

## Artigo Original

# Iniciência Tenepessística: Reflexões sobre o Estágio de Implantação das Práticas da Tenepes

*Tenepessistic Incipience: Reflections on the Implementation Phase of the Practice of Penta*

Iniciencia Teneperista: Reflexiones sobre la Pasantía en la Implantación de las Prácticas de Teneper

Oswaldo Vernet\*

\* Analista de Tecnologia da Informação (TI) na Universidade Federal do Rio de Janeiro. Graduado em Matemática Aplicada, Modalidade Informática. Mestre e Doutor em Engenharia de Sistemas e Computação. Voluntário da Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica (*ENCYCLOSSAPIENS*).  
vernet.oswaldo@gmail.com

## Palavras-chave

Implantação da tenepes  
Neodesafio evolutivo  
Tarefa energética pessoal

## Keywords

Evolutionary neochallenge  
Implantation of penta  
Personal energetic task

## Palabras-clave

Implantación de la teneper  
Neo-desafío evolutivo  
Tarea energética personal

## Resumo:

O artigo apresenta as reflexões do autor acerca do estágio de implantação das práticas da tarefa energética pessoal (tenepes), com o objetivo de auxiliar os candidatos automotivados a empreender esse neodesafio evolutivo para o resto da vida intrafísica. A metodologia aplicada foi a análise do registro das vivências dos primeiros tempos de prática da tenepes, publicadas pelo autor em verbete da Enciclopédia da Conscienciológica, aqui revistas e ampliadas.

## Abstract:

Aiming to help self-motivated candidates undertake the personal energetic task (penta), an evolutionary neochallenge, for the rest of intraphysical life, this article presents the author's reflections on the implementation phase of the practice. The methodology applied was analysis of the register of experiences of the initial practices of penta, as published by the author in the Encyclopedia of Conscienciology entry, and revised and extended here.

## Resumen:

El artículo presenta las reflexiones del autor acerca de la pasantía en la implantación de las prácticas de la tarea energética personal (teneper), con el objetivo de auxiliar a los candidatos automotivados en emprender este neo-desafío evolutivo para el resto de la vida intrafísica. La Metodología aplicada fue el análisis del registro de vivencias en los primeros tiempos de práctica de teneper, publicadas por el autor en verbete da Enciclopédia da Conscienciológica, aquí revistas y amplia

Artigo recebido em: 07.05.2016.

Aprovado para publicação em: 27.09.2016.

## INTRODUÇÃO

**Origem.** A decisão de escrever este artigo tem origem nas vivências pessoais do autor, tenepessista neófito, com apenas um ano e oito meses de prática, comprometido taristicamente a registrá-las por escrito, com intuito de auxiliar os compassageiros evolutivos igualmente iniciantes ou ainda indecisos quanto a iniciar a prática da tarefa energética pessoal.

**Objetivo.** O objetivo do artigo é compartilhar experiências, buscando detalhar intercorrências, providências, dúvidas, questionamentos e percalços característicos do período inicial de estabelecimento da tenepes, passíveis de ocorrer ao candidato autoconvicto a empreender a tarefa.

**Metodologia.** A pesquisa realizada iniciou-se pouco depois do início da prática tenepessística do autor. Desde então, o acúmulo de experiências na tenepes, o surgimento de novas dúvidas, os registros sistemáticos e a autorreflexão possibilitaram a elaboração deste texto.

**Estrutura.** O trabalho está estruturado em cinco seções, elencadas em ordem funcional:

1. **Incipiência tenepessística:** a definição e caracterização do tema; as reformulações no dia a dia do candidato à tenepes.
2. **Passos iniciais:** a decisão de iniciar a tenepes; o começo propriamente dito.
3. **Neorrotina tenepessística:** as recomendações; as evitações; as exceções.
4. **Percalços:** as dificuldades enfrentadas pelo tenepessista iniciante.
5. **Favorecimentos:** a *interação amparador extrafísico-praticante*; os aportes.

## I. INCIPIÊNCIA TENEPESSÍSTICA

**Definição.** A *Tarefa Energética Pessoal* (tenepes) é a transmissão de energia consciencial (EC), assistencial, individual; programada com horário diário, da consciência humana, auxiliada por amparador ou amparadores; no estado de vigília física ordinária; diretamente para consciexes carentes ou enfermas, intangíveis e invisíveis à visão humana comum; ou conscins projetadas, ou não, próximas ou a distância, também carentes ou enfermas (VIEIRA, 1995, p. 11).

**Sinonímia:** 1. Passe energético no paciente desconhecido. 2. Passes para o escuro. 3. Sessão energético-anímico-parapsíquica individual. 4. Sessão parapsíquica ou mediúmica do eu sozinho.

**Interdimensiologia.** *O tenepessista é o peão interdimensional em serviço não remunerado, trabalhando sem testemunhas humanas e sem ressacas bioenergéticas* (VIEIRA, 2014a, p. 1.401).

**Definição.** A *incipiência tenepessística* é o estágio inicial de implementação da tarefa energética pessoal, caracterizado pela adaptação do praticante às exigências do neodesafio evolutivo.

**Etimologia.** O vocábulo *incipiência* vem do idioma Latim, *incipientia*, derivado do infinitivo verbal *incipire*, “empreender; começar; dar princípio”. Surgiu em 1958.

**Sinonímia:** 1. Período inicial da tenepes. 2. Instauração da prática tenepessística. 3. Estágio tenepessístico probatório. 4. Encetamento tenepessístico. 5. Infância tenepessística.

**Antonímia:** 1. Estágio avançado da tenepes. 2. Maturidade tenepessística. 3. Veteranice tenepessística. 4. Adulthood tenepessística. 5. Proficiência tenepessística. 6. Insipiência tenepessística. 7. Negligência tenepessística.

**Duração.** O período de incipiência tenepessística é concomitante, porém não necessariamente equivalente, aos seis meses iniciais de prática, considerado o estágio mais crítico do ponto de vista da *poeira levantada*. Alguns praticantes adaptam-se aos requisitos e às exigências intra e extrafísicas da tenepes em menos tempo; outros, em mais.

**Autorreflexão.** Marcam o início da tenepes reflexões, revisões, ajustes e providências em, pelo menos sete contextos, elencados em ordem alfabética:

1. **Conviviologia:** a identificação e evitação de amizades ociosas, sem incorrer em abandono ou esnobação; a preferência pelo convívio com os amigos evolutivos; o intercâmbio de ideias com outros tenepessistas.

2. **Energossomatologia:** o trabalho persistente com as energias, visando à autossustentabilidade; a blindagem energética do ambiente onde se desenvolverão as sessões.

3. **Intrafisiologia:** a reavaliação e o redimensionamento dos compromissos intrafísicos; as mudanças na agenda pessoal; os ajustes nos hábitos e horários de alimentação; a otimização da higiene corporal; a rotina de exercícios físicos; a importância indescartável da Higiene Consciencial.

4. **Parapercepciologia:** os autoesforços contínuos para estabelecimento e aprimoramento da sintonia parapsíquica sadia, em alto nível, com o amparo extrafísico específico de função.

5. **Pensenologia:** a evitação de pensar mal dos outros e de si próprio; a manutenção da higidez do holopense da base intrafísica; a busca pela detecção mais instantânea e acurada dos xenopenses; a vivência da *técnica de mudança de bloco pensênico*.

6. **Priorologia:** a aplicação criteriosa do *princípio do descarte do imprestável*, eliminando hábitos nocivos e posturas improdutivas; a profilaxia das inutilidades; a otimização do tempo; o realinhamento com as prioridades evolutivas.

7. **Psicossomatologia:** a eliminação das carências afetivas; a superação da mania de autovitimização.

## II. PASSOS INICIAIS

**Paradoxo.** Não é a tenepes a ajustar-se à vida. É a vida a ajustar-se à tenepes.

**Preparação.** *Tudo tem começo* (VIEIRA, 2009, p. 137). Eis, na ordem funcional, cinco passos preparatórios a serem considerados pela conscin automotivada a iniciar a prática da tenepes:

1. **Informação:** a leitura obrigatória, indispensável, repetida e exaustiva do livro *Manual da Tenepes* (VIEIRA, 1995); a leitura recomendada ao menos da Parte I (Textos Introdutórios) do livro *Tenepes: Assistência Interdimensional Lúcida* (THOMAZ & PITAGUARI, 2015); as vivências autoexperimentais insubstituíveis no *laboratório conscienciológico da Tenepessologia*; o diálogo franco e esclarecedor com praticantes veteranos.

2. **Autorreflexão:** a identificação da real intencionalidade de praticar a tenepes; a ponderação criteriosa acerca do atendimento aos pré-requisitos de tenepessabilidade (THOMAZ & PITAGUARI, 2015, p. 71 a 82); a consideração cautelosa acerca do compromisso *para o resto da vida* característico da tenepes, considerado o aspecto mais grave e difícil da técnica (VIEIRA, 1995, p. 23); a autoconscientização quanto aos demais eventos da vida intrafísica se reorganizarem em função da tenepes e não o contrário; o reconhecimento e planejamento dos ajustes a serem feitos na organização pessoal.

3. **Esclarecimento:** a conversa com os co-habitantes da base intrafísica, explicitando a questão do isolamento inviolável e da pontualidade diários; a busca pela minimização e, se possível, eliminação dos antagonismos através do esclarecimento; a obtenção da anuência dos familiares próximos.

4. **Assepsia:** a preparação da base intrafísica; a escolha do local onde será realizada diariamente a tenepes; a remoção dos bagulhos energéticos, se possível de toda a moradia e não só do futuro *Tenepessarium*.

5. **Escolhas:** a escolha da data de início; a escolha do horário.

**Otimizações.** Merece destaque, nesse contexto preparatório, a *técnica da pré-tenepes* (ARAKAKI, 2013, p. 399 a 421), propondo 23 otimizações passíveis de serem empreendidas pela conscin tenepessável em etapa anterior ao estabelecimento em definitivo da tenepes.

**Horário.** É necessário atentar para a escolha do melhor horário, em função do qual se organizarão as demais atividades, compromissos e momentos de lazer do praticante.

**Auto-habilitação.** Importa ressaltar o caráter personalíssimo da decisão de iniciar a tenepes. Não se pode estabelecer compromisso multidimensional para o resto da vida intrafísica, com base em achismos, influências ou palpites externos. A convicção deve ser pessoal, fruto de autorreflexão e da autoexperimentação.

**Extrapolacionismo.** Condições extemporâneas de ampliação da autolucidez e do autodiscernimento do pré-tenepessista, através do aumento das parapercepções, podem ser patrocinadas pelo amparador extrafísico, ao modo de chamamento à conscin quanto ao compromisso intermissivo assumido (NONATO, 2013, p. 434 a 438).

**Casuística.** Este autor, em fase imediatamente anterior à decisão de implantar a tenepes, vivenciou acoplamentos assistenciais com o futuro amparador extrafísico de função, ao modo de paraterapêutica admonitória e preparatória à consecução iminente da prática.

**Autoposicionamento.** Tais fenômenos, bastante ostensivos nas experiências preliminares realizadas no *laboratório conscienciológico da Tenepessologia*, só ocorreram após a autoadmissão da possibilidade de tornar-se tenepessista, hipótese até então não aventada com o devido cuidado.

**Curso Intermissivo (CI).** O reconhecimento íntimo e inequívoco por parte da conscin de haver frequentado CI no período pré-ressomático (VIEIRA, 1994, p. 604) deve ser levado seriamente em conta na motivação e na decisão em iniciar a tenepes, disciplina estudada nos CIs avançados e meta dos proexólogos (SINHORINI, 2015, p. 18).

**Analogia.** Grosso modo, a tenepes é comparável a contrato estabelecido por iniciativa do praticante com o *Maximecanismo Multidimensional Interassistencial (MMI)*, onde o tenepessista é o representante único da parte intrafísica e a extensão da parte extrafísica não é trivial de precisar.

**Comprometimento.** O compromisso firmado deve estender-se até o fim da vida humana do praticante ou a ocorrência de condição de saúde inviabilizante (VIEIRA, 1995, p. 23). Não é possível antever exatamente as consequências advindas da quebra contratual. Cada caso é único.

**Conduta-padrão.** Apesar de alguns relatos acerca de descontinuação e posterior retomada das práticas tenepessísticas, o candidato decidido a iniciar tal empreendimento evolutivo deve preferencialmente pautar-se pelo exemplarismo dos tenepessistas veteranos, alguns com mais de duas décadas de trabalhos, minipeças persistentes e autoconscientes quanto às implicações multidimensionais do compromisso assumido.

**Reciclagens.** As conquistas evolutivas exigem o esforço de alijar hábitos, posturas, condicionamentos e imaturidades contraproducentes às reciclagens intraconscienciais. A tenepes não foge à regra. A conscin avessa à renovação íntima não é tenepessável.

**Antecipações.** A vivência da *técnica da inversão existencial*, da docência itinerante e de níveis cada vez mais profundos de reciclagens existenciais (recéxis) pode funcionar ao modo de antecipadores da tenepes (VIEIRA, 1995, p. 26) (HABIB, 2010).

### III. NEORROTINA TENEPESSÍSTICA

**Simultaneidade.** A tenepes, enquanto prática diária contínua, através do *crescendo errar hoje–acertar amanhã*, derroga o mito de o *aprendizado preceder obrigatoriamente a prática*.

**Progresso.** Superada a expectativa dos primeiros dias e atendidas as exigências iniciais, a tendência é a prática tenepessística convergir para o estágio de manutenção, caracterizado pela continuidade diária das sessões.

**Otimizações.** Do ponto de vista da *Autoorganizaciologia*, eis, na ordem lógica, cinco variáveis a serem observadas pelo praticante neófito quanto às sessões diárias de tenepes:

1. **Pontualidade.** A descrição da técnica é bastante clara no sentido de começar, todo dia, a sessão de tenepes o mais pontualmente possível no horário estipulado. Os amparadores extrafísicos têm agenda e, ao contrário da maioria dos conscins, não se atrasam.

2. **Tolerância.** A flexibilidade de três horas, prevista no *Manual da Tenepes* (VIEIRA, 1995, p. 22), aplica-se na ocorrência de imprevistos, não devendo tornar-se habitual começar a tenepes em qualquer horário dentro dessa janela.

3. **Higiene.** É autodesintoxicante o hábito de banhar-se antes da sessão, aproveitando para aplicar a *técnica da chuveirada hidromagnética*.

**Bioenergias.** “Mobilizar as *energias conscienciais* durante o **banho diário** ajuda o equilíbrio da holosfera pessoal nas próximas 24 horas” (VIEIRA, 2014b, p. 287).

4. **Preparação.** As eventuais manobras preparatórias de *aquecimento bioenergético* – circulação fechada, estado vibracional (EV) e exteriorização voluntária de energias – devem ocorrer, de preferência, nos minutos precedentes ao horário combinado, evitando atrasar os trabalhos de assistência extrafísica.

5. **Registro.** A manutenção do diário da tenepes, contendo relatos das ocorrências vivenciadas nas sessões, sem identificação específica de consciências intra ou extrafísicas, é fundamental à autopesquisa do praticante. A releitura periódica favorece a *costura hermenêutica* dos fatos e parafatos relatados, podendo descortinar importantes informações acerca do autoparapsiquismo.

**Impedimentos.** Apesar do aspecto diário previsto na fundamentação da técnica, há contingências intrafísicas inviabilizantes, exigindo a descontinuação das sessões por breves períodos. Eis, na ordem alfabética, três categorias de obstruções temporárias à tenepes:

1. **Doenças:** as moléstias próprias ou de entes próximos, exigindo atenção ou dedicação do tenepessista.

2. **Imprevistos:** as exigências profissionais impreteríveis; as urgências do contexto familiar; os acidentes; os atrasos inevitáveis.

3. **Viagens:** o afastamento da base intrafísica com permanência em ambiente compartilhado com outras conscins (quarto de hotel, hospedaria, albergue).

**Alterações.** Na ocorrência de circunstâncias inviabilizantes do horário inicialmente estipulado para a sessão diária, o tenepessista pode cogitar modificá-lo, deslocando-o para outro momento do dia, livre de impedimentos. Tal prática, entretanto, constitui conduta-exceção, não sendo recomendável adotá-la ao menor contratempo passageiro ou contornável.

## IV. PERCALÇOS

**Etiologia.** Ao modo das intrusões pensênicas interconscienciais, onde a consciência afetada é sempre a primeira responsável, devido à *abertura da brecha*, os eventos antagônicos relacionados aos primeiros tempos da tenepes têm origem em fissuras de personalidade, ou de comportamento, evidenciadas pelo praticante.

**Intrafisiologia.** O aspecto mais favorecedor ao surgimento de contrafluxos é a autodesorganização do tenepessista, verdadeira porta aberta para a atuação dos assediadores extrafísicos. Eis sete exemplos de posturas características da conscin desorganizada, dispostos em ordem alfabética:

1. **Açodamento:** a pressa devido ao costume de atrasar-se; a incapacidade de previsão e planejamento.

2. **Atabalhoamento:** a desatenção nas ações; o fazer de qualquer jeito.

3. **Desmazelo:** a falta de critério na disposição ou manutenção de objetos; a impossibilidade de localizar qualquer item necessário sem antes revirar tudo; o descuido com bens pessoais e alheios; a falta de preocupação com a preservação dos pertences; o hábito de ir largando as coisas por onde passa.

4. **Despriorização:** a incapacidade de distinguir o mais importante; a *cultura das inutilidades*; os passatempos ocupando tempo excessivo; os microinteresses.

5. **Esquecimento:** a inexistência da agenda pessoal; os objetos perdidos; as faltas aos compromissos; os *bolos*; os *furos*.

6. **Irresponsabilidade:** as atitudes irrefletidas afetando ou até mesmo prejudicando a vida alheia; a desconsideração frente às necessidades dos outros; a riscomania.

7. **Procrastinação:** a vida empurrada com a barriga; o hábito de deixar tudo para a última hora.

**Psicossomatologia.** A conscin inexperiente do ponto de vista parapsíquico, ao iniciar a tenepes, pode enfrentar período dilatado de hipoacuidade paraperceptiva, ocasionando desestímulo à continuação. Eis, na ordem alfabética, nove exemplos de sentimentos equivocados, porém passíveis de ocorrer ao praticante na fase de incipiência tenepessística:

1. **Ansiedade:** a expectativa da ampliação *mágica* e instantânea da paraperceptibilidade.

2. **Antagonismo:** a rejeição à tenepes, considerada responsável pelos possíveis contrafluxos desagradáveis na vida do tenepessista.

3. **Arrependimento:** a sensação de se haver equivocado ao decidir começar a prática; o temor às consequências imprevisíveis de interrompê-la.

4. **Culpa:** o incômodo íntimo pelos autotrafes reconhecidos e não superados (autocorrupção).

5. **Desânimo:** o pensamento de poder não dar conta da reciclagem a ser feita.

6. **Estagnação:** a sensação de todas as sessões serem iguais, onde nada acontece.

7. **Idolatria:** a mitificação da figura do amparador, tomado a conta de protetor mais evoluído ou anjo da guarda.

8. **Incerteza:** a dúvida quanto à supervisão extrafísica (amparador ou guia amaurótico?).

9. **Medo:** a expectativa de algo ruim acontecer, devido ao assédio extrafísico.

**Parapsiquismologia.** Alguns praticantes chegam à tenepes trazendo bagagem prévia de desenvolvimento parapsíquico em linhas de conhecimento religiosas ou esotéricas, onde o mediunismo é priorizado. A *técnica da passividade alerta*, exercitada pelo tenepessista durante as sessões, não implica perda de lucidez ou subjugação a consciexes, diferindo radicalmente da *canga mediúnica*.

**Antagonismologia.** O guia amaurótico atua manipulando e não tem interesse na reciclagem intraconscional do tenepessista. O amparador extrafísico de função respeita sempre o livre arbítrio do praticante e não perde a ocasião de evidenciar as mudanças íntimas a serem feitas.

**Autodesafiologia.** A insatisfação com a autoestagnação, a vontade de reciclar e as ações concretas empreendidas em prol da autoevolução são possíveis indicadores da qualidade da supervisão extrafísica.

**Autopensenologia.** Além dos contrafluxos, dos sentimentos equivocados e do autoparapsiquismo insipiente, o tenepessista pode ainda deparar-se com condições adversas características do *modus operandi* patológico da autopensividade, a exemplo destas oito, elencadas em ordem alfabética:

1. **Ceticismo ingênuo:** a *síndrome de São Tomé*; a busca infantil pelas comprovações “palpáveis” do parapsiquismo; a incapacidade de reconhecimento das manifestações parapsíquicas mais avançadas.

2. **Consciencialidade literal:** a interpretação ao *pé-da-letra* das informações, realidades e vínculos; a bitolação confundida com precisão; o despertador cronometrando 50 minutos diários de sessão; o alívio no dia seguinte ao término dos exatos 6 meses iniciais de prática.

3. **Desconcentração mental:** a dificuldade de conter os devaneios aparentemente incontroláveis nas sessões; as vivências recentes dominando a mente do tenepessista durante a sessão.

4. **Desconexão causal:** a interligação equivocada entre situações; a falta de lógica levando a inferências im procedentes; a confusão entre correlação e implicação; a interpretatices.

5. **Nosopenalidade cronicificada:** o hábito contumaz de pensar mal dos outros ou de si próprio; a satisfação malévola; a *síndrome do justiceiro*.

6. **Perfeccionismo paralisante:** a autocobrança gerando desestímulo e inércia; o verdugo de si mesmo; o desprezo do bom pelo simples fato de não ser o ótimo.

7. **Rigidez ideativa:** o fechadismo consciencial; a impermeabilidade às neoideias; a incapacidade de perceber as sugestões mentais fora do padrão pensênico usual.

8. **Tendência ritualística:** a transformação de tudo em ritual; a criação de protocolos complexos, atravancadores e totalmente dispensáveis; o vício da sacralização.

## V. FAVORECIMENTOS

**Duplologia.** A interação tenepessista–amparador extrafísico de função, quando fluente e em alto nível, constitui vínculo interconsciencial dos mais coesos, superior em intimidade ao da dupla evolutiva (VIEIRA, 1995, p. 43).

**Lucidologia.** A diferenciação entre o tenepessista e o amparador extrafísico é o fato de este último manter a recuperação dos *cons magnos*. Em futura ressonância, o amparador será igual ao tenepessista, enfrentando dificuldades da vida intrafísica e tendo de superar as limitações oriundas do restringimento ressonâmico (VIEIRA, 2014b, p. 84).

**Interassistenciologia.** Pela lógica da alternância no revezamento grupal, os amparadores extrafísicos de hoje serão os tenepessistas de amanhã. Portanto, da parte do amparo de função, há grande empenho em favorecer o progresso e a qualificação do praticante enquanto minipeça lúcida dentro do *Maximecanismo Multidimensional Interassistencial*, sendo plurais as tentativas de intercessão, esclarecimento, patrocínio de oportunidades e de vivências educativas, nem sempre reconhecidas ou valorizadas.

**Amparologia.** Eis, na ordem alfabética, dez categorias de aportes, favorecimentos ou benefícios passíveis de serem patrocinados pelo amparador extrafísico de função, visando a dinamizar a proficiência interassistencial do tenepessista:

01. **Banhos:** os influxos energéticos paraterapêuticos, reforçando disposições físicas e conscienciais.

02. **Confirmações:** as respostas às indagações, quando proveitosas e dinamizadoras da autopesquisa.

03. **Desassédio:** a ajuda na identificação e desassimilação de energias patológicas.

04. **Encapsulamento:** a blindagem energética; a proteção quanto às próprias evocações imaturas e nocivas (VIEIRA, 2014a, p. 1.401).

05. **Extrapolações:** os parafenômenos, em nível e profundidade ainda não alcançados; o estado vibracional potencializado.

06. **Inspirações:** as ideias inusitadas; a sugestão mental irresistível para escrever; a frase tarística apropriada ao momento do assistido.

07. **Isca gens:** a aproximação de consciexes a serem assistidas.

08. **Oportunidades:** os encontros com potenciais assistidos; os informes de cursos e eventos conscienciológicos; o livro necessário trazido ou sugerido.

09. **Projeções:** as saídas do corpo com finalidade assistencial.

10. **Sincronicidades:** as “coincidências” a serem registradas e alinhavadas.

**Abertismologia.** A neofilia é a unidade de medida da receptividade às achegas tarísticas patrocinadas pelos amparadores extrafísicos. Sem o mínimo de abertismo consciencial, solidamente alicerçado na *Descriciologia*, recrudescem as dificuldades recíprocas de comunicação interdimensional (VIEIRA, 1997, p. 84).

**Cosmoeticologia.** O amparador extrafísico de função não faz estupro evolutivo e nem pode evoluir no lugar do praticante.

**Voliciologia.** *A tenepes não cura tudo, nem é panaceia universal. Não vacina, por exemplo, o tenepesista contra a autocorrupção* (VIEIRA, 1995, p. 74).

**Megapensenologia.** *Façamos nossa parte* (VIEIRA, 2009, p. 271).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

**Proexologia.** A tarefa energética pessoal é conquista evolutiva prioritária ao *Homo sapiens sapiens*, pré-serenão ainda vulgar, disposto a arregaçar as mangas e investir seriamente no caminho à desperticidade.

**Acertologia.** *Há começos difíceis.* Entretanto, dentre os maiores aliados do tenepessista está o aspecto vitalício da manutenção da tarefa. Hoje se erra, amanhã se acerta. Os percalços do início são mitigados, com paciência, dedicação e *amor ao ofício*, através do investimento ininterrupto na autopesquisa, da autorreflexão, da superação dos tráfes, da confiança no amparo extrafísico, do foco permanente na interassistência e do realinhamento cosmoético progressivo da autopenalidade.

**Autorrecinologia.** Na experiência deste autor, ao modo de aferição do autoprogresso tenepessístico, vale mensurar a profundidade da reciclagem intraconsciencial empreendida desde o início da prática. Não há tenepes sem recin.

## REFERÊNCIAS

01. **Arakaki, Kátia;** *Otimizações Pré-Tenepes: Técnica do Aprimoramento da Conscin Tenepessável;* Artigo; IX Fórum da Tenepes & VI Encontro Internacional de Tenepessistas; Foz do Iguaçu, PR; 23 a 25.12.13; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Edição Especial; Vol. 17; N. 3; Seção: *Artigo Original*; 24 citações; 1 *E-mail*; 19 enus.; 1 megapensene; 2 questionamentos; 75 refs.; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; Julho-Setembro, 2013; páginas 399 a 421.

02. **Habib, Igor;** *Vivência de Planejamento Técnico-Pesquisístico para Início da Tenepes;* Artigo; VI Fórum da Tenepes e III Encontro Internacional de Tenepessistas; Foz do Iguaçu, PR; 20 a 22.12.10; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Edição Especial; Vol. 14; N. 2; Seção: *Temas da Conscienciologia*; 2 diagramas; 1 *E-mail*; 16 enus.; 1 microbiografia; 2 tabs.; 6 refs.; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; Abril-Junho, 2010; páginas 220 a 231.



03. **Nonato**, Alexandre; **Extrapolacionismo Pré-Tenepessista**; Artigo; IX Fórum da Tenepes & VI Encontro Internacional de Tenepessistas; Foz do Iguaçu, PR; 23-25.12.13; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 17; N. 3; Seção: *Artigo Original*; 1 E-mail; 3 enus.; 1 microbiografia; 2 refs.; Julho-Setembro, 2013; páginas 434 a 438.

04. **Sinhorini**, Wildenilson; **Relato de Vivências de Recéxis e Recins nas Etapas de Preparação e Prática da Tenepes**; Artigo; X Fórum da Tenepes & VII Encontro Internacional de Tenepessistas; Foz do Iguaçu, PR; 19-21.12.14; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 19; N. 1; Seção: *Artigo Original*; 1 E-mail; 5 enus.; 1 microbiografia; 4 refs.; Janeiro-Março, 2015; páginas 14 a 18.

05. **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.

06. **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<sup>a</sup>, página 1.401.

07. **Idem**; **Léxico de Ortopensatas**; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 2 Vols.; 1.800 p.; Vols. 1 e 2; 1 blog; 652 conceitos analógicos; 22 E-mails; 19 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 17 fotos; glos. 6.476 termos; 1.811 megapensenes trivocabulares; 1 microbiografia; 20.800 ortopensatas; 2 tabs.; 120 técnicas lexicográficas; 19 websites; 28,5 x 22 x 10 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2014b.

08. **Idem**; **Manual da Tenepes: Tarefa Energética Pessoal**; revisor Alexander Steiner; 142 p.; 34 caps.; 147 abrevs.; 1 E-mail; 52 enus.; 1 foto; 1 microbiografia; 1 tab.; 1 teste; glos. 282 termos; 5 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; *Instituto Internacional de Projeciologia*; Rio de Janeiro, RJ; 1995.

09. **Idem**; **Manual dos Megapensenes Trivocabulares**; revisores Adriana Lopes; Antonio Pitaguari; & Lourdes Pinheiro; 378 p.; 3 seções; 49 citações; 85 elementos linguísticos; 18 E-mails; 110 enus.; 200 fórmulas; 2 fotos; 14 ilus.; 1 microbiografia; 2 pontuações; 1 técnica; 4.672 temas; 53 variáveis; 1 verbete enciclopédico; 16 websites; glos. 12.576 termos (megapensenes trivocabulares); 9 refs.; 1 anexo; 27,5 x 21 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2009, página 137.

10. **Idem**; **200 Teáticas da Conscienciologia: Especialidades e Subcampos**; revisores Alexander Steiner; *et al.*; 260 p.; 200 caps.; 15 E-mails; 8 enus.; 1 foto; 1 microbiografia; 2 websites; 13 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; *Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC)*; Rio de Janeiro, RJ; 1997.

11. **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*; Rio de Janeiro, RJ; 1994, página 604.

