

Desenvolvendo a *Performance* do Tenepessista para Aumentar a Interassistencialidade

Developing one's Performance in Penta to Increase Interassistentiality

Desarrollando la *Performance* del Tenepessista para Aumentar la Interassistencialidad

Paulo Correia*

* Voluntário da Associação Internacional de Tenepessologia (IC TENEPES).

7paulocorreia7@gmail.com

Recebido em: 15.04.2019.

Aprovado para publicação em: 06.08.2019.

CONSIDERAÇÕES INICIAIS

Eis 3 considerações afirmativas que foram consideradas neste trabalho:

1. A *performance* do tenepessista será sempre consequência natural do trabalho diário com o holossoma.
2. A abrangência do cuidado holossomático integra todos os veículos, do soma até o mentalsoma, entendendo que a relação equilibrada entre os diferentes corpos estabelece a homeostase desse conjunto veicular.
3. A tarefa é individual e por vezes será fácil ao praticante revelar a tendência a estabelecer uma zona de conforto e uma visão distorcida da sua real capacidade interassistencial.

Alinhado às referidas assertivas, o intuito deste relato é expor a minha experiência com a aplicação do trinômio atenção-concentração-lucidez, para estabelecer *Padrão Homeostático de Referência* (PHR) cada vez mais sólido com a intenção de aumentar a interassistencialidade.

INTRODUÇÃO

Definição. “O *padrão homeostático de referência* é a técnica autodesassediadora de a consciência acessar, durante a vida humana, a harmonia íntima alcançada no *Curso Intermisso* (CI) e fixá-la como parâmetro de higidez pensênica a ser utilizado em contraposição aos estados intraconscenciais nosográficos momentâneos, a fim de restabelecer o equilíbrio holossomático e acelerar o alcance da desperticidade” (Martins, 2017, p. 33).

Este relato foi inspirado em proposta de pesquisa para o *Colégio Invisível da Tenepessologia* (CIT), elaborado em 06.01.2019 sobre as otimizações no desenvolvimento da *performance* do tenepessista.

Com a sugestão de trabalhar bem a saúde do Soma, incorporando hábitos alimentares saudáveis e exercícios físicos, comecei a observar as repercussões no holossoma, deixando-o mais desintoxicado.

Quero buscar no decorrer do tempo de prática tenepessista a autossucessão voluntária à parceria com o amparador de função e estabelecer parâmetros pessoais (autoparametrização) no sentido de compreender meus atributos que podem permitir a semipossessão benigna durante a tenepes.

O parapsiquismo nunca foi motivo de desequilíbrio e medo, sempre tenho convivido com naturalidade.

Procurei técnicas que desenvolvessem minha atenção, mas foi com o *Estado Vibracional* (EV) que percebi poder trabalhar com a atenção concentrada em realidade mais sutil ou a realidade energética e extrafísica.

Com o paradigma consciencial, comecei a estudar os *Veículos de Manifestação da Consciência* (VMC) e a compreensão da minha responsabilidade perante a interassistência multidimensional aumentou.

Na abordagem que apresento, ainda inicial, o meu foco principal é na *interação soma-energossoma* do conjunto do holossoma, embora entenda que o psicossoma e o mentalsoma também estejam sendo autoreeducados.

HOLOSSOMA

Nesta vida sempre cuidei do meu Soma com boa alimentação optando pelo vegetarianismo, atividade física com a realização há anos de desporto de alto desempenho, passando também em consultas médicas e exames periódicos.

Praticante da tenepes por 6 meses, passei a entender a necessidade da manutenção do corpo físico relativamente saudável para o exercício do tenepessismo pois é necessário que as energias densas exteriorizadas pelo praticante sejam a partir do Soma relativamente saudável.

Para manter o esse veículo de manifestação funcionando bem. Além do que foi dito, voltei minha atenção ao ambiente intrafísico e mudei de casa para lugar próximo à reserva ecológica, melhorando consideravelmente a saúde, pois não há poluição.

Os objetos e os compartimentos são estudados minuciosamente no intuito de minimizar trabalho, ambiente *clean* sem espaços vazios e inúteis e aquisição de objetos práticos com pouco risco de acidentes.

Com a *Mobilização Básica das Energias* (MBE), tenho exercitado o treinamento da mente para desenvolver a atenção plena, de modo lúdico posso dizer que é a *musculação da atenção*.

Paralelo à preocupação com homeostase holossomática, tenho a comprovação do sucesso da profilaxia do EV, na eficiência avançada da desassimilação energética (desassim) e consequente parassegurança holossomática. Assim, tenho ficado atento quanto ao trabalho com as energias e à instalação do EV para desobstruir meus chacras e manter a pensenidade hígida.

Intoxicados, não pensamos por nós mesmos, somos pensados e a maior parte das pessoas tem baixa autoestima o que nos influencia consideravelmente.

A intenção é qualificar a *performance* holossomática para tentar corrigir e evitar eventuais condições patológicas ainda imperceptíveis que no futuro possam comprometer a tenepes ou mesmo levar à dessoma prematura.

A seguir, apresento a técnica que tenho usado associada à *Mobilização Básica de Energias* (MBE) e ao *Estado Vibracional* (EV), aplicada diariamente para contribuir na condição de assistente na tenepes.

TÉCNICA DA ATENÇÃO PLENA ASSOCIADA À MBE E AO EV

Eis a descrição dos 6 passos que eu adoto na referida técnica:

Passo 1. Em uma posição confortável, sentado ou deitado, deixo o corpo se estabilizar nessa posição. Nesse momento, pode-se fazer uma ou duas respirações mais profundas e observar atentamente o Soma e suas sensações em contato com o chão ou cadeira; temperatura da pele, eliminando possíveis desconfortos, e outras ocorrências.

Passo 2. Observo os movimentos do corpo durante a respiração, por exemplo, os movimentos do tórax e do abdomen na inspiração e expiração do ar. É importante seguir o fluxo natural sem tentar alterá-lo, apenas observando-o.

Passo 3. Desse momento em diante, concentrado, a atenção faz a ancoragem da mente no momento atual, a cada respiração. Se alguma distração, pensamento, imagem, ou preocupação vier à tona, de maneira firme e serena deixo passar, tento não me prender a essas distrações, voltando novamente a atenção para a respiração.

Passo 4. Busco fazer o mesmo procedimento sempre que seja necessário, durante todo o exercício.

Passo 5. Instalo o EV a partir da MBE.

Passo 6. Anoto as percepções ocorridas durante a prática e o tempo de duração.

Ressalto que, antes de encerrar o exercício energético, busco trazer novamente a atenção e a observação para as sensações em todo o corpo naquele momento, e lenta e gradualmente termino a prática, voltando a abrir os olhos. Essa prática pode ser bastante breve (de 1 a 3 minutos), ou pode durar mais tempo, dependendo da disponibilidade e experiência de cada pessoa.

REENCONTRO

Considero que o reencontro com os colegas intermissivistas da *Associação Internacional de Tenepessologia* (IC TENEPES), onde sou voluntário e da *Associação Internacional de Parapsiquismo Interassistencial* (ASSIPI) ao participar nas oficinas do EV, renovou o meu contrato extrafísico feito durante o *Curso Intermissico* (CI) e me deixou forte evidência de integrar a maxiproéxis grupal da Conscienciologia.

BIBLIOGRAFIA ESPECÍFICA

1. **Martins, Eduardo;** *Higiene Consciencial: Reconquistando a Homeostase no Microuniverso Consciencial*; revisoras Dayane Rossa; *et al.*; 396 p.; 6 seções; glos. 282 termos; 7 filmes; 59 refs.; 19 webgrafias; alf.; ono.; enc.; 2ª Ed.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2017; página 33.

