

# Medição da Autocognição Sobre a Técnica da Tenepes

Measurement of the Self-Cognition regarding the Penta Technique

Mediación de la Autocognición Sobre la Técnica de la Tenepes

João Paulo Costa\*

\*Acadêmico de Psicologia. Voluntário da Associação Internacional de Conscienciometria Interassistencial (CONSCIUS). Tenepessista desde maio de 2010.

*j.paulocosta70@gmail.com*

Texto recebido para publicação em 03.11.2011.

## Palavras-chave

Assistência  
Autoavaliação  
Cognição  
Conscienciometrologia  
Valoração

## Keywords

Assistance  
Cognition  
Conscienciometry  
Self-evaluation  
Valuation

## Palabras-clave

Asistencia  
Autoevaluación  
Cognición  
Conscienciometrología  
Valoración

## Resumo:

O presente trabalho tem como objetivo o estudo técnico da medição (metria) relacionada ao grau de compreensão (cognição) inerente à tarefa energética pessoal tanto para conscin tenepessável interessada quanto para o tenepessista já praticante. Nesse sentido, o trabalho, aqui apresentado, tem na base metodológica, técnicas conscienciométricas de auto e heteroinvestigação, estudo de livros, manuais, apontamentos feitos por este autor em cursos e debates, autorreflexões pessoais e registros feitos a partir das autoexperimentações no tenepessarium pessoal.

## Abstract:

The objective of the present work is to technically study the measurement (metry) related to the degree of understanding (cognition) inherent to the personal energetic task for intraphysical consciousnesses, both future penta practitioners and current penta practitioners. In this direction, the work presented herein has its methodology based in conscienciometric techniques of self and heteroinvestigation, study of books, handbooks, notes made by this author in courses and debates, personal self-reflections and reports made from self-experimentations in his personal tenepessarium.

## Resumen:

El presente trabajo tiene como objetivo el estudio técnico de la medición (metria) relacionada al grado de comprensión (cognición) inherente a la tarea energética personal tanto para conscin tenepesable interesada cuanto para el tenepessista ya practicante. En ese sentido, el trabajo, aquí presentado, tiene en la base metodológica, técnicas conscienciométricas de auto y heteroinvestigación, estudio de libros, manuales, anotaciones realizadas por ese autor en cursos y debates, autorreflexiones personales y registros hechos a partir das autoexperimentaciones en el tenepersarium personal.

## INTRODUÇÃO

**Contextualização.** Tendo em vista o estudo da tenepes pela conscin tenepessável e o desenvolvimento pelo tenepessista já praticante, o artigo aqui apresentado tem no contexto o estudo da mensuração do nível de entendimento quanto à tenepes pela conscin interessada.

**Compreensão.** Quanto maior o nível de compreensão da técnica por parte do praticante, maiores podem ser os benefícios da dinâmica interassistencial envolvendo o tenepessista, o amparador extrafísico da tenepes, a consciência assistida, representando conscin ou consciex, e respectivas companhias.

**Sinapses.** A ampliação cognitiva sobre a tenepes ajuda a conscin interessada na geração de novas sinapses (neossinapses) e paraneossinapses relacionadas à interassistência tenepessista.

**Bases.** A aplicação cada vez mais profissional da tenepes tem na experiência prática a base determinante na qual se inicia no nível de entendimento teático quanto ao assunto, por parte do tenepessista.

**Objetivo.** Nesse sentido, este artigo tem como objetivo o estudo técnico da medição (metria) relacionada ao grau de compreensão (cognição) inerente à tarefa energética pessoal tanto para conscin tenepessível interessada quanto para o tenepessista já praticante.

**Metodologia.** Este trabalho tem por base metodológica técnicas conscienciométricas de auto e hetero-investigação, estudo de livros, manuais, apontamentos feitos por esse autor em cursos e debates, autorreflexões pessoais e registros feitos a partir das autoexperimentações no *tenepessarium* pessoal.

**Estrutura.** O presente artigo foi organizado nas 6 seguintes seções:

I. **Autoconscienciometria e Pensenologia**

II. **Autoavaliação e Heteroavaliação Conscienciométricas**

III. **Medida Cognitiva Tenepessológica**

IV. **Tenepes Conscienciométrica**

V. **Autodiagnóstico**

VI. **Cognição e Paracognição.**

## I. AUTOCONSCIENCIOMETRIA E PENSENOLOGIA

**Definição.** A *medida* é a avaliação de grandeza determinante de proporção pela qual se deseja mensurar, calcular, avaliar, determinar, aferir, comparar, estimar, limitar, equiparar algum elemento, podendo esse ser palpável ou não.

**Recurso.** A partir do momento de avaliação do nível de grandeza de determinado recurso, o mesmo pode ser ampliado intencional e conscientemente, de modo técnico, expandindo exponencialmente os benefícios relacionados a tal.

**Ganhos.** A tarefa energética pessoal é prática assistencial mesurável, representando recurso evolutivo, tanto para os assistidos quanto para o assistente-praticante. Nesse sentido, a tenepes é técnica de dedicação no emprego dos 4 veículos do holossoma por parte do praticante até o fim da vida intrafísica (dossoma).

**Conscienciometria.** O estudo da consciência integral através da Conscienciometria é maneira de aferir, dentre vários outros aspectos, o nível de entendimento (cognição) a respeito da tenepes.

**Definição.** A *Conscienciometrologia* é a especialidade da Conscienciologia dedicada ao estudo das medidas conscienciológicas, ou da consciência, através dos recursos e métodos oferecidos pela abordagem da consciência inteira (Holossomatologia), dentro do Paradigma Consciencial, capazes de assentar as bases possíveis da *matematização da consciência*, empregando prioritariamente a pesquisa dos atributos conscienciais e do holossoma.

**Sinonímia:** 1. Medição consciencial; medida consciencial. 2. Valoração dos traços conscienciais. 3. Valoração dos atributos conscienciais. 4. Medição valorativa holossomática.

**Diagnósticos.** No universo intraconsciencial, a Conscienciometrologia tem papel perscrutador fundamental na definição de diagnósticos utilizados como ponto de partida para as recins (reciclagens intraconscienciais) e recéxis (reciclagens existenciais) pertinentes ao momento evolutivo de cada pessoa.

**Unidade.** É primordial a explicitação, no estudo aqui apresentado, do princípio do autodiagnóstico como sendo unidade de medida conscienciométrica.

## **NO UNIVERSO DA INVESTIGAÇÃO CONSCIENCIOMÉTRICA SE MOSTRA FUNDAMENTAL AO AUTOPESQUISADOR CONSIDERAR O PRINCÍPIO BÁSICO DE NÃO E EXISTIR HETEROCONSCIENCIOMETRIA PROFÍCUA SEM AUTOCONSCIENCIOMETRIA PROFUNDA.**

**Autopensenologia.** O estudo da autopensenização se mostra esclarecedor e determinante nas autoinvestidas conscienciais.

**Início.** Toda manifestação pessoal tem início na autopensividade, e todo pensene tem determinada medida conscienciométrica.

**Pensenes.** Sob a ótica da Pensenometria, eis, na ordem alfabética, 18 unidades de medida pensênicas relacionadas diretamente ao tema do presente artigo, escolhidas pelo critério de aproximação simples:

01. **Autopensene:** unidade de medida da pensenização pessoal.
02. **Bradipensene:** unidade de medida da obnubilação intraconsciencial.
03. **Criptopensene:** unidade de medida do devaneio (alienação intrafísica).
04. **Egopensene:** unidade de medida do egoísmo (Parapatologia).
05. **Enciclopensene:** unidade de medida do enciclopedismo consciencial (autocognição).
06. **Energopensene:** unidade de medida da evolução consciencial (*ene*).
07. **Materpensene:** unidade de medida da autocrítica (Metodologia da pesquisa).
08. **Neopensene:** unidade de medida da renovação consciencial ou da neofilia (Evoluciologia).
09. **Paleopensene:** unidade de medida das ideias anacrônicas, tradicionais, fossilizadoras, neofóbicas.
10. **Parapensene:** unidade de medida do amparo extrafísico próprio do amparador (Assistenciologia).
11. **Repensene:** unidade de medida da ideia fixa (Monoideísmo).
12. **Semipensene:** unidade de medida da desinformação (Comunicologia).
13. **Sumopensene:** unidade de medida da verdade relativa de ponta (Mentalsomatologia).
14. **Taquipensene:** unidade de medida da acuidade consciencial (Holomaturologia).
15. **Tecnopensene:** unidade de medida da tecnicidade (Tecnologia; Paratecnologia).
16. **Telepensene:** unidade de medida do teleguiamento multidimensional cosmoético do ser teleguiado (Evoluciologia).
17. **Vibropensene:** unidade de medida do estado vibracional (Energossomatologia).
18. **Xenopensene:** unidade de medida do assédio interconsciencial ou da assedialidade (Consciencioterapia).

**Fonte.** As unidades de medida pensênicas aqui descritas foram pesquisadas em *Homo sapiens reurbanisatus* (VIEIRA, 2003, p. 467 a 469).

**Qualidade.** As autorreflexões relativas ao *trinômio pensene-intenção-tenepes* são fundamentais no desenvolvimento qualitativo da assistência praticada na tarefa energética pessoal.

**Autoinvestigação.** A interação mais complexa do pesquisador é sempre consigo mesmo. A autoinvestigação abre as portas, inicialmente, do próprio microuniverso consciencial e em seguida amplia as possibilidades do entendimento de *microcosmos adjacentes*.

## II. AUTOAVALIAÇÃO E HETEROAVALIAÇÃO CONSCIENCIOMÉTRICAS

**Conscienciograma.** O livro Conscienciograma (VIEIRA, 1996) é um dos recursos atualmente utilizado na aferição dos atributos e traços conscienciais, podendo ser utilizado tanto para a auto quanto para a heteroavaliação conscienciométricas.

**Investigação.** Através do reconhecimento dos elementos fundamentais na prática da tenepes, e, posteriormente, do detalhamento e pormenorização utilizando as unidades de medida conscienciais e o Conscienciograma, podemos realizar as investigações métricas dos traços e atributos empregados pelo tenepessista no desenvolvimento da técnica da tenepes.

**Autoconscienciômetra.** Tendo por base esse raciocínio, pode-se começar a pensar no possível nível de ampliação do trabalho assistencial através das avaliações autoconscienciométricas realizadas pelo elemento impulsionador, no caso o tenepessita-autoconscienciômetra, funcionando na prática da tenepes na função de agente do encadeamento assistencial ativo e amplificador da assistência realizada.

**Autoconscienciograma.** Quando há predisposição para a autoavaliação conscienciométrica, o avaliador tem à disposição o próprio arcabouço mnemônico vivencial, disponibilizando realizações das autoinvestigações dentro da realidade e do histórico pessoal no microuniverso consciencial.

**Heteroconscienciograma.** Na heteroavaliação conscienciométrica, os recursos se mostram mais limitados, pois a consciência analisada tem mais possibilidades para investigar melhor a partir de si mesma do que através do olhar externo, mesmo levando em consideração os pontos cegos na autoanálise.

**Feedbacks.** Apesar disso, não se pode deixar de considerar a observação externa como elemento inavaliável, quando a consciência se mostra receptiva para tal, bem como nos *feedbacks* endereçados a outras pessoas.

**Assistência.** As impressões heteroavaliativas podem ser úteis, inicialmente, nas comparações feitas com os próprios traços e no investimento de melhoria íntima, bem como na assistência tarística prestada às outras consciências necessitadas do olhar técnico do outro.

## III. MEDIDA COGNITIVA TENEPESOLÓGICA

**Definição.** A *medida cognitiva tenepessológica* é a aferição do nível de conhecimento abarcado pela consciência em relação à Tenepessologia.

**Sinonímia.** 1. Mensuração do conhecimento da tenepes; medida da cognição tenepessológica. 2. Avaliação sináptica tenepessológica.

**Entendimento.** De acordo com a teoria da *medida cognitiva tenepessológica*, é possível, através da autoinvestigação, em conjunto com o estudo mais profundo da Tenepessologia, se conscientizar sobre o grau de entendimento da técnica da tenepes.

**Denominações.** A seguir estão expostas alfabeticamente 11 exemplos de denominações correspondentes a medidas cognitivas tenepessológicas de alto nível:

01. **Assistencialidade mentalsomática inegoica.**
02. **Autocognição megafraterna.**
03. **Autoconsciencialidade megacognitiva.**
04. **Cognição interassistencial.**
05. **Mega-Assistenciologia mentalsomática.**

06. **Megacognição fraternal.**
07. **Megacognição pessoal.**
08. **Megacogniciologia.**
09. **Megaprioridade.**
10. **Prioridade megacognitiva.**
11. **Prioridade cognitiva megafraternal.**

**Intraconsciencialidade.** Se você julga ter alguma dessas atribuições avançadas descritas anteriormente nas manifestações cotidianas da intraconsciencialidade relacionadas à Assistenciologia e a Tenepessologia, então seria lógico considerar em si a atuação fraterna em prol de outras consciências.

**FEP.** O fraternismo identificado na personalidade é elemento importantíssimo dentro da autoevolução, além de indicador de saldo positivo na *Ficha Evolutiva Pessoal* (FEP).

#### **IV. TENEPES CONSCIENCIOMÉTRICA**

**Aferição.** Quando se direciona a análise métrica para a tenepes, é possível fazer a aferição conscienciométrica qualitativa da tarefa energética e também a autoavaliação de potenciais, conhecimentos (cognição) e aproveitamentos.

**Itens.** Dentro do universo da Conscienciometrologia, eis, dispostos alfabeticamente, 17 exemplos de fatores relevantes nas análises avaliativas tenepessológicas, autoaplicáveis pelo tenepessista já praticante interessado no desenvolvimento interassistencial da técnica:

01. **Antiegocentrismo.**
02. **Assim.**
03. **Autossustentabilidade** (Energossomatologia).
04. **Coerência.**
05. **Concentração mental** (Mentalsomatologia).
06. **Controle psicomotor** (Somatologia).
07. **Desassim.**
08. **Extrapolações.**
09. **Maturidade emocional** (Psicossomatologia).
10. **Organização.**
11. **Pacificação íntima.**
12. **Paraperceptibilidade.**
13. **Passividade alerta.**
14. **Pensenização.**
15. **Pontualidade.**
16. **Registros pessoais.**
17. **Refratariedade cosmoética.**

**Questionamentos.** Sob a ótica da Mentalsomatologia, eis, logicamente ordenados, 8 sugestões de questionamentos para serem respondidos pela conscin tenepessável, ainda em fase preparatória do compromisso vitalício da tarefa energética pessoal, para autoavaliação conscienciométrica na fase pré-tenepes:

1. **Entendimento.** Em escala de 1 a 10, qual o meu grau de *entendimento* da tenepes?
2. **Lacunas.** Quais as minhas principais *lacunas cognitivas* com relação à tenepes?
3. **Existência.** Desejo *sinceramente* ser tenepessista pelo resto da atual existência intrafísica?
4. **Início.** Faço *ponderação criteriosa* do melhor momento para o início da tenepes?
5. **Organização.** Quais as atitudes executadas por mim no intuito de *organização preparatória* pré-tenepes?
6. **Rotina.** Vivo *rotina suficientemente estável* facilitadora da prática da tenepes?
7. **Local.** Já disponho ou estou preparando *local* para a prática da tenepes?
8. **Desejos.** Ainda tenho *desejos irrealizados incompatíveis* com a prática da tenepes?

**Respostas.** As respostas dadas às perguntas apresentadas servem como avaliação inicial do nível atual de conhecimento e priorização da conscin interessada em iniciar a tenepes futuramente.

## V. AUTODIAGNÓSTICO

**Definição.** O *diagnóstico* é a fase da investigação na qual o profissional da saúde procura a natureza das afecções através dos sinais apresentados pelo paciente.

**Autodiagnóstico.** No universo da *Autoconscienciometrologia*, o autodiagnóstico é a fase da investigação autopesquisística, na qual a consciência analisa a natureza das próprias doenças.

**Sinonímia.** 1. Autoanamnese. 2. Investigação de si próprio; autoinvestigação. 3. Autoconscientização das patologias. 4. Autopesquisa.

**Afecções.** Em Medicina, na etapa do diagnóstico, o profissional de saúde descarta possibilidades de patologias com Sintomatologia comum à doença apresentada pelo paciente.

**Autodiagnóstico.** Tal qual, já pontoadado, a unidade de medida da Autoconscienciometrologia é o auto-diagnóstico e, a partir desse, é possível o entendimento da prática tenepessista.

**Visualização.** A partir de quadro mais definido do autodiagnóstico, é possível visualizar os limites e potenciais existentes da consciência.

**Quadro-diagnóstico.** Após as investigações do autoconscienciograma, é feito quadro-diagnóstico consciencial auxiliador, tanto no início quanto no desenvolvimento da tenepes já em andamento.

**Autoestudo.** Para o tenepessista interessado no autodiagnóstico dos resultados da tenepes, é necessário investir no autoestudo frente à dificuldade de saber, por exemplo, de maneira ampla quanto à assistência intra e extrafísica prestada no decorrer de anos de tenepes.

**Benefícios.** Sob a ótica da Tenepessologia, eis, descritas alfabeticamente, 7 possíveis benefícios obtidos com o autoestudo aprofundado relativo à tenepes:

1. **Ampliação da cognição sobre interassistencialidade.**
2. **Aquisição de trafores faltantes (trafaís).**
3. **Aumento da segurança pessoal nas práticas energéticas.**
4. **Fortalecimento de pontos fortes (trafores).**
5. **Identificação precisa dos possíveis parafenômenos vivenciados.**
6. **Maior proximidade aos amparadores.**
7. **Reciclagem de pontos fracos (trafares).**

**Entendimento.** Em termos cognitivos, a ampliação de qualquer conhecimento começa a partir do mentalsoma. O autoconhecimento é o ponto de partida na investigação do grau de entendimento quanto à tenepes.

**Traços.** Torna-se elemento importante do autoconhecimento conhecer a realidade evolutiva mostrada na qualidade dos traços e atributos adstritos à conscin.

**Reversão.** Pelos critérios da Consciencimetrologia, o autodiagnóstico é o elemento base na reversão dos traços em trafores e na aquisição de neotrafores.

**Elementos.** Os trafores, trafores e trafores são os 3 elementos do microuniverso consciencial fundamentais facilitadores dos autodiagnósticos relacionados ao autoconhecimento.

**Estratégias.** O planejamento inteligente das estratégias de fortalecimento dos trafores, eliminação de trafores e aquisição de trafores dinamiza a autoevolução lúcida e pode qualificar a prática da tenepes.

**Personalidade.** Pela ótica da Consciencimetrologia, eis 10 realidades conscienciais apresentadas no livro Conscienciograma (VIEIRA, 1996), seguidas de sugestões de perguntas para autoavaliação das características da personalidade do tenepessista praticante e da conscin tenepessável:

## 01. SOMATOLOGIA

**Psicomotricidade.** Domínio razoável da estrutura somática com tendência ao uso do cérebro, prioritariamente, em detrimento do uso dos músculos na resolução dos problemas.

**Questionamentos:** Prefiro atividades predominantemente psicomotoras ou mentaissomáticas? Sei ficar parado quando necessito? Consigo ficar só, com tranquilidade íntima, por período de horas lendo, escrevendo, refletindo ou realizando qualquer atividade mental sem me perturbar?

**Fator cognitivo:** Ponderações mentaissomáticas em detrimento à psicomotricidade.

## 02. BIOENERGOLOGIA

**Energossomaticidade.** Autoconsciência bioenergética, instalação voluntária do estado vibracional (EV) profilático e discriminação dos chacras básicos. Uso consciente das próprias ECs e da sinalética energética e parapsíquica na vida diuturna.

**Questionamentos:** Já sou consciente da utilização do energossoma em favor próprio e no auxílio aos outros? Posso flexibilidade energossomática razoável? Já vivencio a soltura sadia do corpo energético?

**Fator cognitivo:** Abertismo quanto às autoexperimentações energossomáticas.

## 03. ANTIEMOCIONOLOGIA

**Cardiochacralidade.** Predomínio da racionalidade no uso das energias cardiochacrais. Emocionalismo animalizado em gradual declínio em contraposição ao aumento do fraternismo.

**Questionamentos:** Evito desvios na autoproximidade decorrentes de descompensações afetivas? Sou vítima de maus humores frequentes e insatisfações pessoais desequilibradoras? Terceirizo meus fracassos? Ainda justifico criativamente minhas omissões óbvias?

**Fator cognitivo:** Reflexão íntima e domínio da impulsividade.

#### 04. AUTORRACIOCINOLOGIA

**Imperturbabilidade.** Senso de responsabilidade a maior, sem oscilações emocionais frequentes. Consciencialidade em desenvolvimento gradual e autoesforço lógico a caminho da homeostasia holossomática.

**Questionamentos:** Ainda sofro de irritabilidade ante situações específicas? Desesperos catastróficos relativos a percalços da vida podem afligir-me seriamente? Vivo momentos de perturbações e vitimizações eventuais?

**Fator cognitivo:** Ponderação mentalsomática *versus* desesperos antecipatórios.

#### 05. LIDEROLOGIA

**Convivialidade.** Habilidade de promover autopacificação íntima quando necessário. Temperamento antiofensivo e pacífico quanto a eventuais injustiças ou ofensas externas. Compreensão da necessidade de agressividade das outras consciências e de si próprio.

**Questionamentos:** Vejo-me em episódios violentos eventualmente? Tenho impulso, mesmo pensênico, de revanche? Já uso o perdão sincero inclusive para pessoas das quais não conheço bem? Sou capaz de renunciar a direitos legítimos sem intenções espúrias?

**Fator cognitivo:** Introjeção da intercompreensão vivida.

#### 06. COMUNICOLOGIA

**Paraperceptibilidade.** Utilização lógica e consciente do parapsiquismo com fins assistenciais claros. Esforços no intuito do desenvolvimento paraperceptivo livre de dogmas de qualquer natureza. Predisposição às tarefas assistenciais energéticas e parapsíquicas de maneira técnica e sistemática.

**Questionamentos:** Trabalho resolutamente no auxílio às outras consciências com satisfação íntima, consciente e anonimamente? Tenho razoável interação quanto às próprias capacidades parapsíquicas? Uso esses potenciais para ajudar aos outros e viver mais alerta? Quais os proveitos interassistenciais advindos do parapsiquismo posso listar até o presente momento no decurso da atual existência?

**Fator cognitivo:** Desenvolvimento da Inteligência Evolutiva (IE).

#### 07. PRIOROLOGIA

**Atividade.** Bases assistenciais pessoais de vanguarda sem carências de reconhecimento público. Disciplina razoável nos horários, tarefas e rotinas. Abnegação Cosmoética.

**Questionamentos:** Sei trabalhar a favor dos outros em silêncio? Predominam na minha manifestação diária a pontualidade e a disciplina sem sofrimento? Exijo reconhecimento justo pelos atos pessoais?

**Fator cognitivo:** Prospectiva racional cosmoética.

#### 08. COERENCIOLOGIA

**Interassistencialidade.** Senso de generosidade. Conscin egocida em desenvolvimento. Abertismo assistencial à Humanidade e à Para-Humanidade. Tendência cotidiana ao altruísmo ativo.

**Questionamentos:** Qual percentual de pedidos pessoais ainda faço comparado aos pedidos vindos de outros a quem ajudo em questões libertárias? Sei doar meu tempo, de bom grado, no auxílio às outras consciências, intra e extrafísicas?

**Fator cognitivo:** Desenvolvimento de paraamizades mentaissomáticas evolutivas.



## 09. MULTIDIMENSIONOLOGIA

**Multidimensionalidade.** Conscin com razoável nível teático quanto às vivências e valores multidimensionais. Postura frente à intrafiscalidade como sendo fase transitória inserida na serixelidade inevitável. Ideias inatas com força valorativa ante à mesologia.

**Questionamentos:** Em quais momentos críticos sucumbo à intrafiscalidade? Na maior parte do tempo a monovisão dimensional se mostra em mim mais relevante dentro da dinâmica assistencial em detrimento da multidimensionalidade? O materialismo ainda me seduz?

**Fator cognitivo:** Aquisição de paraneossinapses magnas (megacons).

## 10. COSMOETICOLOGIA

**Fraternidade.** Personalidade com atuação universalista, em progressiva libertação de sectarismos aprioristas. Expressão autêntica com lógica dentro do Paradigma Consciencial. Automotivação interassistencial fraterna e disponível sem restrições no auxílio às outras consciências.

**Questionamentos:** Sou atento às autopenalizações espúrias aprioristas relativas a diferentes culturas e aos outros seres, sejam esses homens, mulheres, animais, insetos, plantas, bactérias ou vírus? Sou seletivo nos meus atos altruístas? Privilegio assistencialmente personalidades do meu grupocarma mais próximo?

**Fator cognitivo:** Intelecção universalista interassistencial.

**Consciencialidade.** As 10 realidades conscienciais listadas anteriormente, juntamente com os questionamentos e os fatores cognitivos, podem mostrar o nível de consciencialidade vivida pela conscin quanto à interassistencialidade avançada, aqui relacionada à tarefa energética pessoal.

**Aprofundamento.** No universo da Conscienciologia, todo questionamento produtivo pode ser aprofundado na medida em que se chega a conclusões lógicas sobre determinado assunto inerente à consciência.

**Informações.** Primeiro a compreensão é de si mesmo (Intraconscienciologia) e, em seguida, compreende-se o nível de entendimento das informações acessadas à consciência (Extraconscienciologia).

**Metrificação.** Cada qualidade da consciência terá respectiva unidade de medida e essa será referência de metrificação para aferição da quantidade de determinada qualidade.

**Todo.** Dentro dos limites das autopesquisas a respeito de determinado traço, é possível começar com a menor parte, ou a unidade de medida, para em seguida defini-lo em sua totalidade.

**Fissuras.** A priori, qualquer ser humano tem condição de investigar as próprias condições holossomáticas, tratar as fissuras do ego e, gradualmente, qualificar a interassistencialidade pessoal.

**Interassistência.** Não há evolução sem interassistência, sendo a tenepes a técnica otimizadora do desenvolvimento da megafaternidade.

**Mapa.** Os estudos da autoconscienciometria funcionam como banco de dados para a elaboração do mapa conscienciométrico pessoal, nesse caso, relacionado à tenepes.

**Lacunas.** Com o mapa conscienciométrico em mãos, é hora de examinar as lacunas ou trafais, e, em especial, as restringidoras da atuação interassistencial mais ampla.

**Ponderação.** Pela ótica da Tenepessologia, eis, na ordem lógica, 4 sugestões para ponderação pessoal, exigindo respostas lógicas sobre a técnica da tenepes:

1. **Vantagens.** Enumere 5 vantagens de se praticar a tenepes.
2. **Microminoria.** Em sua opinião, por que a tenepes é prática de microminoria dentro da Humanidade?
3. **Passividade.** Você compreende o conceito de passividade alerta? Explique.
4. **Concessões.** Enumere 4 concessões pessoais significativas na vida do tenepessista relativas à prática da tenepes.

**Elementos.** As respostas a essas perguntas ajudam na investigação autocognitiva de elementos básicos relacionados à tenepes.

## VI. COGNIÇÃO E PARACOGNIÇÃO

**Definição.** A *cognição* é o conjunto de unidades do saber da consciência com base em experiências sensoriais, representações, pensamentos e lembranças.

**Unidade.** A unidade de medida da cognição é a informação.

**Definição.** A *paracognição* é o conjunto de unidades de saber da consciência, conscin ou consciex, com base em experiências extrassensoriais, parafatos, pensenes e retrocognições.

**Prática.** O conhecimento teórico relativo à tenepes é essencial para o praticante, mas a vivência prática é insubstituível.

**Teática.** A condição ideal para o tenepessista é a de abrangência teórica e prática (teática) tenepessológica dentro do universo da Assistenciologia.

**Cognição.** A cognição tenepessológica é adquirida ao longo do tempo de vida, através da prática, dos contatos interpessoais e do uso dos artefatos do saber.

**Paraconhecimento.** A paracognição tenepessológica é adquirida na vivência multidimensional. Nesse sentido o praticante tem mais oportunidades de adquirir paraconhecimento (paracognição) pela vivência direta e não apenas teórica.

**Grau.** É possível aferir a cognição tenepessológica examinando o grau de segurança pessoal e aproveitamento das experiências vividas durante a sessão diária da tenepes, bem como a lucidez no delineamento das metas a serem alcançadas rumo à condição de ofexistista.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

**Técnicas.** A Ciência Conscienciologia apresenta centenas de técnicas para a consciência interessada na autoevolução.

**Profissional.** A técnica da tenepes desperta o interesse da conscin desejosa do autodesenvolvimento da interassistencialidade profissional dedicada.

**Existência.** Tratando-se de técnica a ser praticada pelo resto da atual existência humana, a tenepes exige grande dedicação.

**Resultados.** Quanto melhor a qualificação do tenepessista em relação à técnica, melhores serão os resultados assistenciais.

**Autoconhecimento.** É possível promover a ampliação contínua do autoconhecimento teórico e prático relativos à tenepes ao longo da vida.

**Desenvolvimento.** Os testes da autocognição tenepessológica não devem cessar durante o desenvolvimento da tenepes na próxis do tenepessista, e, sim, seguir o ciclo de constante reverificação visando maior qualificação.

**Automático.** A autoavaliação dedicada do praticante vai se tornando algo automático ou habitual.

**Trinômio.** O trinômio tenepes-autocognição-autoconscienciometria ajuda sobremaneira no desenvolvimento contínuo da interassistencialidade do tenepessista.

## REFERÊNCIAS

1. **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.

2. **Idem**; *Homo sapiens reurbanisatus*; 1.584 p.; 479 caps.; 139 abrevs.; 40 ilus.; 7 índices; 102 sinopses; glos. 241 termos; 7.655 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21 x 7 cm; enc.; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2003; páginas 467 a 469

## BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

1. **Houaiss**, Antonio; & **Villar**, Mauro de Salles; *Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa*; LXXXIV + 2.922 p.; 1.384 abrevs.; 1 foto; 6 ilus.; 1 microbiografia; 19 tabs; glos. 228.500 termos; 1.582 refs. (datações etimológicas); 804 refs.; 31 x 22 x 7,5 cm; enc.; *Objetiva*; Rio de Janeiro, RJ; 2001.

2. **Vieira**, Waldo; *Manual da Tenepes: Tarefa Energética Pessoal*; 138 p.; 34 caps.; 147 abrevs.; glos. 282 termos; 5 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; Instituto Internacional de Projeciologia; Rio de Janeiro, RJ; 1995.

