforço numa sessão sem distrair o pc de forma alguma.

Posição: Treinador e Auditor em lados opostos da mesa. Mesa montada para uma sessão standard.

Comandos: Termos dos TRs de 1 a 4.

Destaques Do Treino:

O Auditor é treinado a fazer os passos de uma aferição enquanto faz os TRs de 1 a 4 com Admin até o poder fazer sem o treinador ver qualquer movimento ou ouvir qualquer clique ou ruído, suave e eficazmente. O Auditor é reprovado por qualquer vacilação, confusão, movimentos ou atenção observável na tomada ou botão de aferição. O exercício é terminado quando o Auditor puder fazer o exercício silenciosa e eficazmente com as suas mãos, enquanto faz os TRs de 1 a 4 com Admin.

Durante todo e qualquer dos Exercícios de E Metro, deve estar à mão uma cópia de "O Essencial do E-Metro" por L. Ron Hubbard. Os mal-entendidos são clarificados com o uso deste manual, e um uso extenso da tecnologia de clarificação de palavras.

Estes exercícios e qualquer outro exercício de e-metro também precisam de uma cópia de "Exercícios de E-Metro" em cima da mesa, pois podem ser frequentemente localizadas confusões anteriores nos exercícios deste livro.

A velha regra de que só uma referência constante à Fonte mantém 100% de resultados será adotada nestes exercícios da mesma maneira. Q&A verbal entre treinador e o estudante é FORA.

História: Desenvolvido em 1971 por L. Ron Hubbard para ajudar os Auditores a manejar uma aferição impecavelmente em sessão.

## **AFERIÇÃO DO E-METRO**

Os E-Metros podem sair de afinação durante uma sessão por causa de mudanças de temperatura.

Por isso, mesmo que o metro esteja devidamente calibrado e ler em 2.0 com uma resistência de 5,000 ohms e 3.0 com 12.500 ohms, no final da sessão um pc pode estar a ler aparentemente abaixo 2.0 porque o metro está desafinado.

O procedimento seguinte será por isso seguido no termo de CADA SESSÃO (DEPOIS DE DIZER "*FIM DE SESSÃO*"):

1. NÃO MOVA O BOTÃO DE AFERIÇÃO
2. DESLIGA OS ELÉCTRODOS.
3. MOVA O TA ATÉ A AGULHA ESTAR EM 'SET' À SENSIBILIDADE QUE ESTAVA A USAR NA SESSÃO
4. REGISTE A POSIÇÃO DO TA NO FUNDO DA FOLHA DO RELATÓRIO DO AUDITOR COMO: "Aferição: ta= ..."
5. SE O SEU E-METRO ESTÁ FORA DE CALIBRAÇÃO (como no Parágrafo 2 acima) REGISTE TAMBÉM: "erro de Calibração. . . no e-metro = 2.0 verdadeiro" ao fundo da folha.

L. RON HUBBARD  
FUNDADOR

## APÊNDICE

(Folha de Originações do Preclaro, R2-12 Lista Um, Assessment de Rudimentos, Listas Preparadas de Assessment de 1 a 12)

### FOLHA DE ORIGINAÇÕES DO PRECLARO

Para uso nos exercícios de E-Metro-15 e 19

Tenho uma dor no estômago.  
A sala parece maior.  
Sinto o meu corpo pesado.  
Tive um tique na perna.  
Sinto-me como se me estivesse a afundar.  
As cores na sala estão mais brilhantes.  
Sinto a minha cabeça inclinada.  
Sinto-me muito bem.  
Tenho uma sensação de medo terrível.  
Tu és o primeiro auditor que jamais prestou atenção ao meu caso.  
Acabei de realizar que tenho tido uma dor de cabeça durante anos.  
Isto é uma parvoíce.  
Sinto totalmente confuso.  
Ontem foi uma sessão muito boa.  
Tenho uma dor aguda nas costas.  
Quando é que vamos fazer algum processamento?  
Sinto de alguma forma mais leve.  
Não te posso dizer.  
Sinto-me muito mal - como se tivesse perdido algo, ou coisa do género.  
UAU - Eu antes não sabia isso.  
Parece que o quarto está a ficar mais escuro.  
Olha lá, isto realmente funciona.  
Sinto-me terrivelmente tenso.  
Com certeza que tu és um bom auditor.  
Parece que aquela parede se está a deslocar na minha direção.  
Se me voltas a dar esse comando, levas um murro na boca.  
Sinto-me como se algo me tivesse atingido no peito.  
Com certeza que tens aqui um gabinete muito bonito.  
Sinto-me todo morno.  
A propósito, ontem ganhei aquele torneio de ténis.  
Sinto que a minha cabeça parece ter algo atado à sua volta.  
Quando é que vais cortar o cabelo?  
Parece que consigo ver a parede por detrás do meu corpo.  
Este processamento vale um bom dinheiro.  
Sinto-me como se estivesse todo embainhado, de alguma forma.  
Quem é que vai vencer a Final da Taça?  
Parece que sou tão alto quanto este prédio.  
Esta cadeira é tão confortável que eu poderia dormir.  
Sinto-me como se de repente eu pudesse partir algo.  
Continuo a pensar sobre aquele chui que me apitou hoje de manhã.  
Eu posso ver os fac-símiles melhor.

De repente parece que as coisas estão muito mais nítidas.  
Ainda não acabámos com isto?  
Sinto-me como estivesse a flutuar.  
Parece que a parede está a cair sobre mim.  
Aquele parede parece mesmo fina.  
UAU!!! U-A-U!!!!!!  
Por quanto tempo é que vamos fazer este processamento?  
AU, OH AU.  
Tenho um tique na cara.  
Estou a ficar com sono.  
É a primeira vez que realmente estive em sessão.  
Estou esfomeado. Vamos almoçar.  
Lembro-me de uma altura em que caí e magoei-me.  
Posso fumar um cigarro?  
O que é que isto tem a ver com religião?  
De repente sinto-me tão cansado.  
Tudo está a ficar enevoadado.  
Quando é que acabamos?  
Pensei que fossemos usar Dianética.  
Esta sala está a girar?  
Durante quanto tempo mais é que temos que percorrer este processo?  
Tu és de longe o pior auditor que eu jamais tive.  
Os teus olhos cheiram mal.  
Acabei de compreender quão errado eu estive toda a minha vida.  
Estes processos funcionam de uma forma diferente nos homens do que nas  
mulheres?  
Sinto-me como se uma teia de aranha estivesse na minha cara.  
Dói-me o joelho esquerdo.  
Sinto-me tão leve!  
Não está a ficar aqui mais calor?  
Acabei de me lembrar da primeira vez que fui nadar.  
As minhas costas têm estado a doer assim durante anos.  
Quanto é que pesas?  
Tu és clear?  
Tu podes fazer o teu corpo flutuar no ar?  
É como se eu tivesse dores pelo corpo todo. É um somático, não é?  
Quantos engramas é que tu tiveste que percorrer?  
O que é que é este "assiste" de que tanto oiço falar?  
O que é que a Cientologia diz acerca dos fantasmas?  
Já alguma vez viste um Thetan Operante?  
Como é que tu me vais provar que eu tenho uma alma?  
Sinto-me com vontade de me matar.  
Quanto tempo é que eu vou levar para ficar clear?  
Acabei de realizar quão terrível a minha mãe realmente era.  
Tu és casado?  
Segura-me na mão.  
Sinto-me tão só.  
Quantas horas é que tu foste processado?  
Sinto-me como se não pudesse falar.  
O meu corpo está a começar a tremer por toda a parte.  
Doem-me as costelas.



Sinto-me como daquela vez em que fui atropelado pelo carro.  
Tudo parece estar a ficar escuro.  
Podemos parar e falar durante um bocadinho?  
Não ficas cansado de ouvir alguém como eu?  
Podes fazer o meu cabelo ficar encaracolado?  
Quanto tempo é que vai ser necessário para que eu perca dez quilos?  
Beija-me.  
Tu és o meu marido reencarnado de há 20000 anos atrás.  
Porque é que estás a falar tanto?  
Este último processo não está flat. Estou enjoado.  
Tu estás morto.  
Eu também estou morto.  
Estamos todos mortos.  
Eu adoro a morte.  
Mata-me.  
Bate-me.  
Não, - Não, não, não, NÃO!!!!!!  
Chmo Lácalic Chum.  
Raza Prac Chac Nopif.  
Vou vomitar para cima de ti se não parares.  
Adoro totalmente a maneira como tu manejas originações.  
Tu és querido.

## **ASSESSMENT DE RUDIMENTOS**

(Repete a primeira linha antes de cada item numerado)

Para uso no exercício de E-Metro-18

No fim da tua última sessão, o teu auditor falhou em descobrir e clarificar:

1. Uma supressão?
2. Algo com que tiveste cuidado?
3. Algo que não revelaste?
4. Algo que tu not-isaste?
5. Uma sugestão?
6. Um erro?
7. Algo acerca do qual tens estado ansioso.
8. Um protesto?
9. Uma decisão?
10. Algo que fizeste e deixaste por dizer.
11. Um problema?
12. Qualquer objeção que tinhas em relação à sala?

## LISTA PREPARADA DE ASSESSMENT 1

Para uso nos exercícios de E-Metro-23, 24 e 26

PERGUNTA DE ASSESSMENT: Qual é o teu cão favorito?

um bull terrier	um velho cão pastor inglês
um lebréu	um cão esquimó siberiano
um cão de caça à raposa	um cão caçador de lobos Irlandês
um bassê	um são bernardo
um terrier Irlandês	um chihuahua
um pequinês	um terrier escocês
um pastor alemão	um Sealyham terrier
um lulu da Pomerânia	um dobermann pinscher
um corgi	um setter inglês
um buldogue	um Gordon setter
um airedale	um Welch terrier
um sabujo	um cão pastor de Shetland
um chow	um Welch collie
um dálmata	um lobo de Alsácia
um cão esquimó	um English Springer spaniel
um collie	um cão de caça
um Boston terrier	um buldogue inglês
um cocker spaniel	um spaniel de água irlandês
um fox-terrier	um mastim touro
um galgo	um West Highland white terrier
um mastim	um Welch corgi
um pointer	um Border terrier
um bigle	um malamute
um terrier pelo de arame	um rafeiro
um cão de água	um cão Russo de caça aos lobos
um pug	um Skye terrier
um lulu	um Great Dane
um shnauzer	um cão de caça dourado
um setter irlandês	um setter vermelho
um Yorkshire terrier	um spaniel de Rei Charles
um galgo afegão	um Bedlington terrier
um boxer	um Cairn Terrier
um cão de caça do Labrador	um cão de caça Basset

## LISTA PREPARADA DE ASSESSMENT 2

Pergunta de Assessment: De que árvore é que gostas mais?

um carvalho	um zimbro
um freixo	uma palmeira
uma magnólia	uma saboeira
uma castanha da Índia	um plátano de Londres
um cornizo	uma campânula-branca.
uma catalpa	uma macieira silvestre em flor
uma faia	uma olaia
um bordo	uma alfarrobeira
um olmo	uma magnólia norte-americana
uma noqueira amarga	uma sófora
um liquidâmbar	uma chuva-de-ouro
um pinheiro	um arbusto carpino
um sassafrá	uma teca
um salgueiro	um mogno
um choupo	uma dâmara
uma bétula	um castanheiro
um plátano	um eucalipto
uma noqueira	um terebinto
uma tília	uma árvore-de-sebo
uma faia de cobre	um eucalipto australiano
uma tulipeira	uma manga
um estrepeiro	um bômbax
um salgueiro chorão	um baobá
um carvalho vermelho	um pau-ferro
uma noqueira do japão	um ébano
um cedro	um estramónio
um teixo	um botão-de-prata
um cipreste	um eucalipto azul
um espruce	uma cicuta
uma lima	um lariço
um jacarandá	

## LISTA PREPARADA DE ASSESSMENT 3

Pergunta de Assessment: Qual é a fruta que sabe melhor?

maçãs	limões
peras	tâmaras
pêssegos	ameixas-de-Damasco
ameixas	nozes
cerejas	arandos
laranjas	tomates
pamplumossas	dióspiros
uvas	nêspersas
nectarinos	tangerinas
framboesas	meloas
amoras silvestres	líchias
morangos	papaías
groselhas	cunquate
groselhas verdes	toranjas
vacínios	leite-de-galinha
amoras	sementes-de-loto
marmelos	maçãs silvestres
melancias	jujubas
ananas	amendoins
bananas	cana-de-açúcar
bananas-de-São-Tomé	castanha-de-água
fruta-pão	nozes americanas
goiaba	ameixas secas
romãs	zapotes
cocos	limas
figos	avelãs
castanhas	nozes-de-caju
mangas	damascos
amêndoas	

## LISTA PREPARADA DE ASSESSMENT 4

Pergunta de Assessment: De que vegetal gostas menos?

espinafres	feijão-branco
cenouras	endiva
feijão verde	milho
nabo	couve-rábano
alho porro	hortelã
batatas	cogumelos
aipo	batatas doces
couve	couve-marinha
folhas-de-nabo	cebolinhas
ervilhas verdes	lentilhas
feijão verde	feijões-vermelhos
espargos	quiabo
arroz	pimentos verdes
cebolas	abóboras-meninas
rastinaga	verduras de couve
brócolos	verduras de primavera
couves-de-Bruxelas	abóbora
couve-flor	alcachofra
beringela	rabanetes
couve-Portuguesa	alface
beterraba	favas
ruibarbo	chicória
feijão-de-lima	feijocas

## LISTA PREPARADA DE ASSESSMENT 5

Pergunta de Assessment: Que instrumento musical gostarias de tocar?

uma flauta	uma tuba
um clarinete	uma lira
um contrabaixo	um trompete
uma guitarra	uma ocarina
um oboé	uma tuba baixo
um fagote	um Hélicon
um banjo	um cravo
uma harmónica	uma guitarra Havaiana
um alaúde	um pífaro
um órgão	uma gaita-de-foles
um saxofone	uma harpa
um trombone	tambores bongo
um uquelele	um tambor de parada
um violino	um clarinete alto
um piano	um clarinete baixo
um xilofone	um trompete baixo
um bandolim	um saxofone tenor
uma marimba	um triângulo
um violoncelo	castanholas
uma viola	um contrafagote
um clavicórdio	um flautim
um prato	campainhas
um corne Inglês	um sistro
uma trompa	um bombo
uma concertina	uma flauta-de-Pã
um acordeão	uma samisen
uma tuba	um saltério
uma corneta	gongos-da-Birmânia
uma saxotrompa	chocalhos de cabaça
uma cítara	uma flauta Africana
um chocalho de bambu	címbalos

## LISTA PREPARADA DE ASSESSMENT 6

Pergunta de Assessment: Que flores gostarias de plantar?

ervilhas-de-cheiro	floxes
margaridas	cravos-rosa
tulipas	lírios-reais
nastúrcios	margarida-de-flores-grandes
dálias	irises
malmequeres	zínias
papoilas	cravos-dos-poetas
gladiolos	verbenas
miosótis	anémonas
clárquias	esporenas
bocas-de-lobo	alissos
petúnias	flores-de-balão
lobélias	manjeronas
crisântemos	búgulas
primaveras	lupinos
delfínios	balizeiros
lírios	trólios
açafrão	jacintos
girassóis	verónicas
colombinas	violetas
ibéris	goivos
campânulas	junquinhos
cravos	orquídeas
acónitos	campainhas
narcisos-amarelos	amores-perfeitos
nicocianas	peónias
ásteres	malva-rosa



## LISTA PREPARADA DE ASSESSMENT 7

Pergunta de Assessment: Qual é o animal Norte-Americano que gostarias de ver?

um esquilo	uma lontra marinha
um urso	um porco-do-mar
um alce	uma doninha
um ocelote	um lémure
uma lebre	um leão marinho
um arganaz	um lince
um porco-espinho	um cão selvagem
um lobo	um golfinho
um rangífer	uma tâmara
um milhafre	um coati
uma zibelina	um pecari
um coelho	um lúcio
uma raposa	um musaranho
um veado	um puma
um armadilha	um coiote
uma morsa	uma lontra
um texugo	um carcaju
uma baleia	uma preguiça
uma marmota	uma cabra-montês
um caribu	um rato-do-campo
um morcego	uma doninha-fedorenta
um rato	um guaxinim
um castor	um opossum
um carneiro-montês	um jaguar
um bisonte	um leão Americano
um furão	um manatim
um guarda-rios	uma marta
uma ratazana	uma marta branca
um cão-da-pradaria	uma toupeira
uma foca	um gato-tigre
um lobo-cerval	um gato-bravo

## LISTA PREPARADA DE ASSESSMENT 8

Pergunta de assessment: qual a cor de que gostas mais?

verde	rosa
encarnado	ébano
azul rosado	vermelho de ginja
verde azulado	verde-marinho
azul de ovo de pato	amarelo
branco	azul bebé
malva	magenta
creme	púrpura
caqui	açafrão
ametista	pulga
turquesa	rosa claro
verde de salva	bálsamo
água-marinha	violeta
cobalto	verde garrafa
azul	preto
cardinal	pistachio
carvão	marfim
ferrugem	branco pérola
escarlate	azul marinho
cinzento de ardósia	rubi
vermelho de rosa	topázio
laranja	amarelo torrado
amarelo-pálido	flamingo
azul Prussiano	bronze
verde esmeralda	verde relva
carmesim	ganga
cartuxa	chocolate
azul de pavão	canela
vermelho de Veneza	lavanda
café	damasco
morango	rosa salmão
palha	pêssego
noz	castanho
castanho-pálido	ocre
azul real	cádmio
castanho dourado	vermelho chama
rosa-pálido	lilás
amarelo de chá de rosa	verde escaravelho
couro	verdete
castanho-avermelhado	ouro
verde-azeitona	prata
vermelho	orquídea

## LISTA PREPARADA DE ASSESSMENT 9

Pergunta de Assessment: Em que país gostarias de viver?

Reino Unido	Islândia
Irlanda	Noruega
Suécia	Finlândia
Dinamarca	Holanda
Bélgica	França
Espanha	Portugal
Alemanha	Áustria
Suíça	Itália
Checoslováquia	Polónia
Hungria	Roménia
Jugoslávia	Albânia
Grécia	Bulgária
União das Repúblicas Socialistas Soviéticas	Luxemburgo
Turquia	Síria
Arábia Saudita	Israel
Líbano	Jordânia
Iémen	Adem
Omã	Mascate e Omã
Qatar	Pérsia
Afeganistão	Kuwait
Paquistão Oriental e Ocidental	Iraque
Índia	Caxemira
Ceilão	Nepal
China	Mongólia
Sião	Burma
Camboja	Laos
Malásia	Vietname do Norte e do Sul
Indonésia	Filipinas
Bornéu do Norte	Sarawak
Coreia do Sul	Coreia do Norte
Quénia	Japão
Uganda	Gronelândia
Congo	Canadá
Tanganica	Estados Unidos
África do Sul	México
Namíbia	Jamaica
Angola	Haiti
Congo	República Dominicana
Gabão	Porto Rico
Bolívia	Colômbia
Uruguai	Chile
Argentina	Austrália
Nova Zelândia	Nova Guiné
	Liechtenstein

## LISTA PREPARADA DE ASSESSMENT 10

Pergunta de Assessment: Qual é o teu meio de transporte favorito?

carro de bois	carro fechado
cavalo	motocicleta
patins	boi
elétrico	caribu
avião	cruzador de neve
coche	carrinho de mão
bicicleta	camião
automóvel	sapatos de neve
barco a vapor	carro de búfalo-da-Índia
autocarro	caravana
corveta	riquexó
mula	carro de quatro rodas
camelo	canoa de tronco
balão	lama
jato	brigue
vagão coberto	barco a motor
canoa	trenó de cães
helicóptero	barca
carruagem	triciclo
elefante	vagão
comboio	escuna
palanquim	esquis
carruagem de cowboys	caiaque
liteira	jangada
chata	iaque
trenó	bergantim
galera	caleche
comboio suspenso	barco-à-vela
diligência	a pé
carruagem aberta	para-quedas
coupé	cabriolé
cabriolé	junco
sampana	carroça
vitória	carro coberto
metro	gôndola

## LISTA PRÉ-ESTABELECIDADA DE ASSESSMENT NO 11

Pergunta de Assessment: Qual lhe desagrada mais?

uma tarântula	um peixe-leão
um mosquito	uma serpente venenosa
uma barata	um peixe-pedra
uma cobra cascavel	um monstro da gila
uma centopeia	um moscardo
um escorpião	uma vespa
um jacaré	uma térmita
uma mamba	uma formiga vermelha
um inseto de ferrão	um gafanhoto
uma raia	uma mosca tsé-tsé
uma piranha	um peixe-escorpião
uma pulga	uma víbora
uma serpente marinha	um louva-a-deus
um tubarão	uma ratazana
um crocodilo	um peixinho-de-prata
uma jiboia	uma cobra
uma aranha viúva negra	uma lesma
um polvo	um caracol
um carrapato	uma libélula
um piolho	um verme-do-caruncho
um pitão	uma vieira gigante
uma abelha	um lagarto
uma barracuda	uma aranha-de-água
uma rã	uma alforreca
uma moreia	uma ténia
uma enguia elétrica	um escaravelho
uma anaconda	uma traça
uma minhoca	uma iguana
uma cobra do coral	uma melga
uma lagarta	um besouro
uma sanguessuga	um congro

## LISTA PREPARADA DE ASSESSMENT 12

Pergunta de Assessment: De que erva gostas mais para tempero?

esclareia	cebolinho
aspérula doce	hortelã-francesa
rosmarinho	dente-de-leão
manjerona	alho
hortelã verde	marroio
salva	rábano-bravo
tomilho	verbena limão
mostarda branca	hortelã-pimenta
funcho	croco
funcho doce	arruda
coentros	cerefólio anisado
alcaravia	cálamo
aipo	estragão
borragem	gengibre bravo
basílico	pirolé
anis	segurelha
salsa	absinto
cerefólio	menta
cominhos	dormideira
pimenta vermelha	gerânio
sésamo	segurelha-de-verão
manjerona doce	louro
agrião	bálsamo
gatária	camomila