

## Artigo Original

# Proposta de Instrumento para Pesquisa a partir do Diário da Tenepes

Proposal of a Research Instrument using the Penta Diary

Propuesta de Instrumento para la Investigación a partir del Diario de la Teneper

Cristina Bornia\*

\* Técnica de Enfermagem. Especialista em Instrumentação Cirúrgica e Fotografia Cirúrgica Documental. Acadêmica de Psicologia. Voluntária do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC).  
nanabornia@gmail.com

## Palavras-chave

Análise de dados  
Caderno do pesquisador  
Inventariologia  
Tenepessografia

## Keywords

Data analysis  
Inventariology  
Pentaography  
Researcher's notebook

## Palabras-clave

Análisis de datos  
Cuaderno del investigador  
Inventariología  
Teneperografía

Artigo recebido em: 31.05.2016.

Aprovado para publicação em: 11.10.2016.

## Resumo:

Nesse artigo é compartilhada uma pesquisa desenvolvida a partir de anotações e apuração de registros da tenepes utilizando recursos de formulário eletrônico e geração de gráficos para análise de dados. O objetivo é apresentar o instrumental e a ferramenta de análise idealizada pela autora. Apresenta o Diário da Tenepes: Caderno do Pesquisador<sup>1</sup> e a forma pela qual se utilizou de formulários e outros meios informacionais para tratar os dados coletados nas anotações, tornando-as mais úteis para auto-compreensão da evolução do processo tenepessístico, além de outros benefícios intraconscienciais.

## Abstract:

This article presents research developed through notes and data calculations recorded using an electronic form and graphs generated through data analysis. The goal is to share the resources and the analysis tool created and used by the author. The article also presents the Penta Diary: A Researcher's Notebook and the method of how the form and other information resources are used, which have become useful for the self-evolution of the penta practice, along with other intraconsciential benefits.

## Resumen:

Este artículo presenta la investigación desarrollada a partir de anotaciones y depuración de datos registrados, utilizándose recursos del formulario electrónico y la generación de gráficos para análisis de datos. El objetivo es compartir los recursos utilizados y la herramienta de análisis creada por la autora, por ejemplo, el Diario de la Teneper: Cuaderno de Investigador y la forma por la cual se utilizaron formularios y otros recursos informacionales, tornándose útiles para la auto-comprensión de la evolución del proceso tenepesista, además de otros beneficios intraconscienciais.

## INTRODUÇÃO

**Contextualização.** A autora iniciou a tenepes no dia 10 de março de 2015. No primeiro mês, teve muitas experiências novas e marcantes, porém no segundo mês as percepções foram se atenuando. Então, houve receio de *não estar desenvolvendo* o processo tenepessístico da maneira correta.

Daí adveio a ideia de utilizar o *Diário da Tenepes: Caderno do Pesquisador*<sup>1</sup> para proceder anotações sistematizadas.

**Qualificação.** Na busca de qualificar e ampliar a compreensão sobre a prática tenepessística e decifrar os registros feitos, a ideia inicial de proceder anotações se expandiu no sentido de utilizar-se de ferramenta para transpô-las em gráficos, mês a mês, no intuito de comparar o avanço do desenvolvimento das percepções e parapercepções.

**Funcionamento.** O propósito da pesquisa foi a busca de evidências da frequência, incidência, prevalência das percepções e/ou parapercepções e de correlações dos fenômenos parapsíquicos vivenciados durante a tenepes, formulando hipóteses a respeito de sinaléticas parapsíquicas, padrão de assistência, *modus operandi* de funcionamento da tenepes e do tenepessista, de modo a identificar elementos favoráveis e desfavoráveis à prática da tenepes.

**Metodologia.** Visando atender a tal propósito e encontrar as respostas para os questionamentos que surgiam, foi criado um formulário, no ambiente virtual do *Google Drive*<sup>2</sup>, desenvolvido a partir do questionário do *Diário da Tenepes: Caderno do Pesquisador*<sup>1</sup>. Nele foram inseridas as questões referentes às anotações do período antes, durante e após a prática da tenepes, e também, aspectos relacionados aos relatos. Os registros feitos constituíram a base de dados utilizada para a elaboração das análises propositadas.

**Objetivo.** O objetivo do artigo é expor a pesquisa realizada, apresentando a ferramenta de análise criada pela autora.

**Seções.** Este trabalho está organizado em duas seções, com a seguinte estrutura:

1. **Diário de Campo.** Expõe a composição do instrumento utilizado para os registros pessoais, o *Diário da Tenepes: Caderno do Pesquisador*<sup>1</sup>.

2. **Recursos e Possibilidades.** Explana os recursos idealizados pela autora e discorre sobre as possibilidades advindas da utilização da ferramenta desenvolvida, apresentando exemplos.

## I. DIÁRIO DE CAMPO

Segundo Ferraro (2010, p. 284 e 285), dentre as utilidades do diário do (a) tenepessista ressaltam-se, pelo menos, estas sete, organizadas em ordem alfabética:

1. **Autoconscientização.** Maior lucidez quanto à realidade consciencial, aumentando o esforço pessoal na vivência teática da tenepes.

2. **Autocrítica.** Evolução da autocrítica da conscin tenepessista.

3. **Comparação.** Análise comparativa com outras sessões de tenepes pessoais ou de outros.

4. **Desenvolvimento.** Acompanhamento do desenvolvimento pessoal na tenepes.

5. **Linguagem.** Aprendizagem da tradução em palavras das sensações psicofísicas.

6. **Reflexão.** Fecundação da reflexão na vigília física ordinária.

7. **Rememoração.** Estímulo à rememoração dos parafatos.

**Objeto.** Nesse contexto, o objeto de registro adotado e utilizado para a pesquisa foi o *Diário da Tenepes: Caderno do Pesquisador*, o qual se constitui em um inventário de experiências de campo realizadas diariamente pelo praticante da técnica da tenepes, amplamente aceito pelos pesquisadores.

**Partes.** Tal caderno é composto por seis partes, organizadas na seguinte ordem:

1. **Sumário. Índice** das páginas referentes as partes do caderno.

2. **Página do pesquisador.** Parte na qual o pesquisador pode registrar os dados pessoais. Além da identificação, possui campo para informar a data de início da tenepes, o número do caderno e, também, o período das anotações.

3. **Introdução.** Parte introdutória escrita pelos organizadores, tenepessistas veteranos e idealizadores deste instrumento no período de preparo para a fundação da IC Tenepes. Nessa página, os idealizadores, expõem a explicação de seis neologismos pertinentes à prática da tenepes, os quais destacam a importância

dos registros no caderno de campo, assim como sua finalidade e objetivos. Eis os referidos neologismos, conforme descritos:

A. **Tenepessografia.** O registro minucioso e detalhado dos eventos vivenciados na prática da tenepes, no horário dessa e nas 24 horas do dia, com finalidade autopesquisística.

B. **Tenepessografologia.** Ciência aplicada aos estudos específicos, sistemáticos, teáticos ou pesquisa de registros e anotações diárias do tenepessista, relativos às autovivências tenepessológicas.

C. **Assistenciologia.** O tenepessista percebe o marco divisório na sua existência, como dois períodos de sua vida: antes da tenepes e depois da tenepes.

D. **Recinologia.** O investimento da consciência praticante da tenepes na autopesquisa e na Recinologia autoterapêutica evolutiva, refletindo a evolução tanto da tenepes quanto da consciência.

E. **Autopesquisologia.** O pesquisador expande o autoconhecimento e abre novos campos de pesquisa. A motivação pesquisística amplia a acuidade consciencial assistencial.

F. **Inventariologia.** O objetivo principal do *Diário da Tenepes* é facilitar ao pesquisador, praticante da tarefa energética pessoal, a organização de dados para o seu inventário tenepessológico.

4. **Anotações (autopesquisa).** Quatro páginas destinadas para registros de informações referentes ao período anterior, durante e após a prática da tenepes. Tal parte se repete para 93 registros, possibilitando a anotação dos seguintes dados, conforme a sequência dessas três etapas:

A. **Antes do horário da tenepes.** Campos para informar data; dia da semana; hora; umidade do ar; condições meteorológicas; temperatura ambiente; prática da assepsia das emoções (VIEIRA, 2011, p. 27); lembrete para leitura dos pedidos de tenepes fazendo *rapport* com as consciências nomeadas neles; e Autopesquisologia das condições holossomáticas e parapsíquicas, apresentando tabelas sugestivas para assinalar o estado fisiológico e intraconsciencial e parapsíquico e, ainda, um espaço para outras anotações.

B. **Durante a prática da tenepes.** Área reservada aos registros para autopesquisa a ser registrado no final da prática observando as sensações, fatos e parafatos ou fenômenos parapsíquicos, apresentando uma tabela sugestiva de parapercepções, a qual pode ser ampliada conforme a autovivência, e também, um espaço destinado a outras anotações que se queira fazer referente ao período da prática.

C. **Após a prática da tenepes.** Área destinada para registrar os dados observados referente às condições holossomáticas relacionadas ao soma, energossoma, psicossoma e mentalsoma tidas ao término das práticas. Sugere-se três tabelas com itens para assinalar as percepções, o estado fisiológico e o estado intraconsciencial, os quais podem ser ampliados conforme a experiência pessoal tida no experimento. Contém também um espaço para outras anotações pertinentes e ainda, logo em seguida, uma página para registrar autorreflexões feitas após a tenepes.

5. **Anexos.** Traz fundamentações teóricas e de apoio ao tenepessista, incluindo cópia do capítulo *Contatos Diários do Manual da Tenepes* (VIEIRA, 2011, p. 27), e os seguintes verbetes da *Enciclopédia da Conscienciologia*, publicados em VIEIRA (2013), apresentados nesta ordem: Registro da Tenepes, Tenepessografologia e Inventário da Tenepes. Junto aos dois últimos verbetes citados, inclui-se também o capítulo Autopesquisologia do *Dicionário de Argumentos da Conscienciologia* (VIEIRA, 2013, p. 395).

6. **Bibliografia sugerida:** indicação de cinco fontes bibliográficas indicando páginas sugeridas para aprofundamento quanto à técnica da tenepes.

## II. RECURSOS E POSSIBILIDADES

**Ferramenta.** Na ferramenta desenvolvida, a partir do preenchimento do formulário, abre-se uma página para digitar as anotações diárias, e automaticamente os dados vão formando um gráfico derivado das informações inseridas, com todos os recursos dispostos em uma mesma página, para análise.

**Técnicas.** Para a elucidação dos achados, utiliza-se técnicas de bioestatísticas (formulário e gráficos) tendo por base o conteúdo dos registros, elaborando correlações entre os dados registrados.

**Avaliação.** Tais recursos possibilitam elaborar avaliação retrospectiva e prospectiva. Os dados coletados nos registros feitos no diário de campo, permitiram à autora categorizar eventos e o vislumbre da probabilidade de recorrência no futuro.

**Efeitos.** Os levantamentos feitos propiciaram ampliação da autopesquisa, aprofundamento intraconsciente e aumento dos conhecimentos quanto à própria prática tenepessística, oportunizando aumento da eficácia assistencial e profilaxia de ações interventivas ou amplificação da qualidade nos fenômenos e ações assistenciais.

**Dissecção.** A partir da análise feita, pode-se dissecar as informações levantadas, observando a incidência e a prevalência de parapercepções, progressão e desenvolvimento delas, por exemplo, os cinco itens a seguir listados na ordem alfabética:

1. **Análises gerais:** tipos de assistidos (gênero, patologias, estado psíquico); natureza das reflexões pessoais, ideias inatas, trafores, trafares e trafais pessoais.

2. **Energossomaticidade:** sensações energéticas; o balonamento; a descoincidência dos veículos de manifestação da consciência; sinais parapsíquicos; banhos de energia; o padrão das exteriorizações das ECs; a formação do *campo bioenergético*, na forma de uma esfera extrafísica de energias conscienciais mais densas, atuando ao modo de escudo ou proteção instalado e potencializado consciente ou inconscientemente; a observação das alterações de temperatura, luminosidade. Observou-se também a condição de ressaca energética.

3. **Holossomaticidade:** minidoenças e respectivos efeitos; repercussão do estado emocional nas práticas tenepessísticas; a relação lucidez-resultado.

4. **Parafenômenos:** ocorrência de parapsiquismo impressivo, telepatia, projeção consciente, clarividência, clariaudiência, ectoplasmia, olorização, psicofonia e/ou outros fenômenos extrafísicos.

5. **Parapercepções:** iscagens; identificações de assistidos; padrão energético; identificação dos chacras ativos; presença de amparadores; sincronidades.

**Correlações.** Por meio dos dados consolidados e gerados, torna-se possível fazer constatações, elaborar correlações, formular questionamentos autopesquisísticos e levantar hipóteses. Exemplo: elaboração de questionamentos ao modo desses cinco expostas na ordem alfabética:

1. **Chacras.** Quais chacras ficaram mais ativos durante a prática da tenepes? Observa-se alguma relação deles com alguma característica pessoal ou dos assistidos?

2. **Experiências raras.** Existiu alguma percepção ou parapercepção rara, que tenha ocorrido eventualmente? Se sim, em que tipo de atendimento? Que outros dados podem estar relacionados na condição de eventualidade ou raridade?

3. **Incidências indesejadas.** Se foram observadas incidências indesejadas, por exemplo, de ressaca após a prática, o que, pessoalmente, se pode fazer para melhorar esse quadro?

4. **Mudança.** Houve mudança do padrão dos registros?

5. **Padrões.** Qual padrão se observa quanto aos assistidos? Existem características específicas?

**Exercício.** O exercício dos autoquestionamentos, além de ampliar a compreensão do processo particular da tenepes, pode propiciar a evolução do processo tenepessístico, e outras possibilidades de aprofundamento, infinitos, contribuindo para transformar os resultados úteis em esboço do perfil singular de funcionamento do tenepessista autoinvestigador e a alavancagem da sua tenepes.

## CONCLUSÃO

**Início.** Os meses iniciais da tenepes foram para a autora muito conflituosos e de insegurança quanto à qualidade e desenvolvimento do processo da técnica.

**Evolução.** O uso do *Diário da Tenepes* e a pesquisa realizada propiciaram identificação dos significados dos processos vivenciados e das parapercepções antes, durante e após a prática da tenepes, e o que elas representam. O instrumento proposto tornou-se útil para autocompreensão da evolução do processo tenepessístico.

**Autoconhecimento.** Os gráficos se tornaram uma ferramenta rica para auxiliar na busca do conhecimento por intermédio de um viés autoavaliativo, evidente e claro, quanto aos próprios registros do caderno de campo.

**Alívio.** A compreensão do perfil do processo da tenepes, e também do seu desenvolvimento, promoveu qualificação pensênica e grande alívio, emocionalmente, cessando autoconflitos, proporcionando maior confiança e segurança pessoal.

## NOTAS

1. *Diário da Tenepes: Caderno do Pesquisador*; organizado por Amaro Krob, Pilar Alegre e Valquíria Krob; lançado pela Associação Internacional de Tenepessologia na cidade de Foz do Iguaçu, PR, em 2015. Propõe-se registros para inventário de experiências de campo, realizadas diariamente pelo praticante da tenepes.

2. *Google Drive*: Serviço de disco virtual que permite o armazenamento de arquivos na nuvem do Google, um software mundialmente conhecido que hospeda e desenvolve uma série de serviços e produtos baseados na *internet*.

## REFERÊNCIAS

1. **Ferraro**, Cristiane; *Tenepessografia: Levantamento bibliográfico e proposição taxológica*; Artigo; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 14; N. 2; Seção: *Temas da Conscienciologia*; 1 cronologia; 17 enus; 55 refs; Foz do Iguaçu, PR; Abril a Junho, 2010; páginas 282 a 297.

2. **Vieira**, Waldo; *Dicionário de Argumentos da Conscienciologia*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.572 p.; 1 *blog*; 21 *E-mails*; 551 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 18 fotos; glos. 650 termos; 19 *websites*; alf.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2014.; páginas 395 e 396.

3. **Idem**; *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 do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2013.

4. **Idem**; *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; página 27.

---

**BIBLIOGRAFIA SUGERIDA**

1. **Alves**, Cíntia; **Do Momento da Decisão à Prática da Tenepes**; Artigo; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 20; N. 1; Seção: *Temas da Conscienciologia*; 3 refs; Foz do Iguaçu, PR; Janeiro-Março, 2016; páginas 98 a 104.
2. **Ferraro**, Cristiane; **Histórico da Tenepes**; Artigo; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 16; Seção: *Temas da Conscienciologia*; N. 1; 28 refs; Foz do Iguaçu, PR; Janeiro-Março, 2012; páginas 05 a 17.
3. **Manfroi**, Ninarosa. **Tenepes e Autoconscienciometria: Efeitos Mensuráveis**; Artigo; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 16; N. 1; 5 refs.; Foz do Iguaçu, PR; Janeiro-Março, 2012; páginas 47 a 57.

