

# Autovivência do Estado Vibracional (EV) na Superação da Ansiedade favorecendo o Início da Tenepes

Self-experience of the Vibrational State (VS) in Overcoming Anxiety to Facilitate the Start of Penta

Autovivencia del Estado Vibracional (EV) en la Superación de la Ansiedad favoreciendo el Inicio de la Teneper

**Givanildo Severino Santos da Silva\***

\* Graduado em Educação Artística e Psicologia. Voluntário do Associação Internacional para a Implantação da Cognópolis em SC (ORTHOCOGNITIVUS). Integrante do Colégio Invisível da Serenologia.

*psicogivanildo@yahoo.com*

Relato recebido em: 22.05.2023.

Aprovado para publicação em: 30.07.2023

## INTRODUÇÃO

Este relato descreve o processo de diminuição gradativa da ansiedade, utilizando a técnica do *estado vibracional* (EV), contribuindo para o início da prática diária da *tarefa energética pessoal* (tenepes).

Utilizei a autopesquisa fundamentada na literatura do tema ansiedade, diário da tenepes e registro das vivências pessoais em consonância às autoavaliações, evidenciando a evolução da condição de assistido para assistente.

A escrita deste relato originou-se a partir da maratona do EV e reflexões no grupo GPC-Tenepes Ribeirão Preto em 2021 e está organizado em 3 seções:

1. **Breve histórico pessoal.**
2. **Encontro da Conscienciologia e os benefícios do EV.**
3. **Início da tenepes e fase atual.**

## I. BREVE HISTÓRICO PESSOAL

Em breve histórico, relato minhas experiências vividas na patologia e a opção pela autossuperação da ansiedade:

As primeiras memórias que tenho em relação à ansiedade remontam aos 3 anos de idade, vivendo sob forte impacto emocional.

*Na juventude assumi alguns compromissos religiosos e políticos, aos 21 anos após decepção sócio-política-religiosa-acadêmica entrei em depressão, superando alguns meses depois. Já adulto fui workaholic, usuário de álcool para camuflar os sintomas da ansiedade, sempre irritado, estressado e não entendia o motivo de tais comportamentos atribuindo-os à minha personalidade.*

Ao ser internado por 7 dias, em UTI, com síndrome de Guillain-Barré, aos 35 anos, vivenciei a oportunidade de autorreflexão ininterrupta conseguindo fazer um balanço existencial, estabelecendo metas a curto prazo e despertando o autoparapsiquismo.

As principais metas foram: redução do ritmo de trabalho, aprender técnicas para ajudar as pessoas (terapias holísticas), diminuir excessos alimentares e o uso de bebidas alcoólicas. Cuidando do próprio corpo, busquei, também, um sentido para a própria existência.

De todas as metas, entretanto, a redução de bebidas alcoólicas não foi cumprida a curto prazo, sendo agravante para saúde física e emocional, superada somente 6 anos mais tarde.

Todos os anos vividos com ansiedade desde a infância até a fase adulta, me levaram à descompensação emocional crônica, resultando em alterações ao modo de impulsividade, compulsividade, autoassédio, fechadismo consciencial, entre outras.

Atualmente (Ano-base: 2023), busco a prática de recins e atendimentos a outras consciências. Enquanto psicólogo e tenepessista, entendo a oportunidade da interassistência na forma de autossuperação através do olhar para minha autodefesa energética e me conscientizando da necessidade da prática do EV para conseguir a homeostase holossomática.

A ansiedade é uma emoção detectada desde tempos remotos, sendo útil para a sobrevivência da espécie que junto ao medo evitavam riscos desnecessários, mas atualmente é sintoma relacionado a várias psicopatologias, limitando a livre manifestação da conscin e gerando sofrimentos.

Vieira (2019, p. 108) expõe: “a **ansiedade** é a primeira manifestação de desequilíbrio mental”.

Por meio dos estudos da Conscienciologia, passei a entender que o autoposicionamento firme no enfrentamento da mudança do modo de pensar, sentir e agir vão realinhar e equilibrar o holossoma, facilitando a intercomunicação consciencial.

## II. ENCONTRO DA CONSCIENCILOGIA E OS BENEFÍCIOS DO EV

No final de 2014, estabeleci os primeiros contatos na Conscienciologia, através de uma amiga que trabalha em uma penitenciária, onde também trabalhei.

Naquela ocasião, eu estava iniciando um estudo sobre Conscienciologia na sala de reuniões do diretor-geral responsável por aquele local, espaço projetado para até 8 pessoas, sendo o mais adequado por ser de uso restrito daquele diretor.

Iniciei o estudo prático e teórico em 2015, aos 41 anos, de modo quinzenal com outros 2 participantes e o professor, um pequeno grupo em uma instituição com mais de uma centena de funcionários. Inicialmente, fiquei impactado pelas ideias apresentadas, tive grande afinidade aos assuntos abordados, sobretudo o *princípio da descrença* (PD) e ao passar do tempo as práticas energéticas se tornaram predominantes nas reuniões; esse grupo permaneceu ativo até 2019.

Devido à minha condição de trabalhar no setor da portaria, fui orientado a praticar o EV a cada contato direto com pessoas e objetos, após 2 meses constatei a desintoxicação em conjunto às parapercepções energéticas, os desbloqueios se tornaram realidade, diminuindo o cansaço diário.

Através do EV é possível eliminar autoassédios, promover o equilíbrio holossomático e favorecer o autodomínio energético, pois tudo à volta é composto de energia.

Segundo Vieira (2009, p. 497), o EV é “condição na qual o energossoma e o psicossoma aceleram as vibrações a fim de escaparem às vibrações lentas do corpo humano, o que pode produzir a projeção da consciência intrafísica através do psicossoma”.

O EV profilático praticado várias vezes ao dia pode desbloquear os chacras e auxiliar na higidez pen-sênica, contribuindo para acalmia mental e gerando condições para a promoção de *reciclagens intraconscientes* (recins), controlando a ansiedade.

Após a prática constante, alguns sentimentos começaram a se ampliar, a exemplo do fraternismo, diminuindo os períodos e a intensidade de raiva e ansiedade. A partir do EV e outras manobras energéticas, percebi a ocorrência gradativa do autocontrole holossomático e qualificação da assistência.

Em decorrência da desintoxicação veio a liberdade de pensar por mim mesmo, sendo uma conquista pessoal após muito esforço e dedicação.

Nos primeiros meses de EVs diários, experimentei liberdade autopensênica, cujos 5 principais resultados, dentre outros, estão relacionados, em ordem alfabética:

1. Ampliação da vontade dentro do princípio da cosmoética (intenção/ação).
2. Conscientização da autoproéxis e identificação do grupo evolutivo.
3. Início do processo de autoconhecimento dos trafares, trafores e trafais.
4. Maiores períodos de acalmia.
5. Percepção do maximecanismo assistencial e autorreconhecimento de ser minipeça.

Esses resultados convergiram para o início de realinhamento de proéxis, delineando novos rumos que seriam concretizados através do autoposicionamento de não ingerir bebidas alcoólicas, decisão que foi amparada pois não houve ocorrência de recaídas.

Em 19.05.2016, levantei a hipótese de intervenção extrafísica no mentalsoma pela seguinte ocorrência: *estava em casa e após aplicar a técnica de mobilização básica de energias parapercebi movimentos dentro da minha paracabeça ao modo de mãos movimentando-se, sensação estranha, mas sem incômodos, ao final sensação de “vazio” mental.*

A partir dessa data, o raciocínio melhorou muito, os processos cognitivos ficaram mais rápidos e abrangentes, a leitura de livros e seu entendimento ficaram muito mais fáceis, o concatenamento de ideias ficou otimizado, com rapidez e fluidez mentalsomática. Após alguns meses, essa condição diminuiu.

Em minha avaliação esse parafenômeno ocorreu ao modo de extrapolação, mas obtive um ganho com relação ao estado anterior.

Em 27.02.2017, assumi o voluntariado no *Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia* (IIPC), atuando na área de Conscienciocentrologia e, concomitantemente, aprofundi os estudos da Conscienciologia me preparando para a docência.

### III. INÍCIO DA TENEPES E FASE ATUAL

Em 27.04.2017, iniciei a tenepes com nova responsabilidade, atuando mais intensamente nos processos de assistências individuais e grupais, apesar dos contrafluxos, houve uma aceleração das recins e melhoria do holopensene na base física beneficiando também os familiares.

Através do exercício diário da tenepes, passei a sentir 5 efeitos salutares hauridos, expostos em ordem alfabética:

1. Aumento da autoconfiança, refletindo na ampliação dos processos de assistência.
2. Autoconhecimento aprofundado à parceria multidimensional entre amparador de função, sendo epicentro extrafísico, e tenepessista, sendo epicentro intrafísico.
3. Desconstrução da autoimagem protetora e limitada pela insegurança.
4. Equilíbrio holossomático, resultado da autopercepção seletiva dos veículos de manifestação.
5. Redução do nível de ansiedade condição imprescindível para manutenção da tenepes.

No período de 07.12.2017 a 07.03.2018, ocorreu encapsulamento ininterrupto promovido por amparadores com propósito de melhorar meu entendimento com relação às intrusões holossomáticas, sobretudo as mentaissomáticas, ficando perceptível cada veículo de manifestação, contribuindo para melhor autodefesa energética.

As manobras energéticas de encapsulamento tornaram-se eficazes, auxiliando nos processos assistenciais, pois trabalho em ambiente prisional e pude ampliar o atendimento às conscins e consciexes realizando a recomposição grupocármica gradativamente.

As iscagens lúcidas passaram a fazer parte do cotidiano, a refratariedade aos holopenses patológicos tornou-se uma nova condição, resultado do autoesforço contínuo da prática ativa da tenepes, frente à realidade multidimensional deste planeta hospital.

**Autopacificação:** *condição assistencialógica.*

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A ansiedade agiu sobre a minha atual vida, desde os primeiros anos, fruto do temperamento forjado em várias retrovidas, causando desgaste emocional e gerando alterações comportamentais e cognitivas que prejudicaram a manifestação consciencial.

A prática diária de EVs ajudou a superar em grande parte a ansiedade, aliada às reciclagens intraconscien-  
ciais, as quais foram e continuam sendo indispensáveis para manutenção e ampliação de conquistas evolutivas.

A partir dos desbloqueios e da autoproteção energética, pude experimentar um nível cada vez maior de acalmia e pacificação íntima. Atualmente, *a ansiedade praticamente não interfere no meu equilíbrio emocional*, sendo raros os momentos em que foi percebida.

Através do início da tenepes e crescente aumento da assistência tarística, ocorreram também os ganhos cosmoéticos, com aportes recebidos na medida em que se ampliavam as recins.

Os processos de autoavaliação foram potencializados pelo auxílio do amparador de função da tenepes, favorecendo a qualificação e abrangência da assistência.

Enfim, *concluo que é possível a reciclagem de um traço arraigado ao temperamento*, nesse caso, a ansiedade, *utilizando técnicas energéticas, sendo o EV a principal e agregando a tenepes para promover a autoevolução em conjunto à manutenção da higidéz pensênica.*

Agradeço ao Grupo de Pesquisas Consciencialógicas da Tenepessologia (GPC-Tenepes) e ao amparo de função do GPC pela contribuição a esta gescon.

## BIBLIOGRAFIA ESPECÍFICA

1. **Vieira**, Waldo; *Léxico de Ortopensatas*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo, CEAEC e EDITARES; 3 Vols.; 2.084 p.; Vols. I, II e III; 652 conceitos analógicos; 30 *E-mails*; 4 enus.; 1 esquema de evolução consciencial; 2 fotos; glos. 7.518 termos;
- Silva**, Givanildo Severino Santos da. Autovivência do Estado Vibracional (EV) na Superação da Ansiedade favorecendo o Início da Tenepes. *Conscientia*, 28(1): 81-85, jan./mar., 2024

2.313 megapensenes trivoculares; 1 microbiografia; 25.183 ortopensas; 1 tab.; 120 técnicas lexicográficas; 26 *websites*; 28,5 x 22 x 13 cm; enc.; 2ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2019; página 108.

2. **Idem**; **Projeciologia: Panorama das Experiências da Consciência Fora do Corpo Humano**; revisores Alexander Steiner; *et al.*; 1.254 p.; 18 seções; 525 caps.; 150 abrevs.; 17 *E-mails*; 1.156 enus.; 1 escala; 1 foto; 3 gráfs.; 42 ilus.; 1 microbiografia; 1 sinopse; 2 tabs.; 15 *websites*; glos. 300 termos; 2.041 refs.; alf.; geo.; ono.; 28 x 21 x 7 cm; enc.; 10ª Ed.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2009; página 497.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

1. **Guedes, A. L. P.**; **Ansiedade, Stress e Burnout: Definição Conceptual e Operacional, Inter-relações e Impacto na Saúde**; Dissertação: Mestrado integrado em Medicina; *Faculdade de Ciências da Saúde*, Covilhã, 2020; disponível em: <<https://ubibliorum.ubi.pt/handle/10400.6/10664>>; acesso em: 20.01.2020.

2. **Silva, Givanildo**; **Heteroencapsulamento Consciencial Paradidático**; Artigo; *Homo Projector*; Revista; Semestral; Vol. 6; N. 2; 6 refs.; 1 webgrafia; *Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia*; Foz do Iguaçu, PR; julho-dezembro, 2019; páginas 43 a 49.

3. **Tchechel, Hércules**; **Interassistência Reurbanizadora Intrafísica**; relato; *Conscienciologia Aplicada*; Revista; Anuário; N. 15; 11 refs.; *Associação Internacional para a Evolução da Consciência (ARACÊ)*; Domingos Martins, ES; dezembro, 2022; páginas 80 a 89.

4. **Thomaz, Marina**; & **Pitaguari, Antonio**; Orgs.; **Tenepes: Assistência Interdimensional Lúcida**; Antologia; revisores Erotides Louly; Eucardio de Rosso; & Roseli Oliveira; 664 p.; 5 partes; 34 caps.; 9 cronologias; 235 enus.; 1 foto; 44 gráfs.; 52 siglas; 27 tabs.; glos. 210 termos; 18 notas; 1 filme; alf.; 23 x 16 x 3,5 cm; br.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2015; páginas 83, 106, 118 e 217.

