

# Influência da Autopesquisa e Reciclagens Intraconscienciais na Autopacificação Tenepessista

Influence of Intraconsciential Self-Research and Recycling on Penta Self-Pacification  
Influencia de la Autoinvestigación y Reciclajes Intraconscienciais en la Autopacificación Tenepessista

**Eliene Antunes Cavalcante\***

\* Pedagoga, Especialista em Educação e Direitos Humanos. Voluntária da *Associação Internacional de Tenepessologia* (IC TENEPES).

*elienea.cavalcante@gmail.com*

Relato recebido em: 15.04.2022.

Aprovado para publicação em: 09.09.2022.

## INTRODUÇÃO

**Registros.** Os registros diários da prática tenepessística mostraram-me ser importante observar e autoanalisar os traços que me levaram à técnica da tenepes e o que precisaria desenvolver no cotidiano para a continuidade e aprimoração.

**Necessidade.** A necessidade de reciclagens autopercibidas influenciaram o autoplanejamento e a autoinvestigação para avançar no processo evolutivo, incluindo a qualificação da interassistência tenepessística.

**Objetivo.** O objetivo neste relato consiste em compartilhar com os leitores-pesquisadores os efeitos da implementação organizacional da rotina do tenepessista para a conquista da lucidez interassistencial, conforme a minha experimentação pessoal.

## AUTOPESQUISA E AUTOENFRENTAMENTO

**Início.** Antes de iniciar a prática da tenepes, ainda no processo de preparação, foram necessárias mudanças imediatas as quais exigiam planejamento e, ao estudar o *Manual da Tenepes* (Vieira, 2011), observei que alguns hábitos não combinavam, sendo este um deles: *seguir com uma vida intrafísica desregrada ou essencialmente desorganizada* (Vieira, 2011, p. 54).

**Reciclagens.** Com 58 anos de idade, avaliar a possibilidade de iniciar a tenepes, retomar a proéxis e começar a recomposição grupocármica, saindo do padrão pensênico patológico, dos vícios da Socin com reciclagens que exigiam auto-organização, soerguimento pró-evolutivo e constante manutenção da autopesquisa para qualificar a interassistência.

**Reconhecimento.** Foi necessário o reconhecimento dos primeiros passos a serem dados sendo um ponto relevante, o entendimento do processo pessoal das mudanças que deveria fazer.

**Decisão.** Com a data marcada, houve aceleração do processo de mudança e a volícolina impulsionou e sustentou as autossuperações identificadas.

**Vontade.** Segundo Vieira (2011, p. 75), “a tenepes não é cura-tudo nem panaceia universal. Por exemplo, a tenepes não vacina o praticante contra a corrupção. Quem vacina o praticante da tenepes contra a corrupção é a vontade e a intencionalidade dele mesmo” e o meu caso foi o megatrafor indispensável.

**Efetivação.** Iniciada a prática, gradualmente fui minimizando e / ou eliminando os trafores e fazendo a identificação dos trafores que poderiam potencializar a decisão de manter a tenepes, como por exemplo: otimismo, perseverança e determinação qualificando a intraconsciencialidade com vistas ao aprimoramento da prática.

**MBE.** A aplicação diária da *Movimentação Básica das Energias* (MBE) e do *Estado Vibracional* (EV) foram elementos potencializadores e contribuíram para a manutenção do processo de reciclagem.

**Voluntariado.** Em paralelo, procurei investir no mentalsoma e especializar-me no tenepessismo e com essa proposta, iniciei o voluntariado na *Associação Internacional de Tenepessologia* (IC TENEPES) no ano de 2020 e em 2022 tornei-me docente de Conscienciologia.

**Necessidade.** Com a intenção de compreender qual seria o melhor modo de minimizar os contrafluxos que aconteciam em meu cotidiano optei por fazer o curso *Formação do Pesquisador Tenepessista*, da IC TENEPES, indicando que os autoassédios eram gerados pela expectativa de viver o futuro com base na minha expectativa no cotidiano.

**Autoconhecimento.** Compreender que a convivialidade é processo de espelho, a exemplo dos trafores das conscins que me incomodavam e muitas das causas supostamente externas estavam nas autoposturas ignoradas, adotava comportamento autovitimizador e de profunda intolerância.

**Autopacificação.** O abertismo consciencial, tendo como objetivo alcançar a pacificação e a manutenção da convivialidade sadia grupocármica têm contribuído para o crescimento pessoal e grupal.

**Vacina.** O tenepessista ao autopesquisar-se, vacina-se contra a estagnação da prática tenepessística, chancelando sua vivência para um patamar evolutivo tarístico, no qual o exemplarismo fala mais alto e o avanço da conscin é perceptível.

**Registro.** Pela *Autexperimentologia*, é de fundamental importância para o desenvolvimento da autopesquisa tenepessística adotar o hábito das anotações diárias das percepções e parapercepções porque ajuda a identificar os traços, as situações e os indicadores para as reciclagens intraconscienciais, dando um *upgrade* na prática e evidencia o panorama dos trafores necessários na evitação das estagnações.

**Rotina.** Percebi que a elaboração da rotina interassistencial tenepessística, dentro das 23 horas do dia, fora do horário da tenepes, seria o primeiro passo para o aprofundamento da autopesquisa e levaria à formação da psicofera atratora e fraterna.

## ROTINA DIÁRIA PRÓ-MANUTENÇÃO E DESENVOLVIMENTO NA TENEPES

**Preparativos.** Assumir o hábito de dormir cedo, a fim de não acordar com cansaço e déficit de sono; não utilizar aparelhos eletrônicos no local onde pratico a tenepes; praticar o EV; ler os pedidos; ficar à disposição do amparador da tenepes; ter acalmia física e mental iniciando a passividade e a semipossessão.

**Base física.** A tenepes é feita no meu quarto de dormir, portanto, há necessidade de mantê-lo limpo, com o mínimo de objetos e livre de bagulhos energéticos, percebo que normalmente quando há a instalação do campo interassistencial há a ativação do chacra frontal ou do cardiochacra.

**Saúde.** A prática diária de exercícios físicos melhorou o holossoma a partir do corpo físico, facilitando a evocação da *Central Extrafísica de Energias* (CEE), *Central Extrafísica da Verdade* (CEV) e da *Central Extrafísica da Fraternidade* (CEF) o que potencializa e ajuda no *rapport* com os amparadores.

**Pós-tenepes.** A fim de aproveitar mais o campo instalado e o momento junto ao amparador, permaneço algum tempo no ambiente sem ressacas energéticas, e em seguida faço a desassimilação e a escrita no diário da tenepes.

**Hábito.** Para fazer o balanço tenepessístico, iniciei a digitação dos registros desde 2017 a fim de fazer o levantamento das percepções e parapercepções. Por ocasião da escrita de 2 verbetes, evidenciou-se os trafores a serem potencializados, os trafores e os trafaís proeminentes. A partir daí veio a necessidade de fazer o *Curso Autodestramento Evolutivo* ministrado pela *Associação Internacional de Conscienciometria Interassistencial* (CONSCIUS).

## AUTODIAGNÓSTICO E AUTOPRESCRIÇÃO

**Autoprescrição.** Colocar em prática os trafores da persistência e do otimismo obtidos com a autopesquisa, ajudou a sustentar a tenepes e com o passar do tempo, percebi quais as atitudes que necessitavam ser postas em prática e entendi que a postura autopesquisística contribuía para o meu crescimento.

**Atitudes.** Intensificar os estudos, as pesquisas sobre tenepes e assim ir minimizando a dificuldade de concentração para ler e estudar, procurar conviver com os pré-humanos e autossuperação gradativa da espectrofobia dominando o emocionalismo com o diálogo transmental.

**MBE.** Durante a tenepes identifiquei a necessidade de aumentar a prática de mobilização de energias e o estado vibracional durante o dia, para acelerar as recins e aperfeiçoar a técnica do detalhismo na observação dos fatos e parafatos, a fim de evitar a superficialidade e a dispersão.

**Evocações.** O público-alvo foi identificado nas projeções semilúcidas em ambientes enfermos, fato que exigiu após a prática a minha permanência de alguns minutos no local da tenepes para a desassim.

**Amparo.** A parapercepção do amparo de função durante a tenepes, para mim, ocorre por meio de sinérgica no corpo físico que consiste na movimentação involuntária do pé esquerdo e o campo interassistencial instala-se ao passo que a descoincidência acontece e percebo o ambiente da tenepes.

**Recin.** “Silenciar internamente e manter os paraouvidos atentos às ideias transmentais do amparador exige atenção às intuições e vontade para colocá-las em prática”. E, “...se não tem mudança, você repete tudo de novo, tem que ter recin”<sup>1</sup>.

**Autotares.** Desenvolver a postura questionadora exercendo a autocognição potencializa a força presencial e acelera minha evolução.

**Interassistencialidade.** A prática da tenepes contribuiu para o desenvolvimento interassistencial, com a retratação entre as conscins e consciexes, encarar a realidade nua e crua de um passado presente na memória. Precisei de muita coragem para o primeiro passo ao realinhar os retroposicionamentos equivocados dessa vida.

**Assepsia.** A postura diária de perpassar mentalmente os desafetos das últimas 24 horas antes da tenepes é desafiadora, contribui para não aumentar a fila de recomposição grupocármica, e quando vem à mente lembranças, sonhos, projeções semilúcidas é feito o registro. Isso ajuda a melhorar e entender que atitude cosmoética deve ser tomada.

**Ressignificação.** Durante a escrita ocorria o entendimento da reciclagem e o contexto do fato permanecia no pensamento, precisando ressignificar aquela emoção ainda vinculada.

**Desculpas.** Havia situações que precisavam mudar com medidas urgentes e a atitude imediata era o pedido de desculpas e não pensenizar mal, evitando deixar rastros pensênicos desarmônicos.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

**Tenepes.** Com 5 anos de prática tenepessística, na fase de manutenção e consolidação, os traços vivenciados na infância estão sendo ultrapassados, a exemplo da melancolia e dispersão. E com a busca pela acalmia mental com o entendimento pessoal e reflexões feitas, estou mais atenta às parapercepções, no sentido de reciclá-los e estabelecer sinergia com o amparador.

**Sintonia.** A sintonia com o amparador de função proporciona o *sinergismo amparador-tenepessista* em ritmo contínuo da interassistência por meio das intuições, acontecimentos, contatos interconscienciais e aponta o que precisa ser feito e o que precisa mudar.

**Ortopensividade.** As autorreflexões diárias contribuíram para a mensuração das ações, minimizando erros recorrentes. É da natureza humana errar, o tenepessista pode oportunizar as 23h para corrigir ou mesmo fazer a assepsia dos contatos diários com a exteriorização de energias benfazejas.

**Revisão.** A revisão diária das atitudes apontou o que necessitava melhorar, sem autculpa, pensenizando bem tanto de mim mesma e das demais conscins com o auxílio do equilíbrio homeostático melhorando meu entorno grupocármico.

## **A TENEPES REQUER AUTOPESQUISA E RECINS PARA DESENVOLVER AUTOCURA CONSCIENCIAL E PROMOVER A INTERASSISTÊNCIA DE MODO PERMANENTE E LÚCIDO, EM HARMONIA COM O AMPARADOR DE FUNÇÃO SUPERINTENDENTE DA PRÁTICA.**

### NOTAS

1. **Bueno**, Ruy; *Escolhas de Destino*; Areópago 59; apresentação no *Tertularium* em Abril/2022; disponível em: <[https://www.youtube.com/watch?v=joZ-OIy\\_QOY](https://www.youtube.com/watch?v=joZ-OIy_QOY)>; acesso em: 15.04.22; 15h10.

### BIBLIOGRAFIA ESPECÍFICA

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 21, 24, 54, 56, 61, 74 e 75.

