



Resumo

**TENEPES NA CONQUISTA DA AUTOPACIFICAÇÃO E BEM-ESTAR
NA CONVIVIALIDADE SADIA**

Hélio Faria

helio.faria11@gmail.com

Na condição de voluntário veterano da Conscienciologia e na prática da tenepes, o autor deste tema de autopesquisa, com larga experiência, prepara-se para detalhar sua trajetória na Conscienciologia, o começo da tenepes, a convivialidade com o grupocarma, o atual momento evolutivo e os benefícios conquistados com a prática tenepessística. O primeiro contato com a Conscienciologia ocorreu em 1998 na cidade de Cascavel, PR, ao ser solicitado por um colega para auxiliar na organização de palestra pública sobre Projeciologia. Empolgou-se pelas ideias e logo entrou para o voluntariado do IIPC e realizou os cursos disponíveis na ocasião naquela cidade, e em seguida, em São Paulo, local onde passou a residir. Teve várias parapercepções nos cursos, tendo sido marcante a experiência de megalimpeza energética no primeiro curso de *Extensão em Conscienciologia e Projeciologia 2* (ECP2). No voluntariado, atuou no setor Financeiro e na manutenção preventiva da sede em São Paulo. No ambiente do trabalho profissional e no transporte público, passou a perceber as consciexes e ações delas, tendo vivenciado várias experiências significativas, acoplamento e contato, inclusive com abordagens agressivas por parte delas. Nessas ocasiões, exteriorizava energias. Diante da situação foi encorajado ao início da tenepes, e o fez em novembro de 1998. Nos primeiros 6 meses houve alguns percalços, superados pela autodeterminação e auxílio extrafísico. A pessoa que mais assistiu foi a esposa, cuidando dela durante 10 anos, a qual além de problemas emocionais, era parapsíquica, acoplando consciexes que o atacavam indiretamente, causando sofrimento no relacionamento. Com a ajuda de psiquiatra, separou-se, mas continuou a cuidar da ex-esposa, pré-disponibilizando-se para atenção àquela consciência, além dos cuidados básicos. Assim, conseguiu manter a tenepes, ganhando confiança e respeito, inclusive dos filhos que antes não entendiam a sua escolha; reconhece como maior assistência recebida, a transfusão das energias equilibradas do amparador, ocasionando ao longo do tempo o amadurecimento emocional e consequente apaziguamento com as inter-relações conscienciais, alterando o modo de ser de antes: muito agitado e mandão. Com a prática contínua da tenepes, as energias conscienciais foram renovadas e houve reeducação no modo de pensenizar, passando a comportar-se de modo calmo, cauteloso e afetuoso. O maior trafor pessoal foi o bom humor, contribuindo para a estabilidade energética. Dedico-me à exteriorização de energias para lugares de conflito. Com 88 anos, encontro-me disposto e lúcido, em nova fase evolutiva com dedicação à rotina assistencial. A prática tenepessística acontece às 3 horas da manhã. Escrevi 2 verbetes para a *Enciclopédia da Conscienciologia* e mantenho o holopensene pessoal de bem-estar e fraternismo com as pessoas, desejando o melhor para todos. Decorridos 24 anos de tenepes, apesar da memória ter apresentado perdas, pela idade e em virtude dos remédios que tomo, ela é preservada. Tenho vida normal sem exigir muitos cuidados e com saúde equilibrada. Considero que esses benefícios são devido à prática da tenepes e aos amparadores que continuam investindo. Por isso, há o sentimento de intensa gratidão.