

# Importância do Manual da Tenepes na Reciclagem Existencial

Eliene Cavalcante\*

\* Graduada em Pedagogia. Pós-Graduada em Educação de Direitos Humanos. Voluntária da Associação Internacional de Tenepessologia (IC TENEPES); Integrante do Colégio Invisível da Tenepessologia (CIT); Integrante do Colégio Invisível de Gesconografologia (CIG). [elienea.cavalcante@gmail.com](mailto:elienea.cavalcante@gmail.com)

**Especialidade:** Tenepessologia

## PRIMEIRO CONTATO COM O MANUAL DA TENEPES

Em 2013, estava no processo inicial de conhecer a Conscienciologia, participava de palestras e recebi o convite para participar do curso *Práxis Parapsíquica Interassistencial*, organizado pela Associação Internacional dos Campi de Pesquisas da Conscienciologia (INTERCAMPI), que seria realizado em Natal/RN.

Durante esse encontro, na recepção do hotel, onde o curso se realizava, tinha uma exposição de livros e foi nesse local onde tive o primeiro contato com o *Manual da Tenepes*.

Acapadolivrochamoumuitoaminhaatençãoeaimagemtrouxeumamemóriaretrocognitiva, como se eu já tivesse algum conhecimento prévio do conteúdo. Adquiri o livro e comecei a ler.

Ao iniciar o conteúdo, tive dificuldade para compreender os neologismos. Apesar disso, mesmo com pouca compreensão inicial, o livro se tornou uma leitura diária, seguida de várias releituras.

Conforme progredia no estudo do manual, percebia maior clareza sobre o conteúdo e a familiaridade com a técnica da tenepes surgia naturalmente. Gradualmente, veio a convicção de rememoração intraconsciencial ligada a existências passadas.

Tenho como hipótese a possibilidade de já ter praticado algo similar em vidas passadas e ter trabalhado com as energias de cura. Assim, iniciar a tenepes tornou-se uma premissa importante a ser cumprida.

Nesse período participava do *Centro de Estudos e Pesquisas Psicobiofísicas*, lá trabalhava como energizadora em atendimento ao público que frequentava o centro.

## ESTUDOS E RECICLAGENS PARA INICIAR A PRÁTICA TENEPESSISTA

De acordo com o *Manual da Tenepes* (Vieira, 2011, p.12), o energizador é caracterizado em termos conscienciais e, ao refletir sobre isso, percebi que o que eu fazia até então, era diferente das premissas apresentadas.

[...] Quem desenvolve diariamente as tarefas energéticas pessoais, nos moldes analisados neste volume, em geral recebe denominações diversas:

1. *Assistente interconscencial* diário (homem ou mulher).
2. Energizador ou energizadora consciencial.
3. Epicon autoconsciente (homem ou mulher).
4. Passista para o escuro (homem ou mulher).
5. Pião interdimensional (homem ou mulher).
6. Praticante da tenepes (a expressão mais comum que significa aqui, o praticante-homem ou a praticante-mulher).

Na continuação da leitura, deparei-me com o capítulo 19, intitulado *Teste da Tenepes* (Vieira, 2011, p, 53), que apresenta 30 hábitos ou posturas anticosmoéticas incompatíveis com a prática. Ao analisar esses pontos, identifiquei 14 itens que necessitavam de reciclagem em minha vida.

Quase desisti diante do desafio, mas uma voz interna insistia que eu deveria continuar com o propósito de iniciar a prática da tenepes. Também tive uma forte intuição de que esse era o caminho certo a seguir.

Durante aproximadamente dois anos, preparei-me por meio de diversas atividades, como suporte terapêutico, medicação e um esforço consciente para mudanças graduais de hábitos nosográficos.

Eis quadro com os hábitos, posturas e as medidas adotadas no período preparatório da tenepes:

Nº	Hábitos Impeditivos	Adoção de Neohábitos
01.	Ingestão diária de bebidas alcoólicas e cigarro.	Tratamento médico de desintoxicação somática e pensênica.
02.	Participação assídua em ambientes baratroféricos.	Deixar de frequentar determinados ambientes.
03.	Noitadas de farras.	Recusa dos convites diários.
04.	Utilização de rezas, horóscopos, cartas.	Aceitação e reconhecimento da multidimensionalidade.
05.	Participação assídua em escolas e ambientes exotéricos.	Afastamento e maxidissidência com os grupos.
06.	Assédios constantes de consciexes na psicofera gerando desconforto psicossomático.	Melhorar a psicofera ao assistir as consciexes enfermas, promovendo mudanças nos ambientes e companhias.

Essa preparação, aliada à *Terapia Cognitivo-Comportamental* e ao atendimento consciencio-terápico, contribuiu significativamente para a melhoria da minha pensenidade. Além disso, ajudou-me a compreender a necessidade de me afastar de companhias que já não estavam alinhadas com a nova postura de vida que eu desejava construir.

Na leitura de obras conscienciológicas fui adquirindo aprendizados, em conjunto participei de cursos: Tenepessologia – Teoria e Prática da Tenepes, Qualificação Tenepessista, Tenepes

Avançada, Mitridatismo Tenepessístico, Autossustentabilidade Tenepessística, Otimização da Interação Amparador-Tenepessista, Vínculo do Assistente com o Amparador Extrafísico, *Sinergismo Tenepes-Megatrafor*, ministrados pela *Associação Internacional de Tenepessologia* (IC TENEPES), Fórum da Tenepes, realizados na *Associação Internacional de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC), Semana de Tenepessologia também da IC TENEPES, entre outros.

A participação nesses cursos e leituras me ajudaram a compreender sobre a prática da tenepes e fui, gradativamente, colocando em prática.

Conforme Vicenzi (2011, p.127), “o autoenfrentamento sincero e a reflexão lógica e positiva sobre os próprios erros facilita concatenar as ações entre si com proatividade.”

Essa reflexão me ajudou muito, especialmente porque, ao lembrar das autovivências, diversas vezes sentia desânimo e pensava que não conseguiria alcançar a autossuperação necessária para atingir as metas almejadas nos propósitos atuais.

De acordo com Luz (2011, p. 352), “a religião termina no íntimo da consciência, o exato lugar onde, em determinado momento, o autoengano começou.”

Essa afirmação me impactou profundamente e, ao refletir sobre minha vida, identifiquei que, no período em que participei ativamente de uma comunidade católica, eu estava, na verdade, adotando uma postura de fuga.

Esse momento da minha juventude, em que buscava refúgio, levou-me a embarcar nessa convivência com o movimento religioso por quase 15 anos.

A cada releitura do *Manual da Tenepes*, percebia o surgimento de novas sinapses que fluíam gradativamente. Por exemplo, passei a ficar mais em casa estudando e deixando atividades sem propósito assistencial, que nada acrescentavam ao meu processo evolutivo. O manual despertou em mim o interesse pelo novo paradigma consciencial.

Uma frase marcante do manual me chamou atenção e reflexão, conduzindo para autoconscientização de que a desperticidade é uma das premissas do tenepessista.

Segundo Vieira (2011, p. 55), uma das finalidades da tenepes é conduzir a consciência humana à desperticidade.

Ao abordar as variáveis da tenepes citadas por Vieira (1996, p.7), percebi que todos os itens mencionados remetiam a algo que eu já conhecia. Pouco a pouco, senti minha holomemória sendo despertada.

Mesmo diante de diversos impedimentos, havia um sentimento profundo de que as interferências seriam superadas com o impulso da voliciolina.

Consoante Vieira (2023, p. 34.163):

**Definição.** A *voliciolina* é a energia consciencial, haurida pela consciência, a partir da energia imanente, apresentada como hipótese de tentativa para explicar racionalmente a realidade e a atuação das ECs da conscin, como sendo o combustível, motor ou agente fundamental de atuação da vontade sobre as forças, fluxos e refluxos do Cosmos.

A autossuperação dos traços a serem reciclados e a perseverança na meta de iniciar a tenepes exigiram de mim uma vontade sólida. Essa percepção foi fundamental para que seguisse em frente e estabelecesse uma data para o início da prática: 1º de janeiro de 2017.

O trabalho interdimensional dos amparadores extrafísicos já estava em desenvolvimento e, aos poucos, fui notando pequenas mudanças em minha vida.

A frase enfática do *Manual da Tenepes* (Vieira, 2011, p. 9), “vivemos quais formigas ou joaninhas sobre a casca de laranja do planeta terra”, trouxe à tona os seguintes questionamentos: *O que eu estava fazendo com minha vida? Qual seria minha paraprocedência extrafísica? Qual era minha missão nesta existência?*

Compreendi que a prática da tenepes seria capaz de proporcionar respostas a essas perguntas, e, ao longo dos anos, esse entendimento se concretizou.

## REFLEXÕES DA FASE ATUAL

O contato com a leitura do *Manual da Tenepes*, despertou-me para as verpons e percebi que os desconfortos que sentia faziam parte do processo.

De acordo com Vieira (1996, p. 8):

A maturidade consciencial expõe, com lógica, que toda verdade relativa de ponta (verpon), quando magna, é precedida por 3 ocorrências de discernimento, muito além da boa vontade e da boa intenção:

1. **Entropia.** Provoca antes a expansão da entropia (autodesorganização, indisciplina pessoal) próxima, para depois diminuir a entropia em geral.
2. **Estresse.** Gera antes estresse doentio, incômodo, a crise de crescimento dentro do imediatismo no aqui-e-agora multidimensional, para depois gerar estresse pessoal, sadio e libertador.
3. **Neofobia.** Irrita antes, dentro da condição da neofobia instintiva (o medo quanto às coisas novas, de vanguarda), para depois aumentar a neofilia evoluída ou o gosto e a gratificação pelas descobertas evolutivas, o ânimo e a motivação para o autoconhecimento disciplinado.

Essas três ocorrências de discernimento me despertaram para o fato de que boa vontade e intenção, por si só, não seriam suficientes. Era necessário adotar uma postura mais firme e disciplinada, ir além dos esforços iniciais.

Percebi que precisava do apoio extrafísico para enfrentar e superar os desafios da vida entrópica, que à época pareciam invencíveis. Era indispensável cultivar disciplina, determinação e perseverança diuturna para alcançar as autossuperações desejadas.

Vieira (2011, p. 65), ressalta que “as parassinapses, atuam diretamente no holossoma do praticante através do mentalsoma.”

Mesmo que aparentemente, minha vida parecesse estar de cabeça para baixo, essa desordem foi, aos poucos, encontrando equilíbrio. O processo de mudança e as reciclagens que realizei começaram a surtir efeito gradativamente, após 8 anos de prática ininterrupta da tenepes.

Estou percebendo que os desafios são constantes e que o processo de aprendizado está se renovando à medida que avanço nas reciclagens.

A tenepes, enquanto tarefa essencialmente pessoal, exige do tenepessista um compromisso contínuo com reciclagens intraconscenciais e o desenvolvimento da interação com o amparador extrafísico de função.

Cada dia de prática é único. O que fica claro, para mim, é que a perseverança é uma premissa indispensável na jornada tenepessista.

Conforme Vieira (2011, p. 60), “a tenepes é o curso prático permanente de pós-graduação.”

Finalizo este relato destacando a tenepes na condição de compromisso evolutivo contínuo. A prática da tenepes representa, para mim, um aprendizado constante, que exige disciplina, autossuperação, reciclagem intraconscencial e dedicação interassistencial, contribuindo significativamente para minha trajetória evolutiva.

#### BIBLIOGRAFIA ESPECÍFICA

1. **Luz**, Marcelo da; *Onde a Religião Termina*; pref. Waldo Vieira; revisores Erotides Louly; Helena Araújo; & Valana Ferreira; 486 p.; 5 seções; 17 caps.; citações; 12 documentários e minisséries; 33 enus.; 22 filmografias; 1 foto; 79 infografias; 1 microbiografia; 571 refs.; 2 apênds.; alf.; geo.; ono.; 21 x 14 x 3 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2011; página 352.

2. **Vicenzi**, Luciano; *Coragem para Evoluir*; pref. Málu Balona; revisores Gisele Salles; et al.; 200 p.; 8 caps.; 18 E-mails; 1 entrevista; 51 enus.; 1 foto; 2 ilus.; 1 microbiografia; 2 tabs.; 10 websites; glos. 37 termos; 50 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; 2a Ed.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2005; página 127.

3. **Vieira**, Waldo; *Manual da Tenepes: Tarefa Energética Pessoal*; revisoras Erotides Louly; Helena Araújo; & Julieta Mendonça; 154 p.; 34 caps.; 147 abrevs.; 17 E-mails; 52 enus.; 1 foto; 1 microbiografia; 1 tab.; 1 teste; 16 websites; glos. 282 termos; 5 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; 3a Ed.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2011; páginas 8, 9, 55, 60 e 65.

4. **Idem**; *Voliciolina* (N. 1.784; 21.12.2010); Verbetes; In: **Vieira**, Waldo; 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); W1 ilus.; 1.001 microbiografias; 417 tabs.; 25 websites; 22.474 bibliografias específicas; 1.048 filmografias específicas; 125 videografias específicas; 1.860 webgrafias específicas; alf.; 10ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional de Enciclope-diologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2023; páginas 34.163 a 34.168; disponível em: <<https://encyclossapiens.space/ec/ECDigital10.pdf>>; acesso em: 01.02.2025; 10h23.