

# Investimento Multidimensional em Conscin Tenepessável

Multidimensional Investment in Pentable Conscin

Inversión Multidimensional en la Concín Teneperable

Maryana Cavalcanti Nunes\*

---

\* Professora de inglês, voluntária do *Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC) e integrante do *Colégio Invisível da Sinaleticologia* (CIS). [nunesmaryana23@gmail.com](mailto:nunesmaryana23@gmail.com)

---

**Especialidade:** Recinologia

## INTRODUÇÃO

**Motivação.** A motivação para escrever esse trabalho foi a possibilidade de ser útil às outras conscins tenepessáveis no sentido de tomarem consciência dos investimentos multidimensionais que conjunham com o processo de preparação para a tenepes.

**Objetivo.** O objetivo é descrever a experiência pessoal, destacando a importância do reconhecimento quanto aos investimentos multidimensionais recebidos antes mesmo do contato com a Conscienciologia e a técnica da tenepes.

**Casuísticas.** No transcorrer do trabalho, relato as casuísticas pessoais relacionadas ao tema, desde o período pré-tenepes até os 3 primeiros meses da prática tenepessística, buscando fazê-lo de maneira didática e fluida.

## I. RECICLAGENS EXISTENCIAIS E INTRACONSCIENCIAIS

**Tenepes.** Antes de ter conhecimento teórico sobre a Conscienciologia a partir de palestras e cursos, já havia entendido superficialmente o conceito de tenepes uma vez que meu duplista é tenepessista.

**Importância.** Meses depois, ao ler o *Manual da Tenepes* (1996), do pesquisador e proponente da técnica Waldo Vieira (1935-2015), compreendi de fato sua importância por ser uma tarefa assistencial multidimensional, podendo alcançar centenas e milhares de consciências.

**Interesse.** Ela me causou interesse desde o início pela interassistencialidade, dedicação e responsabilidade que exige, porém, tal ideia me pareceu muito difícil de ser alcançada considerando o contexto em que vivia.

**Processo.** Iniciei o processo de reciclagens inconscientemente a princípio, e, em seguida de maneira consciente, comecei algumas reciclagens existenciais e intraconscienciais, com ajuda multidimensional, que me possibilitou principiar tal empreendimento evolutivo para toda a vida humana.

**Luto.** No ano de 2021, iniciei, de fato, o processo de reciclagens com as dessoras da minha mãe e da minha madrinha, onde vivenciei o luto passando por diferentes fases e isto me trouxe muitas oportunidades de transformações profundas e valiosas para o meu processo evolutivo.

**Psicoterapia.** O acompanhamento psicológico com a psicoterapia convencional por quase dois anos foi necessário para auxiliar no processo de luto e de carência afetiva que enfrentava.

**Projeções.** Tive a oportunidade de vivenciar projeções semiconscientes com os entes queridos após suas dessoras, o que me fez bem devido a sensação de proximidade e afetividade que elas me traziam.

**Mudança.** No início de 2022 mudei do Rio de Janeiro para Santa Catarina para morar com minha dupla evolutiva. A partir deste momento, voltei a ter uma rotina de trabalho em tempo integral, vivendo em local com holopense mais homeostático que o anterior.

**Duplismo.** A constituição da dupla evolutiva (DE) durante o período de luto foi de grande valia para lidar com a nova realidade intrafísica. Ter um companheiro compreensível e paciente me deu o suporte emocional e energético para seguir em frente mais rapidamente.

**Emocionalismo.** Devido às profundas reflexões sobre a finitude da vida intrafísica, causadas pelo luto, percebi o emocionalismo superado com a desdramatização do sofrimento.

**Autoconhecimento.** Pude aumentar o autoconhecimento, refletir sobre acontecimentos do presente e lançar novo olhar sobre alguns momentos do passado, amadurecendo minha compreensão diante dos desafios atuais.

**Estudo.** Conhecer e estudar Conscienciologia me trouxe respostas e abriu um novo mundo para autopesquisa, ampliação da lucidez multidimensional e recuperação de *cons* (unidades de lucidez) importantes.

**Lucidez.** Um dos *cons* recuperados nos primeiros contatos com a Conscienciologia foi a possibilidade de ter autodomínio holossomático com lucidez nas projeções conscientes, o que trouxe compreensão sobre a afinidade com o tema desde adolescência.

**Energia.** Outra unidade de lucidez recuperada nesta época foram as interações e as doações de energia entre as consciências, que desde o início fez muito sentido para mim, e me fez admirar os tenepessistas que dedicam 50 minutos diários para fazer assistência por meio da doação energética.

**Curso.** O curso de *Projeciologia*, presencial, no *Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia* (IIPC), na cidade Tubarão, SC, em 2022, trouxe maior foco e dedicação aos estudos, reaproximando hábitos mentaissomáticos antigos que não estavam sendo praticados com regularidade há alguns anos.

**Otimizações.** Segundo (Arakaki, 2013; pág. 399), é inteligente e necessário fazer uma preparação antes de iniciar a prática da tenepes. Dentre as 23 otimizações sugeridas, destaco 5, autoperimentadas: antibagulhismo energético, *checkup* holossomático, consciencioterapia na *Organização Internacional de Consciencioterapia* (OIC), estudo da Tenepessologia e reserva financeira.

**Intensivo.** No ano seguinte, recebi atendimentos intensivos consciencioterápicos por três dias, podendo, com a ajuda dos dois consciencioterapeutas e os amparadores extrafísicos, fazer introspecção profunda sobre as estratégias que serviriam para aumentar minha autoconfiança.

**Autodomínio.** Com domínio energético pude superar as possíveis influências multidimensionais dos familiares dessorados.

**Estratégias.** Dentre as estratégias que utilizei nesse processo destaco: atividade física regular, vaidade sadia, escrita do primeiro verbete para a *Enciclopédia da Conscienciologia*, interação com

a natureza, a fim de relaxar e desacelerar, e a prática da autoestima me valorizando em pequenas tarefas do dia a dia, me cobrando menos.

**Traços.** Os *traços fardos* (trafados) identificados durante o atendimento intensivo da consciencioterapia, foram a autovitimização e a autorrepressão e, a partir daí, foi possível perceber os momentos em que esses traços se manifestavam, colocando em prática algumas ações para começar a reciclá-los.

**Ações.** Eis, em ordem alfabética, 10 ações práticas, visando a reciclagem dos traços da autovitimização e autorrepressão para ampliar minha lucidez:

01. **Antivitimização.** Perceber os contrapensenes e lateropensenes assediadores, sem me vitimizar.

02. **Autoanálise.** Fazer registro no diário pessoal das variações autopensênicas, por 3 meses, para posterior autoanálise.

03. **Autoestima.** Curso *on-line Aprendendo a se Amar e Parar de se Sabotar*, psicólogo Rossandro Klinjey, sobre autoestima com abordagem psicoterapêutica.

04. **Auto-ortopenividade.** Utilizar leituras técnicas e atividade física a fim de manter a higidez pensênica.

05. **Autorresponsabilidade.** Assunção da autorresponsabilidade do próprio bem-estar e autoevolução.

06. **Comunicabilidade.** Expressar meus sentimentos e ideias com maior frequência para as pessoas ao meu redor, de maneira assertiva.

07. **Desrepressão.** Manter o bom humor para superar a desrepressão.

08. **Energossomática.** Praticar o EV e as manobras energéticas auxiliando nas desassimilações energéticas e desbloqueios.

09. **Lazer.** Aumentar os momentos de lazer em grupo, sendo autêntica entre pessoas conhecidas ou não.

10. **Limite.** Aceitar os limites pessoais de modo sadio.

**Realidade.** Ao perceber melhor a realidade, desdramatizar os acontecimentos e organizar os pensamentos, sentimentos e energias não sofri tanta influência emocional vinda de filmes, reportagens e músicas como antes, passando a ficar mais estável intraconsciencialmente.

**Voluntariado.** O início do trabalho no voluntariado conscienciológico se deu no final de agosto de 2023, colaborando muito para o aumento do senso de utilidade e pertencimento a grupos evolutivos e a diminuição do processo de luto.

**Carreira.** Nesse mesmo ano, fiz uma das reciclagens mais significativas, mudando a orientação profissional: não seria mais professora de dança, mas sim, de inglês. Apesar das dificuldades para readaptação, entendo este passo como uma superação da automimese artística.

**Qualificação.** Por isso, foi perceptível a qualificação energética, pensênica e emocional realizada a partir da mudança profissional, proporcionando maior e melhor preparação para aplicar a técnica interassistencial da tenepes pouco tempo depois.

**Autoenfrentamento.** Fiz muitos autos e heteroquestionamentos sobre a arte, sob o enfoque do paradigma consciencial, debates com amigos, estudos conscienciológicos, escrita enquanto ferramenta de autorreflexão e autopesquisa, analisando minha autobiografia até aquele momento.

**Organização.** Para a transição profissional foi preciso organização financeira prévia, esforço maior para conseguir outro trabalho na área desejada, além de aumentar o número de alunos particulares.

**Realinhamento.** Em menos de 6 meses foi possível atingir esse objetivo sem nenhum prejuízo na vida pessoal, pelo contrário, houve ganhos acima do esperado, o que me fez levantar a hipótese de estar realinhando à proéxis.

**Reciclagens.** Observo que o investimento nas reciclagens nos 2 anos que precederam o início da prática da tenepes foram essenciais.

## II. INVESTIMENTOS MULTIDIMENSIONAIS PARA O INÍCIO DA TENEPES

**Multidimensionalidade.** Embora em restringimento intrafísico, é possível perceber, compreender e interagir com a multidimensionalidade de maneira e em níveis diferentes ao longo da vida.

**Reflexão.** O hábito de refletir sobre as sincronidades, os aportes, fatos e parafatos permitiu maior compreensão sobre as interações multidimensionais e pude identificar diversos investimentos dos amparadores extrafísicos que contribuíram muito no período pré-tenepes.

**Projeções.** Uma das principais maneiras de manter a interação, perceber e compreender a multidimensionalidade foi através das projeções da consciência, fossem elas conscientes ou semiconscientes.

**Autopesquisa.** Percebi a importância dos registros projetivos como instrumentos autoinvestigativos no aprofundamento da autopesquisa, auxiliando no entendimento das afinidades, antagonismos, tendências de temperamento, reciclagens que ainda precisavam ser feitas, conforme descrição a seguir:

### VIVÊNCIA PROJETIVA

**Semiconsciente.** Tive autoexperiência projetiva semiconsciente em 30.11.2022, conforme descrito:

**Relato.** *Uma senhora da família do meu duplista costurava minha calça jeans e dizia que minha energia era muito boa e combinava muito com a dele, mas precisávamos nos manter unidos e fortes para os desafios futuros.*

**Confirmação.** Poucos dias depois, alguns obstáculos surgiram, sendo um deles a segunda enchente na casa onde estava morando, o que interpretei como confirmação do conteúdo da projeção relatada e me preparei para novas reciclagens.

**Análise.** Passado algum tempo desta experiência, compreendi que o aviso foi relevante para me manter no fluxo de reciclagens que eram necessárias naquele momento, sem ceder às pressões extrafísicas que vieram logo em seguida.

**Posicionamento.** No mesmo mês, tomei a decisão de iniciar a técnica da tenepes em momento futuro, quando estivesse com algumas questões mais assentadas, tendo iniciado a partir deste momento a preparação para a tenepes.

**Preparação.** Essa preparação aconteceu durante o ano de 2023 quando mudei para outra casa, contando cômodo para instalar o *tenepessarium* (cômodo dedicado somente a prática da tenepes).

**Parapsiquismo.** Conforme me dediquei às leituras, cursos, autopesquisas, escrita e trabalho energético, pude reconhecer e assumir cada vez mais o parapsiquismo, que até então pensava ser inexistente, contando com a ajuda de amparadores extrafísicos em diversos momentos.

**Energia.** O desenvolvimento energético foi percebido muito claramente neste período por meio do aumento da sensibilidade, banhos de energia e o *estado vibracional* (EV) de maneira frequente, muitos patrocinados pelos amparadores, otimizando o desbloqueio dos chacras a exemplo do laringochakra e umbilicochakra.

**Padrão.** O foco nas *desassimilações energéticas* (desassins) me auxiliou no reconhecimento do padrão homeostático de referência.

**Vivência.** Um dos momentos que vivenciei e identifiquei o meu padrão homeostático de referência, com amparo extrafísico, foi após um exame médico, conforme relato:

*Estava me sentindo um pouco agitada e com pensamentos acelerados e quando cheguei na sala de espera, relaxei e então comecei a refletir sobre o amparo extrafísico diário naquele hospital, os processos evolutivos individuais de cada consciência que passava na minha frente. Durante o exame eu cochilei um pouco e em seguida me senti muito leve, tranquila, energeticamente limpa, em uma ausência de autoconflitos e pensenizações excessivas, além de uma acalmia muito profunda.*

**Financeiro.** Outro fator que considero um aporte intrafísico foi o recurso financeiro inesperado que recebi para fazer o intensivo de consciencioterapia, sendo claro o investimento da equipe extrafísica no auxílio à estabilidade emocional para o início da tenepes.

**Viagem.** Em menos de 6 meses pude ter o primeiro trabalho atuando na área docente de línguas e, pelo fato de ser remoto, após 2 meses pude viajar a Foz do Iguaçu pela primeira vez para participar do *XIX Congresso de Inversão Existencial* na *Associação Internacional de Inversão Existencial* (ASSINVÉXIS), fazer laboratórios, dinâmicas, sendo essencial para a decisão da data de início da tenepes.

## CONVITE PROJETIVO

**Projeção.** No dia 04.07.23, um dia antes desta primeira visita à Foz do Iguaçu, o convite para dar início à Tenepes veio por meio de duas projeções em série, descritas conforme sequência ocorrida:

**Primeiro.** *Estava no RJ e chamei minha mãe e minha madrinha (já dessoradas) para mais perto porque a gente teria uma aula para tirar dúvidas sobre o que era Tenepes. Não lembro quem era o professor, mas eu segurava uma pedra na mão e ficava pensando nas perguntas que faria a ele.*

**Análise.** Nesta primeira experiência, acordei com a impressão de ter participado de uma aula teórica, mesmo não rememorando o conteúdo, acompanhada de algumas consciexes do grupocarma e, interpretei que elas também estavam sendo esclarecidas sobre o tema.

**Segundo.** *Estava em outro local, sem minha mãe e minha madrinha, apenas com um homem de branco que disse que iríamos ter a aula prática de Tenepes. Vi um recipiente com um líquido verde fluorescente que servia para fazer as doações de energia.*

**Descoincidência.** Após esta segunda projeção, despertei no intrafísico, ainda um pouco descoincidência, com meu duplista me abraçando e tive a certeza de que ele estava ajudando naquela demonstração prática extrafísica junto ao amparador.

**Convite.** Apesar de não estar pensando em iniciar a tenepes naquele momento, compreendi que o propósito daquelas projeções era incentivar e agilizar o início da aplicação da técnica, pois já tinha as condições mínimas e isto poderia contribuir também no processo evolutivo do meu grupocarma.

**Reflexão.** Após essas projeções, fiquei muito reflexiva e concluí que deveria priorizar e estudar de maneira aprofundada a técnica começando pela leitura do *Manual da Tenepes* (Vieira, 1996) e *Tenepes: Assistência Interdimensional Lúcida* (Thomaz & Pitaguari, 2015), com o intuito de me sentir segura de iniciá-la.

**Feedback.** Também havia recebido outro *feedback*, ainda em Foz do Iguaçu, logo ao final de uma atividade prática bioenergética dirigida por uma epicon, em julho de 2023, onde uma colega que só havia visto uma vez deu o seguinte *feedback*: “Você é muito forte! Você tem uma sustentação energética muito boa. Você já faz tenepes?”

**Laboratório.** Outro fato interessante ocorreu no laboratório da tenepes localizado no *Centro de Altos Estudos da Consciência* (CEAEC), onde finalizei as atividades propostas no horário correto após experimentar 3 vezes, sem o uso do despertador.

**Bolsa.** Ter ganhado uma bolsa de 100% para fazer o curso de *autoestima* com abordagem psicoterapêutica foi mais um dos aportes que tenho por hipótese se tratar de investimento multidimensional.

**Grupocarma.** Tive a oportunidade de estar com meu pai em seu aniversário, oportunizando algumas recomposições grupocármicas essenciais, a partir de uma postura mais assistencial da minha parte, com abordagem traforista dos meus familiares.

**Investimento.** Enfim, ao final dessas experiências que antecederam o início da prática tenepessística, ficou claro para mim os investimentos multidimensionais e a capacitação para fazer tenepes.

### TRÊS PRIMEIROS MESES DE APLICAÇÃO DA TÉCNICA

**Inspiração.** No primeiro dia da tenepes, dia 05 de agosto de 2023, tive uma inspiração para que fizesse um diário de tenepes com a finalidade de publicá-lo posteriormente sobre a fase inicial.

**Inicial.** O estágio inicial da tenepes, refere-se ao período em que se iniciam as práticas, durante, em média 6 meses (Vieira, 1996, p. 61), e mesmo sendo alertada, que seria um desafio, por ser tenepessista jejuna, ressalto que não tive muitos contratemplos, pelo contrário, posso afirmar que minha vida fluiu melhor do que antes.

**Amparador.** A parte que mais me chamou atenção durante a leitura do *Manual da Tenepes* foi a informação de que a intimidade entre o amparador da tenepes e o tenepessista é superior a todas as outras, inclusive com o parceiro da dupla evolutiva, em função do holossoma, comprovação que tive, logo de início, ao identificar as interações com o amparador.

**Sinalética.** Durante os 3 primeiros meses, pude mapear a sinalética do amparo de função a partir de repetidas experiências, criando uma conexão maior com a consciex parceira.

**Hipóteses.** Eis 3 hipóteses, listadas em ordem das autovivências:

1. Senti uma energia mais forte da cabeça até a lombar, como um formigamento, uma energia mais fria. Pela qualidade energética suponho ser acoplamento com amparador.

2. No meio da sessão senti mais as energias, inclusive do amparo, com o familiar formigamento nas costas.

3. Senti os limites do meu holossoma bem forte até a cintura, com uma imagem desse limite (sombra de energia) no canto superior esquerdo da minha cabeça e pensei no quanto é mais profunda a intimidade entre tenepessista e amparador, recebendo um banho de energias mais intenso nas costas, confirmando esse pensamento.

**Formigamento.** Posteriormente, pude embasar mais as hipóteses sobre a sinalética de amparo de função na tenepes com a seguinte passagem do livro *Mapeamento da Sinalética Energética Parapsíquica* (Tornieri, 2019, pág. 46): *Formigamento em qualquer parte do corpo: pode significar um toque extrafísico de amparador ou consciex de modo geral.*

**Recins.** Desde o primeiro mês percebi a necessidade de mudar hábitos enraizados que já não faziam mais sentido e atrapalhavam a tenepes, sendo alguns exemplos: o vício em escutar música, olhar as redes sociais desde o acordar e os auto e heterojulgamentos excessivos.

**Gescons.** Devido a minha afinidade e gosto por leitura e escrita, tem sido muito comum receber *insights* para títulos de verbetes, artigos, modificações específicas em gescons em andamento, priorização de trabalhos pesquisísticos.

**Responsabilidade.** Desde a primeira semana de aplicação da técnica, ficou muito claro a responsabilidade que tenho com a interassistência, com a intenção de contribuir com a neociência Conscienciologia e fazer a *tarefa do esclarecimento* (tares) a um número maior de consciências.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

**Transformação.** Fazendo a retrospectiva sobre as reciclagens vivenciadas entre julho de 2021 e novembro de 2023, avalio que o investimento multidimensional recebido, a partir das ideias da Conscienciologia, contribuiu bastante para o preparo à tenepes e para a condição de minipeça do maximecanismo interassistencial.

**Interassistencialidade.** Desde que iniciei a tenepes, percebo mudanças no holopense pessoal, diminuindo aos poucos o egoísmo e direcionando mais os pensamentos aos compassageiros evolutivos, me disponibilizando para auxiliá-los e servir de exemplo às demais consciexes.

**Gratidão.** Sendo esta a primeira vida que faço tenepes, já começo a sentir as repercussões positivas para as próximas vidas, com muita gratidão à equipe multidimensional que tem me apoiado.

## BIBLIOGRAFIA ESPECÍFICA

1. Arakaki, Kátia; *Otimizações Pré-Tenepes: Aprimoramento da Conscin Tenepessável*; Artigo; *Conscientia*; Revista; Trimestral; Vol. 17. N. 3; 1 e-mail; 4 enus; 55 ref.; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC): Foz do Iguaçu, PR; 2013; páginas 399 a 421.

2. Klinjey, Rossandro; *Aprendendo a se Amar e Parar de se Sabotar*. 2023. Disponível em <https://curso.rossandro.com/matriculasabertas>, acesso em 07/02/2024.

3. 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; páginas 80, 118, 271 e 277.

4. **Tornieri**, Sandra; *Mapeamento da Sinalética Energética Parapsíquica*; pref. Hernande Leite; revisor Tony Musskopf; revisoras Mabel Teles; Tatiana Lopes; & Kao Pei Ru; 302 p.; 4 seções; 56 caps.; br.; 2ª Ed.; *Editares*; Foz do Iguaçu, PARAN; 2018; páginas 45 a 46.

4. **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; 1996; páginas 13, 37, 48, 55, 61 e 64.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

1. **Vieira**, Jaqueline; *Recin do Tenepessista* (N. 4153; 18.06.2017); Verbete; In: **Vieira**, Jaqueline; Org.; *Enciclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; Vol. Digital Único (PDF); CCXL + 34.372 p.; 3 E-mails; 11.129 enus.; 727 especialidades; 1 foto; glos. 6.500 termos (verbetes); 1 ilus.; 1.001 microbiografias; 417 tabs.; 25 websites; 22.474 bibliografias específicas; 1.048.

