

Autoexperimentação Tenepessológica

Pentalogical Self-experimentation

Autoexperimentación Tenepológica

Erika Souza*

* Graduada em Ciências Biológicas. Pós-graduada em Acupuntura e Química. Mestre em Engenharia de Energia. Voluntária do Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC).

erikasouza0220@gmail.com

Palavras-chave

Assistência
Preparação
Reciclagens
Tenepes

Keywords

Assistance
Preparation
Recycling
Penta

Palabras-clave

Asistencia
Preparación
Reciclajes
Teneper

Resumo:

Este artigo foi desenvolvido a partir do processo de preparação e início da tarefa *energética pessoal* (tenepes), pela autora. Para isso, foram utilizadas anotações pessoais selecionadas nos anos de 2013 a 2016, com o objetivo de relatar o período de preparação para a técnica, os seis primeiros meses e o início da fase de consolidação da prática. O trabalho aborda considerações importantes na teática da autora, visando compartilhar técnicas e autoexemplos com as conscins tenepessáveis, candidatas automotivadas quanto ao início da prática assistencial interdimensional de ponta. Ao apresentar casuística pessoal, a autora contribui para os estudos sobre preparação, manutenção e qualificação da tenepes. Por fim, as reflexões apresentadas procuram esclarecer conscin tenepessável a se planejar de modo técnico, lúcido e sem misticismos para iniciar a prática da tenepes.

Abstract:

This article was developed through the author's process of preparing for and beginning the *personal energetic task* (penta). For this, selected personal notes from the years 2013 to 2016 were used, with the objective of reporting on the technique's preparation period, the first six months and the beginning of the practice's consolidation phase. The work approaches important considerations in the author's practice, aiming to share techniques and self-examples with potential penta practitioner conscins, candidates self-motivated to begin this leading edge interdimensional assistential practice. By presenting a personal case study, the author contributes to the studies on the preparation, maintenance and qualification of penta. Lastly, reflections presented seek to clarify the potential penta practitioner conscin to plan in a lucid technical way, without mysticism, the start of the penta practice.

Resumen:

El artículo fue desarrollado a partir del proceso de preparación de la autora y el comienzo de la *tarea energética personal* (teneper). Para ello, fueron utilizadas anotaciones personales seleccionadas entre los años 2013 y 2016, con el objetivo de relatar el período de preparación para la técnica, los seis primeros meses y el comienzo de la fase de consolidación de la práctica. El trabajo aborda consideraciones importantes en la teática de la autora, que busca compartir técnicas y autoejemplos con las concines tenepesables, candidatas automotivadas a iniciar la práctica assistencial interdimensional de punta. Presentar la casuística personal implica para la autora, contribuir en el estudio de preparación, continuidad y cualificación de la teneper. Finalmente, las reflexiones presentadas buscan también esclarecer a la concin teneperable, sobre la planificación de modo técnico, lúcido, y sin misticismos, el inicio en las prácticas de la teneper.

Artigo recebido em: 19.04.2017.

Aprovado para publicação em: 26.09.2017.

INTRODUÇÃO

Início. A autopesquisa apresentada neste artigo teve por base o processo de preparação e início da técnica da tarefa energética pessoal (tenepes) pela autora, em 1 de agosto de 2014, período coincidente à preparação para a docência conscienciológica. Além disso, a adesão ao voluntariado conscienciológico também contribuiu para a aceleração do aprendizado interassistencial.

Assistência. A maneira encontrada pela autora para ampliar a assistência multidimensional foi realizar a tenepes, podendo atuar de maneira mais eficiente, autônoma, qualificada e anônima.

Tenepes. Tenepes significa tarefa energética pessoal, a qual consiste na transmissão de energia consciencial do energossoma da conscin praticante, orientada pela consciex amparadora de função, no estado de vigília física ordinária, em local isolado, com horário diário e fixo, até o final da vida, sem testemunhas intrafísicas, no intuito de assistir consciências carentes ou enfermas, próximas ou distantes (Vieira, 2011, p.11).

Objetivo. O objetivo deste artigo é compartilhar técnicas e autoexemplos com as conscins tenepessáveis, visando contribuir para preparação e qualificação da tenepes, além de otimizar os resultados por meio do planejamento de modo técnico, lúcido, racional e sem misticismos ao iniciar a tenepes.

Metodologia. A pesquisa se baseia em registros das reflexões pessoais, ampliada e complementada a partir do acompanhamento de tertúlias conscienciológicas, leituras de artigos, livros, verbetes e participações em cursos.

Estrutura. O artigo está estruturado em 3 seções, elencadas a seguir, de acordo com os estágios cronológicos da técnica:

1. **Preparo pré-tenepes.**
2. **Primeiros seis meses da tenepes.**
3. **Manutenção da tenepes.**

I. PREPARO PRÉ-TENEPES

Requisitos. A prática da tenepes representa grande desafio para a conscin, pois exige certos pré-requisitos a exemplo de disciplina e organização para sua realização e manutenção.

Estabilização. É necessário que a conscin reorganize sua vida intrafísica em função da tenepes e não o contrário, buscando estabilizar os aspectos sexual, afetivo, do espaço intrafísico, financeiro e da convivialidade.

“Não é a tenepes a ajustar-se à vida. É a vida a ajustar-se à tenepes” (Vernet, 2016, p. 324).

Início. Para iniciar a tenepes é necessário que a conscin já tenha realizado reciclagens pessoais básicas e esteja em etapa de maior tranquilidade íntima e organização geral, dispensando quaisquer atividades que possam colocar em risco a integridade pessoal e as práticas assistenciais. Por exemplo, não praticar esportes radicais ou utilizar motocicleta como meio de transporte, entre outros.

Responsabilidade. A decisão para realizar a tenepes deve ser tomada com muita lucidez e discernimento, pois tal técnica assistencial demanda que a conscin reflita sobre o requisito do *caminho sem volta*.

Anti-impulsividade. O planejamento ratifica a anti-impulsividade e a conscin se mantém atenta às necessidades intra e interconscienciais. A falta do planejamento pode fazer muita diferença na qualidade da tenepes, prática de longo prazo (Aoki, 2007, p. 130).

Disponibilidade. A tenepes consiste em atividade diária, com duração de 50 minutos, fato que representa desafio, exigindo do tenepessista disponibilidade consciencial intensa para manter a lucidez e o compromisso com horário.

Reflexão. Seguem, em ordem alfabética, 15 questionamentos para a conscin tenepessável refletir antes de se tornar tenepessista:

01. **Assiduidade.** Tenho nível de organização, disciplina e pontualidade para realizar a tenepes assiduamente?

02. **Autoconvívio.** Qual é meu nível de autoconvivência? Eu me aceito, tenho autoculpa ou vitimizações desnecessárias e frequentes?

03. **Base física.** Minha base física me permite realizar a tenepes sem interrupções?

04. **Cognição.** Tenho conhecimento suficiente a respeito do que é tenepes, para iniciá-la e mantê-la o resto da minha vida intrafísica?

05. **Convívio.** Valorizo a convivência grupal sadia?

06. **Cultura inútil.** Quanto tempo ainda dispenso com atividades inúteis, despriorizando a minha evolução pessoal?

07. **Economia.** Procuo economizar para ter alguma segurança em um momento de dificuldade financeira?

08. **EV.** Já tenho certo domínio do *Estado Vibracional* (EV) que me faça sentir segurança energética?

09. **Finanças.** Tenho uma carreira profissional e prospecção do futuro razoável, dando-me segurança financeira?

10. **Incômodo.** A prática da tenepes poderá ser um transtorno ou afronta para os demais moradores da residência?

11. **Intencionalidade.** Qual é a real intenção que me levou a querer praticar a tenepes? Busco *status* ou assistência genuína?

12. **Interassistencialidade.** Tenho a vontade de realizar a tenepes somente para ajudar meu grupocarma nuclear ou não faço escolhas para assistir?

13. **Pensene.** Evito pensenizar mal das pessoas?

14. **Sexualidade.** Posuo uma vida sexual saudável com um companheiro (a) fixo ou ainda posuo promiscuidades e/ou fantasias sexuais nosográficas?

15. **Soma.** Busco a saúde física, mantendo carga horária do sono suficiente, alimentação adequada, praticando atividade física regular e sem exageros?

Dificuldades. Ao não considerar as reflexões dos 15 questionamentos expostos, o precoce praticante pode abandonar a técnica ou apresentar deficiências no progresso qualitativo e quantitativo da assistência.

Evolução. A consciência evolui mais depressa quando ajuda as outras consciências. Isso resume o interesse de tantos intermissivistas optarem por realizar uma técnica tão séria e que exige um alto nível de comprometimento.

Posturas. Na preparação para iniciar a tenepes a autora utilizou o teste 345 - *Tarefa Energética Pessoal*, constante no tratado *700 Experimentos da Conscienciologia* (Vieira, 2013, p. 409), no intuito de verificar o nível de posturas anticosmoéticas incompatíveis ao praticante da tenepes, procurando eliminar os maus hábitos citados antes de iniciar a técnica.

Ferramenta. A partir do autoexperimento, a autora elaborou uma planilha para ajudar na autoanálise dos itens citados no teste mencionado anteriormente.

Método. O critério utilizado foi o percentual de incidência do hábito na visão do autoexperimentador, sendo que a postura anticosmoética não se encontra presente quando se atinge o valor de 100% na escala referida.

Observação. O teste avalia a condição do momento da consciin, por isto, a autora já o refez algumas vezes em períodos diferentes até atingir melhor porcentagem, representando as reciclagens conquistadas.

Experimento. A tabela 1 representa uma das aplicações do referido teste, mostrando o percentual de atendimento aos itens, além de evidenciar posturas que ainda precisam ser recicladas.

Tabela 1. Pré-requisitos para a tenepes versus percentual alcançado

Nº.	Hábitos ou posturas anticosmoéticas	Percentual
01	Apelar sempre para mancias e adivinhações nas autodecisões no dia a dia.	80 %
02	Bater na madeira quantas vezes sejam, escravo de superstição irracional.	100 %
03	Carregar badulaque ou patuá dependurado no pescoço ou na camisa.	100 %
04	Chorar habitualmente, toda semana, sob alta insegurança e insatisfação.	50 %
05	Colecionar, ingenuamente, armas de fogo: autoimprudência primária.	100 %
06	Cultivar a gurulatria de qualquer tipo ou a autossujeição interconsciencial.	70 %
07	Cultivar algum posicionamento pessimista e cronicificado perante o Universo.	85 %
08	Fazer promessas irracionais, ou seja: não confiar na Multidimensionalidade.	70 %
09	Fumar: o vício primitivo e bloqueador irreparável das ECs do cardiochacra.	100 %
10	Funcionar a serviço de matadouro de animais, ou abatedouro de aves.	100 %
11	Manter capela, altar ou congá dentro de casa, sob o julgo de misticismos infantis.	100 %
12	Manter peso corporal excessivo, aumentado por bulimia ou vida sedentária.	100 %
13	Passar por <i>noitadas</i> promíscuas várias vezes a cada mês (assedialidade).	100 %
14	Pensar e se preocupar tão somente com a família nuclear (megaegocarma).	90 %
15	Praticar, por exemplo, o <i>tiro aos pombos</i> ou a zooconvivialidade patológica.	100 %
16	Seguir com a vida intrafísica desregrada ou essencialmente desorganizada.	80 %
17	Sentir insegurança, manifesta ou transparente nos próprios atos, na vida cotidiana.	50 %
18	Ser motociclista, sob o alto risco energético da vida locomotora do motoqueiro.	100 %
19	Ser partidário ou apologista, mesmo sincero, da legalização da pena de morte.	100 %
20	Ser usuária, doente, de álcool ou drogas em geral, tanto leves quanto pesadas.	50 %
21	Sofrer miniassédios inconscientes e habituais, contudo evidentes para os outros.	80 %
22	Ter e usar porte de arma, na evocação autoconsciente da matança subumana.	100 %
23	Ter existência o tempo todo improdutiva, sem nenhuma autocriatividade.	90 %
24	Ter ocupação implicando, de algum modo, em repressão de consciências.	100 %
25	Trabalhar, ainda mesmo <i>no pesado</i> , com motosserra, em qualquer zona rural.	100 %
26	Viver em estado de permanente insociabilidade ou no <i>eremitismo conventual</i> .	90 %
27	Viver preso a alguma doutrina sectária, no antiuniversalismo medíocre e medieval.	100 %
28	Viver submisso ao hábito depressivo da ingestão de bolinhas ou estupefacientes.	100 %
29	Viver todo o tempo sem domicílio intrafísico fixo ou em nomadismo impulsivo.	100 %
30	Voar de asa delta: o voo livre é esporte de alto risco, mortífero ou suicida.	90 %

Maneiras. Além dos 30 itens, há outras formas de autopesquisa para favorecer as reciclagens necessárias à consciin tenepessável. Esta foi uma das ferramentas de autopreparação escolhida pela autora.

Preparação. Entre outras, a autora também realizou 7 atividades adequadas à preparação para tenepes, descritas a seguir em ordem alfabética:

1. **Conscienciograma.** Responder o Conscienciograma (Vieira, 1996, p. 52 a 251), para verificar o nível evolutivo consciencial e necessidades de autoaprimoramento.

2. **Cosmograma.** Elaboração de cosmograma com artigos, verbetes e demais materiais disponíveis na internet sobre tenepes, estudando exaustivamente.

3. **Cronograma.** Elaboração de cronograma com metas de reciclagens de *trafares* e comportamentos inadequados, estipulando tempo de realização dentro de seis meses anterior ao início da tenepes.

4. **Curso avançado da tenepes.** Acompanhamento, reiteradas vezes do curso, ministrado pelo propositores da técnica Waldo Vieira (1934-2015), disponível pela *internet*.

5. **Energias.** Dedicção para aumentar o domínio energético utilizando o estado vibracional. Ainda, para contribuir com a soltura energossomática, realização de atividade física aeróbica.

6. **Manual.** Leitura minuciosa do *Manual da Tenepes* (Vieira, 2011) objetivando entender mais detalhadamente a técnica, com releitura anual para observar pontos de vista diferentes, de acordo com o nível de maturidade.

7. **Soma.** Realização de *checkup*, com avaliação médica, exames específicos de acordo com sua idade e implementação de alimentação mais saudável.

Opções. A Conscienciologia oferece diversas opções para a conscin interessada em aprofundar-se no tema. Por exemplo, estes 7 itens, relacionados em ordem alfabética:

1. **Cursos.** Cursos em várias Instituições Conscienciocêntricas (ICs) a respeito da temática;

2. **Dinâmica da Tenepes.** Atividade parapsíquica semanal no CEAEC;

3. **Fórum.** Fórum anual da tenepes e o encontro internacional de tenepessistas, eventos que ocorrem no Centro de Altos Estudos de Conscienciologia (CEAEC) em Foz do Iguaçu, PR;

4. **Gescons.** Livros e artigos publicados sobre o tema, a exemplo dos relacionados na bibliografia deste artigo.

5. **GPC.** GPC-Tenepes é o grupo de pesquisas conscienciais da Tenepessologia que debate as vivências dos integrantes do grupo, operando em Centros Educacionais de Autopesquisa do Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC), em algumas cidades do Brasil.

6. **IC Tenepes.** A Associação Internacional da Tenepessologia (IC Tenepes) com matersense na tenepes, disponibilizando eventos gratuitos e cursos.

7. **Laboratórios.** Laboratórios conscienciológicos da Tenepessologia no *campus* do CEAEC em Foz do Iguaçu, PR, no *campus* do IIPC em Saquarema, RJ e no *campus* da Associação Internacional para Evolução da Consciência (ARACÊ) em Domingos Martins, ES.

Precipitação. Há conscins que se precipitam quanto ao início da tenepes. Essa é uma situação desaconselhável, pois pode gerar contrafluxos, desistência, acidentes de percurso, entre outras situações incômodas e desnecessárias.

Motivos. Há muitos motivos que fazem a conscin iniciar precipitadamente a tenepes. Seguem 8 exemplos, listados em ordem alfabética:

1. **Ansiedade.** Querer ansiosamente desenvolver o parapsiquismo.

2. **Atraso.** Achar que está atrasado e seus amigos tenepessistas estão à frente.

3. **Chamado.** Sentir presença *consciexes evoluídas* e considerar isso um *chamado para a tenepes*.

4. **Convocação.** Interpretar pressões energéticas repetitivas, sempre no mesmo horário como uma convocação do amparador.

5. **Indução.** Heteromotivação após algum curso de Conscienciologia.

6. **Misticismo.** Mitificação de que ficará mais próximo do amparador visualizando-o na condição similar a um *anjo da guarda*.

7. **Robéxis.** Buscar a tenepes para saída da robotização existencial.

8. **Solicitação.** Receber solicitações extrafísicas de ajuda e não realizar um planejamento ou estudo para entender a técnica antes de começar.

Desistência. Quando por algum motivo a conscin desiste de fazer tenepes, consciências mais necessitadas e imaturas podem cobrar, de maneira agressiva, a continuidade do trabalho. A desistência pode causar danos e consequências negativas impossíveis de serem estimadas ao ex-tenepessista.

Analogia. De maneira ilustrativa, iniciar a tenepes é como montar barraca para doar água no deserto para pessoas necessitadas e, de repente, decidir não mais doá-la. As consciências já habituadas à oferta de água gratuita podem tender a não aceitar pacificamente a interrupção do serviço e exigir o retorno da prática.

II. PRIMEIROS SEIS MESES DA TENEPES

Prioridade. Nos primeiros meses, o tenepessista, de modo geral, é o primeiro a ser assistido, pois para realizar assistência de qualidade é preciso antes qualificar o assistente.

Crítico. Assim, o período dos seis primeiros meses da prática da tenepes costuma ser o mais difícil, levando em consideração a manifestação de resquícios do porão consciencial.

Porão. Ao iniciar a prática da tenepes, são explicitados pontos pendentes de resolução por parte do praticante, sendo eles intraconscienciais, multidimensionais, multiexistenciais, e também, em relação aos familiares e conscins mais prezadas pelo tenepessista calouro.

Ignorância. A conscin jejuna que se propôs a fazer assistência pela tenepes pode vir a desistir prematuramente ao perceber que o processo interassistencial da técnica exige dela constantes reciclagens.

Origem. Os momentos de crises e gargalos estão relacionados a *trafares* ainda não trabalhados. As atitudes anticosmoéticas e imaturas podem dar abertura a brechas para contrafluxos e o praticante não conseguir suportar a pressão assediadora. Assim, as reciclagens são imprescindíveis.

Pacificação. Ao ser mais transparente possível quanto aos traços a serem trabalhados, por piores que sejam, o praticante começa a caminhar rumo à pacificação íntima, só possível com autossinceridade realística.

Glasnost. Não existem segredos perante a multidimensionalidade. No período dos seis primeiros meses, tudo começa a aparecer e a conscin enfrenta a autorrealidade consciencial. O que foi negado, deixado para trás sem correção ou reciclagem, vem à tona.

Resistência. Após iniciada a tenepes, o tenepessista deve aproveitar todo tipo de heteroassédio e de autoassédio para autopesquisa, mapear os autopensenes, fazer reciclagens e superar *trafares*. É preciso ser paciente, se motivar para ser cada dia melhor, confiar no amparador e manter a cosmoética e a interassistência.

Dica. Fazer análises dos traços-força, valorizá-los e utilizá-los de modo que prevaleçam sobre os *trafares*. Uma casuística da autora foi possuir o *trafar* de dramatização e utilizar-se dos *trafores* de determinação e força de vontade para analisar as situações problemáticas com racionalidade e conseguir sobrepairá-las.

Benefício. Apesar de ser um momento crítico, o tenepessista iniciante conta com a interação e aportes do amparo de função.

Ganho. Na condição de tenepessista esforçado e autodidata, serão incontestáveis os ganhos em relação ao aperfeiçoamento de *trafores*, eliminação de *trafares* e os progressos no autoenfrentamento.

Superação. Ao conseguir manter autpensene retilíneo e homeostático em situações de crises, a conscin se predispõe aos *insights* e associações de ideias relacionadas à interassistência. A autora, por exemplo, teve motivação para escrever expondo os estudos e a autoexperiência em *gescon* sobre o tema.

III. MANUTENÇÃO DA TENEPES

Etapas. Superada a fase mais crítica de ratificação da prática, o tenepessista caminha para a sustentação e continuidade diária na tarefa energética pessoal.

Sustentação. A sustentação e a manutenção da tenepes é resultado dos êxitos de autorreciclagens contínuas.

Aperfeiçoamento. A continuidade da tenepes implica no progresso da qualificação da comunicação, no aperfeiçoamento incessante das transmissões de energia, do mapeamento das sinaléticas parapsíquicas e anímicas interassistenciais antes, depois e durante a sessão de tenepes.

Ausência. A falta de reciclagens, ausência de Cosmoética ou a presença de pensenes nosográficos do praticante pode fazê-lo sentir mal-estar, com baixa energia, dificultando a conexão com os amparadores e inviabilizando a assistência.

Cosmoética. Para se aferir o rendimento da tenepes, é possível autoanalisar o nível de Cosmoética manifestado nas demais 23 horas do dia, fazer comparações de desequilíbrios e homeostase holossomática. Em tal estágio, a autora constatou, pela autopesquisa, que *impulsos custam caro* e atitudes imaturas afetam o rendimento na tenepes, dificultando a assistência e levando mais tempo para reestabelecer o equilíbrio necessário para a prática tenepessística.

Reciclagem. Na autopesquisa da autora, são mensurados os progressos tenepessísticos através das reciclagens iniciadas no período preparatório da prática. Assim é possível comparar *o antes* e *o depois*. Sem reciclagens não há evolução na tenepes.

Tenepessografia. É de fundamental importância fazer as anotações que informam a evolução da técnica. Tal atitude facilita o desenvolvimento do parapsiquismo e a interação com o amparo de função.

Evocação. É necessário discernimento para realizar os registros. Nas anotações deve-se evitar citar nomes de assistidos, informações confidenciais ou assuntos mais delicados para evitar evocações desnecessárias (Vieira, 2011, p. 48).

Qualificação. Para a realização da assistência durante a tenepes, o praticante precisa se qualificar progressivamente no exemplarismo pessoal e na capacidade de realizar a tarefa de esclarecimento, *tares*.

Estudos. O assistente precisa estar motivado e se dedicar a estudar e entender a tenepes, compartilhar experimentos e realizar *gescons* sobre o tema para manter-se em evolução contínua.

Concentração. Uma das maiores dificuldades da autora é focar em assistência durante a aplicação da técnica e, ao mesmo tempo, manter a passividade ativa.

Passividade ativa. A técnica da passividade ativa implica na manutenção da lucidez ao mesmo tempo em que há acoplamento com o amparo de função.

Interassistência. Na tenepes ocorre interação entre consciências. Por exemplo, entre amparadores, assistente e assistidos, promovendo bem-estar para todos os envolvidos.

Teática. A autora percebe que quanto mais se interessa, estuda e investe na interassistência por meio da tenepes, vivencia também oportunidades de realizar assistência através da projeção lúcida.

Grupocarma. Torna-se imprescindível manter harmonia, fraternidade e simpatia com familiares, colegas no trabalho e no convívio em geral com as pessoas, principalmente aqueles que frequentam a base física, pois pode haver pensenidades antagônicas à tenepes. É preciso aprender a conviver bem com as pessoas.

Neossinapses. O objetivo do praticante é a criação e consolidação de neossinapses modificando esquemas disfuncionais, procurando fazer a viragem da conscin assistida para conscin assistente (Wong, 2012, p.18).

Indicador. Um indicador de desenvolvimento da técnica é quando as curiosidades das ocorrências extrafísicas tornam-se menos relevantes cedendo lugar para neoideias. O foco é nas informações e não em torno do ocorrido, isto é, no conteúdo ao invés da forma.

Verpon. O tenepessista aplicado começa a obter mais abertismo, neofilia, neoideias e *verpons*, que servem de matéria-prima na construção de neogescons.

CONCLUSÃO

Tenepes. A pesquisa da autora revela que a tenepes é excelente técnica evolutiva para desenvolvimento das bioenergias, do parapsiquismo e da projetabilidade, quando utilizada com lucidez e discernimento. Caso contrário é pseudotenepes.

Ganhos. O esforço para entender a fundo a Cosmoética e realizar reciclagens dos *trafares*, fez com que a autora começasse a eliminar a exacerbação psicossomática, a autculpa e o controle.

Dedicação. O tenepessista dedicado à aplicação e evolução da técnica pode receber ou desenvolver: extrapolações parapsíquicas, banhos energéticos, confirmações do parapsiquismo, aumentando a autoconfiança, a desassimilação de energias nosográficas, a blindagem energética, a possibilidade de realizar iscagens conscienciais lúcidas, o desenvolvimento da projeção consciente e da autodespeticidade.

Balanço. Verifica-se que a tenepes acerta o *eixo* da conscin que leva a técnica a sério e quer se desenvolver, melhorando a auto-organização e, principalmente, a intenção. Muitas vezes, se a conscin não investe na autopesquisa, ela pode não perceber melhora, por isto, a necessidade de realizar balanços periódicos.

Decisão. O posicionamento em iniciar a tenepes representa propensão à assistência e confirma o perfil empreendedor da conscin determinada e motivada. Entretanto, somente a própria conscin pode avaliar se está preparada para o tenepessismo.

Preparo. Os itens levantados para preparo do início da tenepes podem auxiliar a conscin tenepessável a obter melhor comunicação com o amparador de função e passar pelos meses iniciais da tenepes com mais tranquilidade.

Reurbanização. O tenepessista participa das reurbanizações extrafísicas, atuando sempre que necessário e de acordo com sua capacidade energética, em acidentes, catástrofes e eventos em geral de grande amplitude, homeostáticos ou nosográficos.

Compleitude. Realizando a prática da tenepes, a autora tem a sensação de estar fazendo o que se programou antes de ressonar, possibilitando sentir um nível de completude e bem-estar íntimo grande.

Minipeça. A vivência diária multidimensional na condição de conscin tenepessista constitui inteligente providência, prioritária e demonstra maturidade evolutiva por quem está interessado em se tornar minipeça do maximecanismo evolutivo.

Megafraternidade. Além disso, constatou-se que a tenepes é uma técnica otimizadora do desenvolvimento da megafraternidade em função do contato diário entre assistente, amparador e consciências assistí-

veis de diferentes níveis evolutivos, com o propósito interassistencial, independente de grupo, raça, classe ou status social.

Interassistência. A realização da tenepes é a disposição íntima de prestar ajuda sadia anônima entre consciências. No atual momento evolutivo, há muitos necessitados de assistência, pois apenas a microminoria se encontra multidimensionalmente lúcida.

O EMPREGO DOS TALENTOS PESSOAIS EM PROL DOS TRABALHOS DE INTERASSISTÊNCIA INTERDIMENSIONAL É UMA CONDUTA NECESSÁRIA PARA A TRANSFORMAÇÃO DA TERRA EM PLANETA-ESCOLA, PREVALECENDO VALORES COSMOÉTICOS.

BIBLIOGRAFIA ESPECÍFICA

1. **Aoki, Marcio;** *Consideração sobre a Antecipação da Tenepes na Invexis*; Artigo; *X Fórum da Tenepes & VII Encontro Internacional de Tenepessistas*; Foz do Iguaçu, PR; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 11; N. 1; Seção: *Artigo Original*; 1 *E-mail*; 1 microbiografia; 3 refs.; abril a junho, 2007; páginas 125 a 131.

2. **Vernet, Oswaldo;** *Incipiência Tenepessística; Reflexões sobre o Estágio de Implantação das Práticas da Tenepes*; Artigo; *XII Fórum da Tenepes*; Foz do Iguaçu, PR; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 20; N. 4; Seção: *Artigo Original*; 1 *E-mail*; 9 enus.; 1 microbiografia; 11 refs.; Outubro a Dezembro, 2016; páginas 322 a 330.

3. **Vieira, Waldo;** *Conscienciograma: Técnica de Avaliação da Consciência Integral*; 344 p.; 150 abrevs.; 11 enus.; 100 folhas de avaliação; 4 índices; 2.000 itens; glos. 282 termos; 7 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; *Instituto Internacional de Projeciologia*; Rio de Janeiro, RJ; 1996; páginas 52 a 251.

4. 1. **Vieira, Waldo;** *Manual da Tenepes: Tarefa Energética Pessoal*; revisores Erotides Louly; Helena Araújo; & Julieta Mendonça; 154 p.; 34 caps.; 147 abrevs.; 18 *E-mails*; 52 enus.; 1 foto; 1 microbiografia; 1 tab.; 1 teste; 19 *websites*; glos. 282 termos; 5 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; 3ª Ed.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2011; páginas 11 e 48.

5. **Idem;** *700 Experimentos da Conscienciologia*; 1.058 p.; 40 seções; 100 subseções; 700 caps.; 147 abrevs.; 1 cronologia; 100 datas; 1 *E-mail*; 600 enus.; 272 estrangeirismos; 2 tabs.; 300 testes; glos. 280 termos; 5.116 refs.; alf.; geo.; ono.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; *Instituto Internacional de Projeciologia (IIP)*; Rio de Janeiro, RJ; 1994; página 409.

6. **Wong, Félix.** *Viragem Assistido-Assistente*; verbete; In: **Vieira, Waldo (org.);** *Enciclopédia da Conscienciologia Digital*; 11.034 p.; glos. 2.498 termos (verbetes); 192 microbiografias; 147 tabs.; 191 verbetógrafos; 8ª Ed. Digital; Versão 8.00; *Associação Internacional Editares*; & *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC)*; Foz do Iguaçu, PR; 2013; páginas 10.928 a 10.932.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

1. **Almeida, Roberto;** *Protocolo Pensênico Tenepessológico; Integração Cérebro-Mente-Paracérebro*; Artigo; *IX Fórum da Tenepes e VI Encontro Internacional de Tenepessistas*; Foz do Iguaçu, PR; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 19; N. 3; Seção: *Artigo Original*; 1 *E-mail*; 1 microbiografia; 11 refs.; Julho-Setembro, 2013; páginas 439 a 450.

2. **Arakaki, Kátia;** *Otimizações Pré-Tenepes: Técnica de Aprimoramento da Conscin Tenepessável*; Artigo; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 17; N. 3; Seção: *Artigo Original*; 1 *E-mail*; 1 microbiografia; 55 refs.; Julho-Setembro, 2013; páginas 399 a 421.

3. **Balona, Malu;** *Parapedagogia na Tenepes*; Artigo; *IX Fórum da Tenepes e VI Encontro Internacional de Tenepessistas*; Foz do Iguaçu, PR; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 16; N. 1; Seção: *Artigo Original*; 1 *E-mail*; 1 microbiografia; 8 refs.; Janeiro-Março, 2012; páginas 85 a 95.

4. **Marini, Vera;** *Organização da Vida Pessoal visando as Práticas da Tenepes*; Artigo; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 14; N. 2; Seção: *Artigo Original*; 1 *E-mail*; 1 microbiografia; 2 refs.; Abril-Julho, 2010; páginas 239 a 250.

5. **Oliveira, Nilse**; *Manual da Tenepes: Cotejo de Leituras em Momentos Distintos*; Artigo; *IX Fórum da Tenepes e VI Encontro Internacional de Tenepessistas*; Foz do Iguaçu; PR; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 19; N. 3; Seção: *Artigo Original*; 1 E-mail; 1 microbiografia; 11 refs.; Julho-Setembro, 2013; páginas 422 a 433.

6. **Thomaz, Marina**; & **Pitaguari, Antonio**; Orgs.; *Tenepes: Assistência Interdimensional Lúcida*; revisores Erotides Louly; Eucárdio de Rosso; & Roseli Oliveira; 664 p.; 5 partes; 35 citações; 2 cronologias; 53 E-mails; 10 entrevistas; 290 enus.; 3 fotos; 26 gráfs.; 2 microbiografias; 68 perguntas; 68 respostas; 14 tabs.; 21 *websites*; glos. 210 termos; 18 notas; 2 filmes; 150 refs.; alf.; 23 x 16 x 3,5 cm; br.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2015.

