

Entrevista: Pilar Alegre

Pilar Alegre

Minicurrículo. Nasceu em São Paulo, Brasil. Residência atual Foz do Iguaçu, PR. Graduada em Psicologia; especialista em Psicologia Clínica. Acessou a Conscienciologia em 1982, em SP, por meio de palestras públicas ministradas pelo Professor Waldo Vieira. Voluntária e Pesquisadora da Conscienciologia desde 1990, em diversas instituições conscienciocêntricas: IIPC, CEAEC, CONSCIUS, ENCYCLOSSAPIENS e uma das fundadoras da IC TENEPES; docente desde 1991; tenepessista desde 1995 e consciencioterapeuta em 1997. Autora de artigos, verbetes e coautora dos livros *Conexão Cognitiva: Ideias de Vanguarda para Ampliação dos Pontos de Vista* (2015), co-autora das obras: *Diário da Tenepes: Caderno do Pesquisador* (2015), *Tenepes: Assistência Interdimensional Lúcida* (2015), *500 Verbetógrafos da Enciclopédia da Conscienciologia* (2016), *Autoverbetes: 101 Verbetógrafos da Enciclopédia da Conscienciologia* (2021).

Entrevista. Pilar concedeu essa entrevista à Revista de Tenepessologia, em 23.02.2025, na sala 205, *Campus Discernimentum*, sede da *Associação Internacional de Tenepessologia* (IC TENEPES), Foz do Iguaçu, PR.

Boa tarde, Pilar, seja muito bem-vinda! Neste ano que comemoramos as 3 Décadas do Manual da Tenepes é muito gratificante contar com suas experiências enriquecedoras. Como você iniciou a tenepes?

Iniciei a tenepes em 10.01.1995, completando, este ano, 3 décadas de *tarifa energética pessoal* (tenepes). A decisão foi decorrência da própria vida, pois já trabalhava em São Paulo, desde os 12 anos de idade com a espiritualidade no *Centro Espírita Irmã Renata*, dirigido pelo Sr. José D'Amore e assisti às palestras na *Fraternidade Espírita Ramatis*, desde 1982, com o Prof. Waldo Vieira (1932-2015), pesquisador e proponente das ciências Projeciologia e Conscienciologia.

Então, a tenepes foi decorrência da sua maturidade assistencial?

Sim. Desde a infância já manifestava parapsiquismo e interesse em ajudar as pessoas. Vivi em condições precárias na infância, sem lucidez quanto à multidimensionalidade, os pensenes e seus efeitos. Era muito sensível às energias, assimilava, diziam que era “quebranto” e sofria com as repercussões somáticas. Minha mãe foi aporte proéxico. (Para aprofundamento, esses dados estão na *live Autocompletismo e Tenepes*, de 03.02.2025, transmitida pelo canal do YouTube da *Associação Internacional de Tenepessologia* (IC TENEPES), e no artigo *Tenepessismo Autorrevezamental: Proposição Pessoal Firmada em Autovivências*, publicado na *Revista Conscientia*, Nº 28, Vol. 4, de 2024, p. 630 a 646).

Antes de começar a tenepes, você já estudava o assunto?

Não, estudava sobre desdobramento, a tenepes era denominada *Passes para o Escuro*. Na época, ocorriam os desdobramentos com o amparador durante a noite. Na sessão mediúnica acontecia a desobsessão de conscins e a incorporação de consciexes, principalmente recém-dessomadas, para acordarem no plano espiritual, ou crianças mantendo a identidade infantil, orientadas para a adultidade.

Quando você começou a tarefa energética pessoal, já tinha o Manual da Tenepes?

Não existia o *Manual da Tenepes*. Conheci o Prof. Waldo Vieira e o Chico Xavier nas palestras da *Federação Espírita do Estado de São Paulo* (FEESP). Em 1982, reencontrei o Prof. Waldo, nas palestras na *Fraternidade Ramatis*, presidida, na época pelo Sr. José Carlos Zanarotti, no bairro de Santana, em São Paulo.

Dentro do cenário da Tenepessologia, como é que você vê o Manual da Tenepes?

Vejo sendo instrumento básico de orientação contínua para o estudo e realização prática da tenepes. Cada capítulo foi estudado no *Grupo de Pesquisas Conscienciais da Tenepessologia* (GPC-Tenepes), em São Paulo/SP.

Como foi seu primeiro dia de tenepes?

Eu não me lembro, provavelmente não percebi nada. No 2º. dia ouvi: “Eu não entro nesse quarto!”

Você decidiu: vou fazer em tal mês, em tal data?

Sim, mas levou um tempo, acompanhando as palestras e atividades do *Instituto Internacional de Projeciologia* (IIP). Quando participei do *Curso Avançado de Tenepes*, em maio de 1994: ouvi a frase que me tocou profundamente “- *Quem começar a tenepes agora, em um ano não terá mais inimigos.*” Mas eu acrescento assim: “*Foi ledo engano, em um ano não ter mais inimigos*”, pelo contrário, aumentou o trabalho de assistência.

Mas não é inimigo, é assistido.

Então, o que mudou? Eliminar qualquer reação negativa durante o atendimento, convivía com os espíritos, mas faltava aprender sozinha a controlar o estado emocional e a assimilação energética dos assistidos. Seja em casa ou a qualquer momento, sendo isca lúcida.

Tinha grupos de estudo sobre tenepes?

Naquela ocasião, não havia grupos de estudo, somente os cursos e palestras onde ensinavam a prática de técnicas energéticas da *Mobilização Básica de Energias* (MBE) e do *Estado Vibracional* (EV).

A palavra tenepes apareceu pela primeira vez em 1992 no Miniglossário da Conscienciologia, página 54, na descrição de Passes para o Escuro, Vieira explica o que é a finaliza dizendo que é a técnica do eu sozinho. O que representava esse “eu sozinho” naquela época?

Representava e ainda representa a responsabilidade de cada conscin praticante. O tenepesista assume o compromisso assistencial para o resto da vida. Realiza a prática isolado, sozinho no quarto, embora em contato com a dimensão extrafísica. Para mim, na 4ª. idade, é resto de vida, para o iniciante, é para toda a vida. O processo tenepesístico tem 3 aspectos relevantes: o tenepesista, o amparo extrafísico de função e os assistidos, objetivando propiciar análise do auto-desempenho, avaliação dos resultados diários e atualização do autaperfeiçoamento contínuo da interassistencialidade pessoal.

Você foi uma das primeiras docentes de Conscienciologia e tenepessista, as aulas, principalmente as itinerâncias, reverberavam na tenepes?

Sempre havia reverberações nas sessões práticas, como se fosse preparação dos amparadores para o tenepessista e o atendimento da demanda de assistidos.

Na sua ficha evolutiva consta a docência mais a itinerância, fora aquela bagagem pré-Conscienciologia de assistência que você fez. Quando começou a tenepes, já itinerava e como ficou a soma das duas tarefas?

Lembro que houve locais difíceis. Uma vez, me escalaram para a Ilha de São Sebastião. Eu disse: “*mas porque eu, sozinha, não conheço nada lá?*” Mas não tem outra pessoa, foi que disseram. É de se notar que sempre acontecia comigo situações nas quais eu não tinha saída, era a mais comprometida.

Você docente, fez tenepes fora do País, isso é pioneirismo e agora chegou à condição do tenepessismo 24h. Você se considera completista?

Minha identidade consciencial, nesta ressonância, é interassistencial e tem por base o tenepessismo. O convite para fundação da pré-IC TENEPES, junto a 2 compassageiros evolutivos, e agora com a construção da sede própria me fez perceber e sentir o completismo, o autocompletismo existencial desta vida crítica. A evolução consciencial exige outras realizações, porém o compromisso junto ao Evolucionólogo, no planejamento do *Curso Intermissivo* (CI), consegui realizar. “*Vocês sentem a energia desde momento? Sintam a energia.*” Não tenho dúvida, quando outra pessoa me diz: “*você está enganada, você está querendo ser a tal, autocompletista, imagina?!?*” Não é isso, a responsabilidade é muito grande com o planeta, a minha casa, a família e a humanidade. Não vou sair dele enquanto não conhecer e aprender a resolver todas as condições de mudança planetária.

Vai demorar um pouco...

Talvez, milênios, mas que bom! Vamos encontrando e reencontrando as consciências que já estão trabalhando nas mudanças necessárias.

Você sempre teve facilidade em conviver com pessoas de culturas diferentes?

Desde criança, convivi com pessoas de muitas nacionalidades e ideologias, desenvolvendo de certo modo a assistencialidade universalista. Trabalhei na função de datilógrafa na mesma sala com 7 mulheres de religiões diferentes. Minha mesa ficava ao lado da freira carmelita e do outro lado a moça esotérica, que me passava as revistas do *Círculo Esotérico da Comunhão do Pensamento/SP*. De certo modo, estava praticando a convivência planetária fraterna.

Você foi uma das pioneiras da tenepes planetária, você fez na China, na Patagônia, você fez nos Estados Unidos que sabemos. Como era fazer tenepes fora do país, a sua experiência?

Estar autoconsciente do tenepessismo a qualquer momento. Caminhando junto à R.N. no Museu de Confúcio olhava a reprodução em tamanho natural dando aula sentado, em volta os alunos, alguns em pé, quando senti forte repercussão do banho de energias. Na sua época, fazendo muitas viagens, chegou a ter 3.000 alunos, já era docente itinerante. Interpretei a conexão, sendo hipótese ou suposição cognitiva, insinuando ter alguma vivência na mesma época, nessa região.

Você fez tenepes nesse lugar?

Sim, realizava a prática diariamente, deixando somente quando não conseguia o horário para me isolar, mesmo assim lembrava da conexão com o amparador de função, me colocando à disposição assistencial.

Você lembra de algum exemplo em que foi isca lúcida?

Dependendo da aproximação de alguma consciex, muitas vezes eu não via, mas sentia, a assimilação. Um exemplo curioso de assistência quando morava num apartamento. Encomendei a colocação de carpete e durante a noite ouvi a campainha, levanto-me, abro a porta e tem um senhor, ele não disse nada, eu não sei o que ele queria. Fechei a porta e fui dormir outra vez. De manhã, lembrei da projeção. Daí a pouco toca campainha, o mesmo homem aparece para colocar o carpete! Não terminou o serviço, precisei solicitar outra pessoa. Por que esse homem veio até minha residência? Minha tenepes era recente.

Você veio para Foz do Iguaçu quando? Já fazia tenepes?

Em 12.10.2004. Fazia 9 anos que era tenepessista.

Como foi sua mudança para Foz do Iguaçu e a desvinculação com o grupocarma?

Durante o preparo da mudança surgiram eventos marcantes, houve diversas coincidências. Morava no 16º andar do Edifício *Port D'Antibes*, e não conhecia o filho de um primo-irmão do meu pai que morava no segundo andar. Ele alugou o salão de festas reunindo os familiares espanhóis para comemorar o aniversário de 80 anos de sua mãe. A família lembrou de me convidar e ocorreu justamente na semana da mudança para Foz. Para mim significou a despedida de alguns parentes do grupocarma.

Poderia se dizer que são confluências saudáveis do saneamento da interprisão grupocármica?

O IIP/SP foi fundado em 1988, localizado à Av. Nova Cantareira, Tucuruvi, muito próximo da casa dessa família. Anteriormente, no período da minha adolescência essa família morava no bairro de Pinheiros, próximo ao Cemitério São Paulo. Quando ia visitá-los as filhas me levavam passear nesse local onde tinha a campa da Menina Izildinha, parava ali para observar o movimento dos devotos. Só para lembrar que o costume de minha mãe era fazer visitas nos domingos à tarde e as pessoas lhe tinham muita confiança, encontrava familiares, doentes em casa ou hospitais, colegas de trabalho da Fábrica ou que tivesse algum problema. Para mim era oportunidade de manter a convivialidade saudável e a ideia de não ter inimigos.

Então vamos voltar na tenepes, sua recomposição grupocármica partiu dessa fase?

A mudança para Foz agilizou a autoconsciência no desenvolvimento intraconsciencial, apurando as interpretações das vivências. Fase marcante com decorrências nas sessões práticas da tenepes, às vezes tranquilas, mais pesadas e outras na qual parecia não estar acontecendo nada.

Você chegou a mudar o horário da tenepes?

Eu comecei a fazer as 3 horas da manhã. Participei do *Curso Assistenciologia*, no *Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC)* em São Paulo, terminava às 22h30. Chegava

em casa mais menos 0h30 e não conseguia acordar às 3h da madrugada, por isso mudei o horário da tenepes para 5 horas da manhã e assim permanece até hoje.

Você pode falar um pouco da interação tenepes-projetabilidade?

Nas práticas da tenepes houve poucas experiências projetivas lúcidas, penso que apagava quando aconteciam, eram mais comuns após a tenepes. Tinha facilidade na descoincidência. Por exemplo, sentada na sala, em frente à TV desligada, vi reproduzido meu rosto na tela e também o rosto de outras pessoas. Certa vez, apareceu o rosto de um cantor americano e pensei: Por que está vindo para mim essa foto? No mesmo dia, fui ao dentista, quando abri uma revista, na primeira notícia que encontrei estava a foto do mesmo cantor sorrindo e a informação de ter dessomado.

Você estava projetada quando o viu ou estava lúcida, acordada?

Estava em descoincidência, lúcida, acordada, sentada em frente à televisão desligada, mas era como se estivesse ligada vendo a imagem.

Você poderia chamar esse parafato de extra da tenepes?

Eu não sei como chamar, mas tive várias experiências assistenciais em descoincidência. Por exemplo, deitada, me ver em pé nos pés da cama; outra vez de bruços, olhava o tapete e o receio de cair e bater o rosto. Podem ter sido fenômenos de bilocação.

Poderia dizer que a tenepes predispõe a parafatos parapsíquicos?

Muitas experiências ocorreram antes de ser tenepessista. Porém a tenepes pode predispor e facilitar a ocorrência de parafatos parapsíquicos.

Qual foi sua motivação para escrever esses 2 verbetes: Holopensene Tenepessístico (N. 3.524; 28.09.2015) e Tenepessismo 24 Horas (N. 2.969; 22.03.2014)?

Motivar cada conscin tenepessista a desenvolver o holopensene pessoal específico da especialidade Tenepessologia, sustentar a manifestação energética da identidade interassistencial e autoqualificação profissional assistencial, assumindo a responsabilidade cósmica do compromisso multidimensional.

No tenepessismo 24 horas. desenvolver a prontidão interassistencial diária, estar consciente quanto as ações assistenciais emergenciais e vivências contínuas a qualquer momento da ressonância, objetivando a desopressão do holopensene planetário, sendo minipeça da reurbanização intra e extrafísica. Exemplo: Dirigindo o carro na avenida República Argentina, recebi alerta paratelepática de voltar para casa! “Mas como voltar, saí agora” ... “Calma!” Sem pestanejar fiz o retorno e fui direto para casa na *Villa Conscientia*. Realizei as manobras energéticas, conexão com amparador e permaneci lúcida até terminar o momento assistencial, durante mais ou menos 20 minutos, mesmo sem identificar os aspectos extrafísicos da ocorrência.

Então, na tenepes 24h é preciso prontidão do assistente para estar onde o assistido está. É isso?

Sim. Noutro ocasião, parei na farmácia da mesma avenida. Estava vazia e, de repente, entrou gente carregando pessoa ferida lá para dentro. Pensei, aconteceu algum acidente? Pensei no

amparo e procurei acompanhar mentalmente intra e extrafísica a ocorrência. Terminei a compra e permaneci quieta no local, por algum tempo, até o ambiente esvaziar.

Você viu as consciêxas socorrendo?

Não tive clarividência, só vi as conscins entrando com a pessoa ferida. Nem sempre se percebe de imediato a ocorrência. Muitas vezes somente após o incidente se tem o entendimento da situação e o motivo da assistência.

Aprofunda um pouco mais sobre a tenepes 24 horas, como é que você demarcou que você está na tenepes 24 horas, qual foi a característica mais marcante?

O tempo de prática na tenepes e aumento da autoconsciência no processo de prontidão interassistencial continuada, através da parapercepção atenta e da sinalética impressiva.

Com a tenepes 24 horas, diminuiu seu ritmo intrafísico?

A tenepes 24 horas não diminuiu o ritmo intrafísico. A condição somática da quarta idade, predispõe o soma ir mais devagar, manter atenção redobrada quanto às manifestações energosomáticas, parapsíquicas e ambientais, exigindo adaptações pessoais nas realizações diárias para atender à demanda do amparador de função, quando ocorre interrupção momentânea de atividade, sair do local onde está ou deixar de dirigir o carro em momento adequado. A demanda interassistencial é muito grande em todo planeta. Sendo minipeça da reurbex, quanto maior o cuidado intrafísico maior também o respeito ao trabalho dos amparadores. A ressonância atual a esta altura do “campeonato” pertence à multidimensionalidade.

Você se sente um instrumento extrafísico?

Analiso as condições envolvidas extrafísicamente, sendo intermissivista e voluntária da Conscienciologia. O compromisso de *minipeça* é universal, seja na maxiproéxis individual ou grupal e na assistência policármica, buscando obter a avaliação dos amparadores quanto ao serviço realizado.

Já estive projetada no *Tertuliarium*. Numa das vezes encontrei a conscin E.M. também projetada. No dia seguinte, ao vê-la perguntei se lembrava da projeção, disse que não. Lembrando do tema envolvido, levantei a questão se havia ocorrido algum fato importante na transição da adolescência para a juventude. Respondeu ter sido possível e iria pensar.

Você já teve confirmação de projeção?

Na viagem de 1997 para Seattle (EUA), onde estava morando o filho mais velho. Houve a seguinte sincronicidade: Durante certa noite, projetada participei de reunião no *Instituto Internacional de Projeziologia e Conscienciologia* (IIPC), Rio de Janeiro, onde estava o Prof. Waldo Vieira com os professores e voluntários. Quando voltei à São Paulo, enviei carta relatando a ocorrência projetiva. Confirmou a ocorrência e sugeriu redigir um artigo sobre a experiência, pois considerou haver muitas informações, inclusive sobre a tenepes.

Em Barcelona, Espanha, 1999, tive a experiência projetiva de ir para o local onde estavam os guerrilheiros do grupo ETA, ajudando a retirar muitas pessoas, na primeira noite. Segunda

noite, no mesmo lugar, recolhi mulher com a criança. No dia seguinte, entrei para almoçar no restaurante “La Fusta”, em catalão significa “o formigueiro” e enquanto esperava o primeiro prato, o dono do restaurante trouxe o jornal *El Periódico de Cataluña* e na primeira página a informação: “*Heridos una mujer y su hijo en uno de los múltiples ataques ayer de los radicales*”, tinham sido salvos!

E hoje como está a sua tenepes?

Neste momento, penso que as repercussões do choque pelo recente acidente de carro com perda total, estão influenciando no autodesempenho, até sendo preservada pela equipe extrafísica e, às vezes, tendo sido apagada. O choque foi impactante, nem havia percebido ter envolvido 3 carros: Ethios, Fiorino e Uno, se encontrando no *boom* evolutivo, porque ninguém dessorou. Devido à baixa velocidade, o *airbag* do meu carro não abriu. Fiquei pressionada entre a direção e o banco.

Quais foram seus pensamentos, preocupações?

Na hora que abri os olhos, a primeira percepção: *esqueci os óculos em casa*. Presa entre a direção do carro e o banco lembrei das atividades a realizar e que não poderia faltar. Sentia dor no peito quando respirava fundo. O acidente aconteceu mais ou menos às 11h30 e demorou para ser levada ao Hospital Costa Cavalcanti e saí 19h00. Estava lúcida quanto ao sucedido.

O acidente foi traumático?

Permaneci no hospital observando as pessoas entrando e saindo e pensava o que estou fazendo aqui? Passei pelos exames e nenhuma fratura constatada. Passei o dia sem comer. Nos primeiros dias sentia leve dor de cabeça e foram aparecendo as partes arroxeadas no soma. Claro, foi um susto, porém não estou traumatizada com o acidente, somente repercussão do choque no impacto.

Você bateu a cabeça?

Bati o rosto na direção. Tenho a impressão de ter sido evento programado pelos amparadores. A batida foi forte, o carro rodopiou, mas os resultados dos exames de ressonância, tomografia de todas as partes, de todos os ossos, sem quebrar nada. As manchas, edemas e o roxo apareceram depois.

Como ficou a tenepes depois disso?

Respeitei o horário, mesmo sentindo dores no soma, me preparava e estabelecia o campo. Algumas vezes apaguei, impressão de estar sendo preservada.

Você é uma pessoa sempre bem-humorada e na tenepes como fica?

Na tenepes também ocorrem associações, situações de bom humor e fazem rir, por exemplo, ouvir alguém cantando música, captar alguma ideia interessante. Nomes da lista de pedidos da tenepes que chamam a atenção, por exemplo, ANA e posteriormente ligando a TV aparece acidente de avião com a sigla ANA. Durante o dia ou no horário da prática da tenepes vem a lembrança de determinada pessoa ou situação. Posteriormente tenho a confirmação. Exemplo: Lembrei da

amiga, enviei *e-mail* e me responde se eu sabia que era aniversário de 10 anos da sua tenepes! Ela não havia lembrado. Muito menos eu!

Isso ocorre durante a tenepes ou fora da tenepes?

A condição emergencial do tenepessismo 24 horas, vai se integrando ao holopensene pessoal, durante ou fora do horário da tenepes. Exemplo: Durante a prática ouvir o barulhão de alguém tentando arrombar a porta do *tenepessarium*. Eu penso: *vai cair a porta!* Não caiu e não entrou ninguém e não tive clarividência da consciex trombandando na porta.

O corpo também não ajuda.

Sim, na *fase existencial conclusiva* as ações acontecem mais devagar e lentas, é mais difícil pegar uma caixa no alto do armário ou arrumar livros e pastas na estante. A ectoplasmia ainda funciona e às vezes aparecem ocorrências problemáticas no computador ou na corrente elétrica, de repente apaga a luz e queimam luminárias.

E como controlar isso?

Ter atenção redobrada e cuidado, estar focado, concentrado no que está fazendo, é difícil manter a atenção dividida em 2 atividades diferentes. Por exemplo, colocar a roupa na máquina de lavar e esquecer até o dia seguinte. Na cozinha, atenção no fogão ou lidando com faca na mão.

Em termos de evolução nesta existência, o que você acha que falta para chegar ao completismo?

Só tive a autoconsciência da identidade interassistencial tenepessística, após o voluntariado em Foz do Iguaçu, representando a especialidade da Tenepessologia. (Revista *Conscientia*, vol.16, n.3, p. 286-295, Jul/Set., 2012). O alerta de ser pedra fundamental de um trabalho, as auto e megarreciclagens para eliminação de nódulos da memória pessoal, a cláusula pétrea da autoproxímia, o convite para implantação e fundação da IC Tenepes e a construção da sede própria implantada no planeta Terra, configuram na vida crítica atual o autocompletismo existencial.

A identidade assistencial tenepessística amadureceu e tornou a conscin tenepessista universalista?

A experiência diária no tenepessismo, promoveu o treino e o desenvolvimento do amadurecimento consciencial. Cada sessão prática é iniciada com o EV, em seguida a leitura dos pedidos e preencher o campo com exteriorização energética, em sintonia com amparador extrafísico de função e a equipex. Dependendo do holopensene dos assistidos, se revezam, não sei como, se pela nacionalidade: asiático, chinês, árabe, ou pela funcionalidade: suicidas, drogados, belicosos, políticos. Tem demanda de pedidos dos próprios assistidos ou solicitado por terceiros.

Vamos falar do livro que você está escrevendo. Não faz parte do completismo?

Sim, é um dos livros da *Coleção Teáticas da Conscienciologia*, Série: Autoexperimentações, sob o título *A Prática da Tenepes* (no prelo). É pequeno, mas está no contexto do autocompletismo. Porém, existem os verbetes na Enciclopédia de Conscienciologia, artigos no *Journal of Conscienciology*, Revista *Conscientia* e Revista *Cosmoethos: Sinergismo Democracia - Tenepessismo* (Ano 1, Nº 1, p. 45-62, Out./2019), considero o tema importante e bem atual.

Agora, você está dizendo que precisaria ser seu livro de autobiografia? Teria que juntar tudo que foi publicado e publicar num só.

Seria uma obra complexa e trabalhosa, reunir e rever todo o material escrito a mão. Na minha época de estudante e profissional não existia *notebook* para os registros e encontrá-los com facilidade nas buscas.

A tenepes hoje é totalmente diferente, você disse que é tenepes o tempo todo.

A autoexperiência da tenepes é contínua, enriquecendo e transformando a consciência, dia após dia, em instrumento cosmoético extrafísico dos amparadores.

A Pilar de hoje, a tenepessista de hoje, o que ela tem de diferente da tenepessista de antigamente?

O soma envelhecido, mas a saúde e autolucidez sustentando a maturidade holossomática, no envolvimento diário e contínuo com a dimensão extrafísica.

Sua consciência melhorou, seu mentalsoma melhorou?

Minha consciência melhorou, sem dúvida, para falar de mentalsoma, psicossoma, energossoma e soma, o aumento de associações e da cosmovisão quanto às necessidades holossomáticas.

Qual a dica que você daria para o tenepessista que tem 6 meses de tenepes, 1 ano, 10 anos, 20 anos, para chegar ao completismo tenepessista?

O tenepessismo é tarefa individual, o caminho mais evidente foi quando estava no *Extensão em Conscienciologia e Projeziologia 2 (ECP2)*, em abril de 1993, Petrópolis, Rio de Janeiro e o amparador EM falou, através do epicon Waldo Vieira: “*Você é a pedra fundamental do trabalho*”. Lembrando o que teria a realizar em 10 anos teria que ser 5 anos, o que teria para realizar em 5 anos teria que ser em 1 ano. Estas foram as dicas, mas ainda não entendia o que era tenepes. Outra dica importante ocorreu em Foz, o convite para a implantação da Pré-IC Tenepes, me lembrando o impacto inicial: “*O que você está fazendo nesses 2.300 anos?*”.

Pode explicar melhor?

Era 1991, estava em descoincidência, quando se aproxima consciência de aparência idosa saindo da parede, óculos redondos, cabelinho branco puxado, chegou apontando o dedo em riste no meu nariz: “*O que você está fazendo nesses 2.300 anos?*” Refletindo sobre o completismo existencial, juntei as experiências das dicas: dos 2.300 anos, da *pedra fundamental*, as autorreciclagens e a proéxis. A identidade interassistencial está na cláusula pétrea da autoproéxis. Outra confirmação completista o convite para fundar a IC TENEPES e a construção da sede própria.

Como se faz o desassédio?

Precisa estar preparado. Se for influência assediadora de consciência se faz através da *tarefa do esclarecimento* (tares), conversando e orientando. Quem é docente já teve essa experiência durante a aula. Quando há o ataque assediador e o domínio da pessoa, a ação tem que ser mais direta e decisiva e até chamá-la pelo nome para sair da possessão. Às vezes o aluno precisa da orientação porque tem algum familiar, pai, irmão, primo, filho, nessa condição. Houve caso no IIPC/SP que

me disseram: “Pilar, só você pode dar aula para essa turma!” A maioria dos alunos eram espíritas, homens grandes, que pontuavam afrontando as ideias da Conscienciologia e quando um defendia, os colegas apoiavam.

A intenção era ver se você fraquejaria.

Nesses momentos não tinha dúvida quanto à conexão com os amparadores e os fundamentos da Conscienciologia. Trabalhei em consultório 18 anos e muitas vezes tive parapercepções das condições intra e extrafísicas dos clientes. Estou lembrando de uma cliente entrando na sala e atrás dela o acompanhante extrafísico.

Foi assim que você ganhou lucidez extrafísica?

A lucidez extrafísica exige maior treino do projetor quando está fora do corpo. Durante a noite me encaminhava para atender no consultório, era o parambulatório, continuando os atendimentos individuais, em grupos e às vezes famílias, por exemplo, o casal e as crianças.

Como eram os atendimentos no consultório?

No consultório os atendimentos eram individuais e a abordagem principal era a humanista, após alguns anos me tornei autodidata na abordagem da Psicologia Transpessoal, a qual incluía relaxamentos, projeções da consciência e outras técnicas. À medida que ampliava o conhecimento da Projeciologia e Conscienciologia foi possível aplicar a terapêutica conscienciológica.

Precisava ter autoconfiança, domínio e autosssegurança.

A responsabilidade do psicoterapeuta é desenvolver esses trafores para tornar eficaz os efeitos do tratamento. Ajuda a pessoa a relaxar e se encaminhar para o momento da problemática. Na *Terapia de Vidas Passadas* (TVP) a pessoa continua lúcida, é possível parar a qualquer momento, abrir os olhos e voltar ao presente. O paciente precisa ter confiança no psicoterapeuta conduzindo à situação traumática. Por exemplo, pode ser o medo. Mesmo não sabendo quando aconteceu, elimina o travamento e desenvolve a reciclagem e as mudanças de comportamento necessárias.

Você trabalhava amparada.

Sempre tive muita confiança nos amparadores, penso que estava amparada desde antes de nascer participando do *Curso Intermissivo* (CI), mesmo não lembrando da experiência extrafísica de programação de vida. Duas ideias inatas eu trouxe: ajudar aos outros e medo de errar. Posso ter errado muitas vezes, mas minha intenção nesta vida sempre foi positiva. Decidi começar a tenepes em 10 de janeiro de 1995, o lançamento da 1ª. edição do *Manual da Tenepes* ocorreu em abril de 1995. Reconheci a seriedade do investimento multidimensional e estabeleci em 21.04.1995, para nortear o autodesempenho nesta vida crítica, o primeiro *Código Pessoal de Cosmoética* (CPC), com 12 cláusulas, orientando a bússola intraconsciente dos pontos-chave a serem seguidos na realização do autocompletismo existencial.

Foi amadurecendo...

Com as atividades no movimento espírita, os desdobramentos ou projeções, os atendimentos de triagem na *Faculdade de Educação e Cultura* (FEC) do ABC, São Bernardo do Campo/SP,

o consultório, as palestras do Prof. Waldo Vieira, o voluntariado no IIPC e outras instituições consciocêntricas, o reconhecimento da condição de intermissivista, propiciaram as mudanças conscienciais relacionadas à interassistencialidade. Recebi muitas insinuações pré e retrocognitivas.

Você tem ideia de que possa ter moréxis ou teve e antecipou resgates grupocármicos?

Estou tendo certezas relativas quanto ao macrossoma e a longevidade, sinalizando estar na vivência de moréxis, incluindo os 30 anos de tenepessismo. A tarefa energética pessoal já indica o preparo da conscin à pré-Intermissiologia, atuando diariamente no despertar de consciências intra e extrafísicas, realizando a tares pós-dessomática e algumas experiências em resgate na Baratrofera. O preparo da *Ficha Evolutiva Pessoal* (FEP) para a entrevista com o Evoluciólogo, após a segunda dessoma. Todos os tenepessistas desenvolvem na prática a interassistência. Denomino antecipação os resgates de alguns fatos e parafatos vivenciados: Em 07.03.2021, mês de aniversário da entrevistada, a esposa de casal, não a conheço pessoalmente, me enviou *whatsapp*, solicitando fotos e documentos de parentes maternos dessomados para completar a árvore genealógica do marido. Ele é filho de uma prima-irmã de minha mãe. Encontrei e enviei alguns materiais, documentos e fotos. Curiosamente, ela também buscou e encontrou as certidões de nascimento da minha avó e a certidão de casamento da bisavó maternas na Itália, a certidão de casamento dos meus avós em Cravinhos, Ribeirão Preto/SP, e outras informações grupocármicas.

Você já atuou na Baratrofera?

Durante a prática da tenepes, em 17.10.2023, estava tudo tranquilo e pensava na retrospectiva da vida atual e a antecipação dos resgates de consciexes, afinizadas ao grupocarma: “*O que está acontecendo?*” Aparentemente sem perceber nada. Recebo a sinalética paratelepática do Amparador a continuar doando energias: “*Estavam naquele momento trabalhando na Baratrofera*”. Não foi clariaudiência, provavelmente atuava de modo indireto na assistência sendo realizada.

Você atende gente da sua juventude, hoje dessomada?

Sim, durante a tenepes ou no pós-tenepes. Os amparadores aproveitam a energia expandida e trazem conscins e consciexes. Na 4ª. idade, o número de parentes e pessoas que conheci no intrafísico diminuíram. A maioria delas já se tornaram consciexes.

Pilar, mas é uma vida e tanto...

Imensa satisfação em lembrar, em Foz do Iguaçu, o encontro da maxiproéxis pessoal e grupal no convívio da família consciencial. Reencontrar amizades importantes, refazer vínculos amortecidos cultivando a confiança, a renovação e aprofundamento nas ideias da Conscienciologia.

O Prof. Waldo falava que haverá uma diáspora, uma enorme diáspora.

Sim, para essa diáspora já estão sendo formados os grupos de reencontro nas futuras maxiproéxis grupais. Quanto tempo o Zéfiro esteve preparando a ressonância de Waldo Vieira? O quanto agradece as consciências que contribuem e continuam trabalhando com ele.

Qual sua fase atual nesta vida intrafísica?

A fase atual é assumir evolutivamente o autocompletismo tenepessístico, a pré-Intermissiologia, e encaminhar o autorrevezamento do tenepessismo para outras vidas. Sei que vou continuar neste planeta, empenhada em renascer superando os atos e efeitos das condições semiconscientes da fase infantil, promovendo a *nulificação da infância* (Verbete EC, Waldo Vieira) e priorizando a *inteligência evolutiva* (IE).

Vamos começar cada vez mais cedo a fazer assistência, vamos aproveitar mais o corpo.

Sim, teremos mais cedo a colheita interassistencial intrafísica da conscin longeva com maturidade consciencial.

A maturidade antecipada vai trazer tenepessistas com 10 anos de idade?

Penso que ainda por largo tempo, os requisitos básicos para a prática da tenepes estão contidos no capítulo 18, *Contraindicações da Tenepes*, página 51, do *Manual da Tenepes*, incluindo as crianças de qualquer idade, mesmo as superdotadas parapsiquicamente.

A tarefa vai ser mais avançada.

Provavelmente, o desenvolvimento das práticas energéticas e o parapsiquismo serão condições naturais das conscins na convivência multidimensional, exercitando a maxifraternidade desde a infância e repercutindo na longevidade.

Entrevista realizada por Izilda Fresiansd e Rose Bays

