

Aprendizados da Fase Inicial da Tenepes: Confiança no Amparo de Função

Learning from the Initial Phase of Penta: Confidence in Function-specific Help

Aprendizajes de la Fase Inicial de la Tenepes: Confianza en el Amparo de Función

Ana Ceres Alves Timóteo*

* Gestora Pública. Voluntária do Instituto Internacional de Projeziologia e Conscienciologia (IIPC).

ceres_timoteo@hotmail.com

Relato recebido em: 30.04.2022.

Aprovado para publicação em: 07.10.2022.

CONSIDERAÇÕES INICIAIS

Objetivo. Este texto tem por objetivo compartilhar o aprendizado da fase inicial da tenepes e enfatizar os aspectos que colaboraram para o fortalecimento da confiança no amparo de função.

Período. Praticante da tenepes há mais de 10 anos, a autora discorre sobre experiências ocorridas nos primeiros 6 meses da técnica (de agosto 2010 a fevereiro 2011), devido ao fato de compreender que as vivências relatadas possam colaborar com os tenepessistas no reconhecimento da confiança no amparo de função e na superação dos medos, receios e inseguranças.

Escrita. A metodologia adotada na elaboração para a escrita consistiu na seleção e análise das principais vivências grafadas após o experimento diário, tais como registro de datas, parapercepções e rememoração de fenômenos projetivos.

Estrutura. O desenvolvimento do texto está estruturado em 3 seções:

1. **Tenepes: senha proexológica.**
2. **Registros pessoais na fase inicial da tenepes.**
3. **Resultados obtidos.**

I. TENEPES: SENHA PROEXOLÓGICA

Tenepes. O neologismo *tenepes* significa tarefa energética pessoal, atividade interativa de auxílio, com amparador técnico de função, na qual o praticante, denominado tenepessista, disponibiliza de 50 a 60 minutos do seu dia, em horário pré-estabelecido, doando energia, utilizada a favor da assistência para conscins e consciexes carentes ou enfermas.

Senha. A palavra tenepes foi senha proexológica para a autora, quando escutou, pela primeira vez, o neologismo técnico, compreendeu que seria candidata à prática, e naquela ocasião (Ano-base: 2009) durante o intervalo das aulas do Curso de Entrada da Conscienciologia, um dos alunos da turma apontou para um livro no mostruário e questionou à docente: *O que é tenepes?*

Proéxis. Após a explicação prestada pela professora, a técnica da tenepes chamou sobremaneira a atenção da autora e, naquele exato momento, decidiu folhear o livro *Manual da Tenepes* (Vieira, 1996). Refletindo, durante a leitura, pôde constatar ser a tenepes uma das cláusulas pétreas da autopróxis e disse para si mesma: *isso é para mim*.

Excerto. O excerto transcrito foi convite elucidativo: “*Vivemos quais formigas ou joaninhas sobre a casca da laranja do planeta Terra*”. E mais à frente, na mesma página, acrescenta: “*Que este volume ajude você a deixar esta laranja partindo para o imenso pomar do Cosmos, através da maxifraternidade*” (Vieira, 1996, p. 9).

Propulsão. Ainda no exato momento da primeira leitura do manual, houve a ponderação de que a tenepes, além de ser atividade assistencial de doação de energias, tratava-se de prática propulsora do desenvolvimento e autonomia pessoal, bem como conexão com a equipe extrafísica de amparadores.

Tarefa. Segundo Vieira (1996, p. 13):

A tarefa energética pessoal dispensa preces, orações, misticismos, promessas e rituais abstrusos de quaisquer naturezas, existindo para substituir e, com o tempo, eliminar em definitivo, a necessidade de adoração instintiva ou inconsciente da fé, crença ou religião de qualquer natureza. Todas as práticas da tenepes dependem de organização pessoal, autossuficiência, perseverança e confiança do praticante quanto aos amparadores responsáveis pelo maximecanismo de assistência interconsciencial e multidimensional instalado.

Predisposição. Seguindo com os estudos de Conscienciologia, foi constatado que desde a tenra infância, já demonstrava predisposição para a atividade multidimensional recordando que, antes de dormir, desejava o melhor para todos.

Similaridade. Houve a reflexão de que a postura positiva criava oportunidades de contato com os amparadores, vivenciando fenômenos semelhantes aos atualmente percebidos durante a tarefa energética pessoal, a exemplo de sensação peculiar de imersão em campo energético envolto por ondas ásperas geradas a partir do laringochakra, gerando percepção incômoda no paladar e olfato, que aos poucos e continuamente transformam-se em vibração harmônica por todo holossoma, oportunizando autopacificação.

Autoposicionamento. Em função dessa familiaridade inata com a técnica, meses após a leitura impactoterápica, houve o posicionamento por iniciar a prática, priorizando a assunção do trafor da disponibilidade assistencial, considerando também a facilidade para doar energias.

Autoenfrentamento. Em paralelo, ainda praticante jejuna, percebeu que precisaria do autoenfrentamento quanto ao aspecto da espectrofobia, aqui considerado medo de ver consciexes, conforme definição a seguir:

“Definologia. *A espectrofobia é o ato ou efeito da conscin, homem ou mulher, possuir medo exacerbado, ansiedade e insegurança perante a parapercepção de consciências extrafísicas*” (Zolet, 2018, p. 10.126).

Espectrofobia. O medo do desconhecido é um dos principais desencadeadores da espectrofobia, que é o medo de ver ou sentir a presença de consciexes no ambiente intrafísico. Conhecido popularmente como temor de fantasma, espírito ou alma.

Resquício. A espectrofobia, conforme a autoexperimentação, concerne ao receio – ou medo iminente – da possibilidade de deparar-se com consciência extrafísica materializada. Certamente um resquício do holopense religioso mesológico, cujo travão vincula o temor ao desenvolvimento do parapsiquismo.

Trafar. O receio da possibilidade de enxergar a consciência extrafísica, acontecia desde a infância, geralmente nos ambientes intrafísicos noturnos, escuros ou isolados, certamente por pressentir o ambiente multidimensional, pois não possuía clarividência desenvolvida.

Amparabilidade. Apesar do medo de ver consciexes, ao longo da atual existência, mesmo quando estava sozinha no intrafísico, a autora percebia nunca estar sozinha extrafísicamente. Contando, sempre que necessitava, com o apoio dos amparadores.

Coragem. A evidência desse amparo incondicional se dá por meio de um dos primeiros registros projeiográficos, quando a autora descreve a mensagem enviada por seu amparador com a imagem da palavra “CORAGEM”, visualizada em um relógio, durante projeção lúcida ocorrida no dia 26.10.2009.

II. REGISTROS PESSOAIS NA FASE INICIAL DA TENEPES

Período. O período descrito ocorreu na fase inicial da tenepes, entres os meses de agosto de 2010 a fevereiro de 2011.

Registros. Os registros aqui compartilhados objetivam atender os interessados na temática trazendo de modo fidedigno as emoções, dúvidas, imaturidades ou resquícos religiosos vivenciados.

Descrição. As anotações preservam a identidade de consciências assistidas e, permanecem descritos somente alguns episódios característicos de psicodramas, com a intenção de manifestar o reconhecimento da confiança no amparo de função e o crescendo da superação dos medos, receios e inseguranças, obtidos nos primeiros meses da tarefa energética pessoal.

Sinergia. O conjunto de relatos autovivenciais aqui expostos foram selecionados com a finalidade de demonstrar a sintonia fina, estreita, entre o posicionamento pessoal tenepessístico e o apoio irrestrito dos amparadores de função, que oportunistam vivências elucidativas aos praticantes.

Equipe. Os campos tenepessísticos selecionados evidenciam a necessidade da neopraticante fazer utilização efetiva do traço-força coragem evolutiva, para superar o receio do desconhecido, reconhecendo a confiança e o respeito ao amparo extrafísico de função, vincando o senso de equipe interassistencial.

Apontamentos. Os apontamentos estão organizados em 3 grupos:

- A. **Posicionamento Tenepessístico: a certeza íntima e inarredável.**
- B. **Universalismo Intuído: a parapercepção da igualdade consciencial.**
- C. **Experimento Projetivo: compreensão autopacificadora.**

Descrição. Eis, disposta em ordem cronológica, a seleção de 11 autovivências ocorridas na fase inicial de tenepes, evidência dos principais fenômenos parapsíquicos experimentados, classificados em 3 grupos, apresentados didaticamente:

A. POSICIONAMENTO TENEPESSÍSTICO: A CERTEZA ÍNTIMA INARREDÁVEL:

01. **Data 09.08.2010.** *Senti medo, mas permaneci firme no propósito de iniciar a tenepes. Na noite anterior, preparei o ambiente do meu quarto, desfiz-me de alguns bagulhos energéticos e organizei prateleiras. Inicie! Rememorei as últimas 24 horas, recordei o grupocarma e formou-se um campo energético assistencial muito intenso nessa hora. Inicie o estado vibracional (EV). Senti calor nas costas e durante toda a prática senti-me imersa em campo energético específico. Percebi o campo com as mãos e paramãos. Escu-*

tei sussurros, abri os olhos, pensei em desistir, mas permaneci. Senti alívio e felicidade quando verifiquei que permaneci o tempo adequado. Além de medo senti coragem. Comecei a Tenepes.

Vivências parapsíquicas: formação de campo bioenergético; estado vibracional; clariaudiência; pacificação íntima.

02. **Data 11.08.2010.** *O medo existe, mas se esvai em curto momento. Faço o EV, tenho devaneios, sonolência e tenho dificuldade em concentrar-me. Percebo o campo com as mãos, levo-as para frente e elas retornam sozinhas. Sinto felicidade, compreendo a importância do trabalho, e me concentro em respeito, meus pensamentos interferem, tenho muito medo dos sussurros que penso escutar, fico assustada, abro os olhos, percebo que essas interferências são fugas, autoproteção do desconhecido, sigo atenta.*

Vivências parapsíquicas: estado vibracional; descoincidência vígil.

03. **Data 12.08.2010.** *Percebo que superar o medo de consciex é uma questão de tempo, de enfrentamento. Hoje foi o meu quarto dia de Tenepes. Na tela mental percebi um velório, não sei de quem, não sei quando, não sei onde, mas servi de ponte, isso me deu força.*

Vivências parapsíquicas: clarividência; assimilação simpática; exteriorização de energias.

04. **Data 14.08.2010.** *Senti o campo, fechei os olhos. Escutei um sussurro ou, talvez, a sensação de escutá-lo, permaneci com os olhos fechados, enfrentei o medo, permaneci tranquila. Percebi que fisicamente o medo me trava os ombros, sinto a respiração nas costas e a energia subindo pela coluna, além de forte palpitação no coração e devaneios.*

Vivências parapsíquicas: clariaudiência; autopacificação.

05. **Data 27.08.2010.** *Não senti medo primário e sim vontade de vivenciar novas experiências. Assim o fiz e senti leveza. Meu corpo ficou congelado. Dormi após a prática, acordei leve, sorrindo, de bem com a vida.*

Vivências parapsíquicas: ectoplasmia; autopacificação.

06. **Data 27.09.2010.** *Percebi assistência do amparador, mas não logo no início. Senti medo, mas também bastante coragem e tranquilidade. As minhas mãos e pernas ficaram geladas, sensação de prisão, de compressão, de estar comprimida na energia, uma corrente e pressão muito forte na coluna. Tive medo, abri os olhos algumas vezes, fiquei meio esgotada, estava na poltrona e fui para cama, percebi que a Tenepes continuava, instalei o EV que ocorreu espontaneamente muito forte na coluna, com certeza o mais forte de todos. Houve assistência. VALEU A PENA. Preciso dominar minhas energias, pois senti fraqueza. Meu sentimento é de gratidão por ter participado desse contexto.*

Vivências parapsíquicas: ectoplasmia; assimilação simpática; exteriorização de energias; estado vibracional espontâneo; descoincidência vígil.

B. UNIVERSALISMO INTUÍDO: A PARAPERCEPÇÃO DA IGUALDADE CONSCIENCIAL:

07. **Data 07.10.2010.** *Inspiração: todos somos iguais. Não há entre nós ninguém mais especial. Percebi a presença do amparo e me senti grata, grata por poder participar, grata pelas sensações. Percebi um jato de energia saindo por todo o tórax. Senti zumbidos nos ouvidos, tipo um “creck”, primeiro no esquerdo, depois no direito. Minha mão direita foi comandada. Senti jato de energia forte pelo lado esquerdo. Senti frio, todo corpo gelado. Estive tranquila todo o tempo. Emanei ternura. Por vezes, percebi meu pensamento limpo. Sorri e senti muita energia. Sinto acoplamento nas costas e pressão no pescoço, com mais intensidade no lado direito. Hoje pela primeira vez percebi minha mão direita controlada pelo amparador. Adormeci e fui*

despertada com uma pressão nas costas, como se houvesse um milhão de mosquitos no meu ouvido, ou talvez consciexes falando de uma mesma vez. Exteriorizei energias, instalei o EV, adormeci novamente.

Vivências parapsíquicas: *insight* de amparador sobre universalismo; ectoplasmia intensa; sinalética timpânica; homeostasia; autopacificação.

C. EXPERIMENTO PROJETIVO: COMPREENSÃO AUTOPACIFICADORA:

08. **Data 15.11.2010.** *Forte EV no início; percepção de energia exteriorizada pelo laringochacra, cardi-ochacra e palmochacra; flash no frontochacra com fraca intensidade; não rememoro presença ou imagem de consciexes. Após dormir me percebi projetada, nadava, logo correlacionei “estou projetada”. Sensação de coragem, abri os paraolhos, percebi paramão e energossoma tudo misturado. Sensação de que fora tudo muito rápido. Fiquei ansiosa e eufórica, e sem muita nitidez do que estava ocorrendo, estava entorpecida. Recordo também de exteriorizar muita energia.*

Vivências parapsíquicas: estado vibracional; projeção consciente; exteriorização das energias.

09. **Data 25.11.2010.** *Lembrança do dia anterior, momento a momento, pessoa a pessoa. Imersão em energia agradável, idêntica a sentida na infância. EV espontâneo. Pés imersos em energia. Corpo imerso em energia. Ao final da prática, senti inquietação e sono. Experimento projetivo que não recordo os detalhes, no retorno ao corpo físico, percebo estrelas vermelhas na visão. Muita percepção de energia nas costas. A porta do meu quarto estava aberta, e eu estava congelada, em catalepsia projetiva, percebi que o ambiente não era no intrafísico, pois recordei que havia fechado a porta do quarto no dia anterior.*

Vivências parapsíquicas: catalepsia projetiva; projeção semiconsciente.

10. **Data 30.01.2011.** *Instalei o EV e evoquei o amparador. Adormeci e sonhei que estava nadando numa piscina, porém me percebi voando dentro da piscina e na hora pensei “estou projetada”. Dei o comando mental: assistência. Percebi-me lúcida, projetada frente a frente com uma consciex e exteriorizei as melhores energias. Senti bem-estar.*

Vivências parapsíquicas: projeção consciente.

11. **Data 12.02.2011.** *Embora tenha sido rápido, quando estava projetada próximo ao teto do quarto eu queria vivenciar a projeção consciente, e por alvo projetivo almejava o autoenfrentamento, balbuciava: “Consciex, cadê? Cadê?”. Mas, na verdade, não vi o que queria, apenas percebi pontos luminosos e sensação boa ao vê-los. Nesse dia, obtive a nítida sensação de respeito dos amparadores ao nosso nível evolutivo, me proporcionado uma confiança indescritível no processo interassistencial. O enfrentamento do medo de consciex me foi proporcionado em conta-gotas.*

Vivências parapsíquicas: projeção consciente esclarecedora.

III. RESULTADOS OBTIDOS

Impressões. Das anotações pessoais relatadas, observa-se que a palavra medo apareceu recorrentemente, contudo, sempre acompanhada das palavras: coragem, confiança, persistência e disposição.

Contraponto. No entendimento autopesquisístico, o autodesassédio se dá pela coragem, corroborando o que diz Vieira (2014, p. 436):

“A coragem é das **conquistas evolutivas** mais difíceis de serem absorvidas como atributo intraconsciente”.

Atributo. Ao que tudo indica, após o período inicial de prática ininterrupta, esta autora atesta que a coragem é trafor adquirido em oposição ao medo, sendo possível a todas as consciências determinadas a evoluírem por meio da interassistencialidade tarística.

Autoenfrentamento. A insegurança existente cedeu espaço para o comprometimento multidimensional e os receios vêm cessando, paulatinamente, face à confiança obtida no trabalho interassistencial.

Interconfiança. Sob a condução dos amparadores de função, as paravivências evidenciam a importância da postura de respeito à necessidade das consciências que carecem de auxílio ou esclarecimento e a espectrofobia, embora possa persistir enquanto trafor, torna-se secundária e irrelevante face as demandas no campo interassistencial.

Zelo. O amparador conhece e respeita os limites do tenepessista, por isso, serão trazidas para a tenepes, somente as demandas suportáveis, de acordo com a orientação do amparador de função. O ato de confiar no amparo é o que possibilita a base para sedimentar o trabalho interassistencial, ombro a ombro. É indescritível o zelo dos amparadores pelos seus colegas evolutivos, os assistentes-tenepessistas.

Disponibilidade. Para a autora, a completude diária é obtida ao participar do processo interassistencial, enquanto busca desenvolver-se para chegar à condição de minipeça lúcida no maximecanismo. Segundo a Interassistenciologia, a disponibilidade assistencial é a predisposição intraconsciencial, espontânea e fraterna, visando atender à legítima necessidade evolutiva do assistido (Salles, 2018, página 8.808).

Reflexão. Do conjunto das reflexões e experiências relatadas, ficou evidenciado que o medo de consciex está diretamente conectado à intraconsciencialidade do assistente devido à ausência de autocrítica, um trafor a ser conquistado pelo tenepessista em desenvolvimento.

Chave. A autora compreendeu que a chave para a superação do receio de ver consciex concerne a manter-se disponível para auxiliar a necessidade do outro, sem questionar quem será assistido, predispondo-se – por meio da autopesquisa – a superar as adversidades evidenciadas.

Desdramatização. Ainda que existente, a espectrofobia passa a ser secundária e perde força quando desdramatizada perante a interassistencialidade da tenepes. Afinal, na essência, somos todos consciexes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Aprendizado. Passou um pouco mais de uma década, e dia após dia, ano após ano, a vivência da tenepes vem funcionando ao modo de escola diária e o principal aprendizado tem sido confiar no amparo de função.

Benefício. Dentre tantos outros, alguns dos benefícios práticos dessa etapa inicial da tenepes foi a autosuperação da espectrofobia por intermédio da coragem e da ousadia evolutiva para assumir uma das cláusulas pétreas da proéxis, ou mais precisamente, a interassistência por meio da prática tenepessística.

Trafor. Por hipótese, considera-se a assunção da disponibilidade assistencial – trafor pessoal – como fator preponderante para ampliar a confiança no amparo de função, desencadeando por exemplo, a reciclagem da visão de conjunto quanto à presença de consciexes no ambiente paraterapêutico da tenepes.

Oportunidade. Você, leitor ou leitora, ao entrar em contato com as autovivências compartilhadas neste texto, reconhece na tenepes a *interação responsabilidade evolutiva–oportunidade interassistencial*? No seu caso pessoal, já avaliou se diante das adversidades multidimensionais prevalece o medo ou a coragem? Qual sua disponibilidade assistencial?

BIBLIOGRAFIA ESPECÍFICA

1. **Salles, Gisele; *Disponibilidade Assistencial Autolúcida***; verbete; In: **Vieira, Waldo**; Org.; ***Enciclopédia da Conscienciologia***; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 11; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 *E-mails*; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 *websites*; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 *webgrafias*; 13.896 refs.; 9ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 8.808 à 8812; ISBN 978-85-8477-118-9; disponível em: <<http://encyclossapiens.space/buscaverbete>>.

2. **Vieira, Waldo; *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 megapense-nes trivoculares; 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; 2014, página 436.

3. **Idem; *Manual da Tenepes: Tarefa Energética Pessoal***; revisor Alexander Steiner; 144 p.; 34 caps.; 147 abrevs.; 1 *E-mail*; 52 enus.; 1 foto; 1 microbiografia; 1 tab.; 1 teste; 1 *website*; glos. 282 termos; 5 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; 2ª Ed.; *Instituto Internacional de Projeciologia*; Rio de Janeiro, RJ; 1996; páginas 9 e 13.

4. **Zolet, Lilian; *Espectrofobia***; verbete; In: **Vieira, Waldo**; Org.; ***Enciclopédia da Conscienciologia***; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 13; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 *E-mails*; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 *websites*; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 *webgrafias*; 13.896 refs.; 9ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2018; páginas 10.126 a 10.130; ISBN 978-85-8477-118-9; disponível em: <<http://encyclossapiens.space/buscaverbete>>.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

1. **Santos, Jacinta dos; *Autossuperação da Espectrofobia***; verbete; In: **Vieira, Waldo**; Org.; ***Enciclopédia da Conscienciologia***; verbete N. 5.137, apresentado no *Tertularium* / CEAEC, Foz do Iguaçu, PR; 27.02.2020; disponível em: <<http://encyclossapiens.space/buscaverbete>>; acesso em: 11.04.2022, às 20:00.

