



*"A nossa verdade é apenas um fragmento da realidade total. Essa questão fundamental de nossa existência é que levou o autor a pesquisar e transmitir toda sua busca."*

*(Orlando Zaitune)*

Continuando nossa missão de divulgar as informações de uma maneira aberta, sem misticismos e sectarismos, estamos publicando em nossa página da Internet o texto integral do livro **"Desdobramento, OVNI's e Esoterismo"**. Este livro à venda nas livrarias.

Agradecemos ao autor, Rydana, por permitir a publicação deste material em nosso site.

Equipe IPPB

## Apresentação

Um amigo perguntou-me certo dia se eu acreditava em Deus, e qual a minha idéia sobre Ele.

Respondi: Acredito e posso provar que Ele existe. Você está ouvindo o que Ele lhe diz agora. Eu neste momento O estou vendo à minha frente, e, se olharmos ao nosso redor, O veremos o tempo todo, Ele está em Tudo.

- Perguntou-me novamente:

De todas as Escolas Esotéricas que existem, qual a melhor para seguir?

- Todas as escolas são donas da verdade, só não o são quando dizem que só elas é que o são.

A verdade ou as verdades em si não são absolutas, mudam no tempo conforme os Estados de Consciência.

Li, em um comentário Zen Budista, que uma boa escola é aquela na qual você se sente feliz, realizado no "aqui agora", no presente. Posso acrescentar: devemos segui-la até não precisarmos mais dela, aí podemos ingressar em outra ou várias, ou nenhuma, quando entendermos que somos partícula divina, Um como o Todo.

Quando comecei a escrever minhas experiências e as de algumas pessoas amigas, achei que seria interessante publicá-las, sem outra pretensão a não ser transmitir algo de útil a respeito de Projeção Fora do Corpo Físico.

## Capítulo I

### Por quê?

Sempre fui um curioso em assuntos espirituais, ou melhor dizendo: um não conformista com a situação. Não é possível que haja vida somente em nosso Planeta, que vivamos só uma vez na Terra,

que em uma vida de 20, 30 ou 90 anos recebamos ao terminá-la um paraíso permanente ou um inferno infinito. Cheio de questionamentos como muitos, freqüentei centros, li livros espíritas, tornei-me ainda insatisfeito, como alguém que gostasse da água e, tendo lido vários livros sobre natação, nunca tivesse entrado em uma piscina. Nessa época, 1977 aproximadamente, assisti a uma palestra pela televisão sobre um curso de desdobramento; inscrevi-me nele e a partir daí não mais parei de ler, ouvir conferências e freqüentar cursos sobre o assunto: desdobramento, viagem astral, projeção fora do corpo, viagem de Alma, etc.

## **Por que saída do corpo?**

### **As respostas são muitas:**

- Para pormos em prática o que nos é dito nos livros: que temos outros corpos mais sutis, corpo astral, causal, mental, Alma. A classificação desses corpos varia de escola para escola.
- Para, freqüentando as escolas nas outras dimensões (existem "n" dimensões) ou planos, possamos ter um desenvolvimento mais rápido com os recursos fabulosos das formas criativas de pensamentos.
- Visão micro e macroscópica, verificação (checagem) de nosso corpo físico com penetração visual (tipo raio X).
- Movimentação com a velocidade do pensamento, superior a qualquer tipo por nós conhecida.
- A prova real da existência da Alma, que somos algo mais que o corpo físico, que a morte não é nada mais que uma mudança de plano.

## **Capítulo II**

### **A saída**

Quando estudamos a lei física da causalidade - "Toda ação implica numa reação contrária de igual valor que a neutraliza, podemos representá-la como um pêndulo, um prumo de pedreiro, ou uma pedra presa a um barbante que, quando balançada para um lado, volta para o meio e vai para o lado oposto. Por que a pedra volta? Por causa da atração da gravidade. Se não houvesse gravidade, o movimento da pedra continuaria, e ela se movimentaria presa ao barbante.

Se jogarmos um pedra para o ar ela retomará para a Terra atraída pela gravidade. Se essa pedra não sofresse a atração gravitacional, se projetaria pelo espaço afora. Da mesma forma, quando saímos do corpo físico nossos horizontes são infinitos.

Podemos sair pelo chakra esplênico, solar, cardíaco, laríngeo, frontal, coronário e medula oblongada.

Os chakras são rodas, vórtices de energia, galáxias de nosso corpo físico.

Com uma série de exercícios de ativação glandular, principalmente a pineal, podemos obter o desdobramento ou saída.

A maior dificuldade na saída é o medo, o que nos deixa tensos, prejudicando totalmente os resultados. O maior medo humano é o da morte. Como o término da vida é o fim de todos, por que não ver o que há além do corpo físico, e não perdermos esse medo e assumirmos que somos infinitos?

Quando comecei a fazer uma série de exercícios para desdobrar-me não acreditei no resultado, mas após um mês de treinamento consegui o primeiro resultado positivo. "Estava em minha casa num sábado à tarde, deitado num colchonete, e após fazer um pranayama (respiração com captação de energia) iniciei uma concentração na glândula pineal. De repente senti meu cérebro estremecer

como uma gelatina num prato; vi-me de pé olhando para a parede oposta ao local onde deitara. Estranhando como fora parar ali, pois não percebi ter levantado, perguntei-me: será que!? Virei a cabeça para trás, e qual não foi o meu susto ao ver-me deitado no chão. - Meu Deus, será que morri? E, nessa indagação, fui atraído ao físico". Levantei-me rapidamente. Puxa, funcionou! Estava eufórico, mas um pouco "chateado". Aprendera que deveria ter me afastado do corpo físico a uma distância mínima de três metros, para evitar o meu magnetismo, e assim "curtido" mais um pouco a experiência.

Não temos que preocupar-nos com o retorno, pois quando nosso organismo necessita de energia do nosso Eu real, nós somos puxados de volta.

Perguntaram-me se não havia perigo de outro ser ocupar nossa matéria enquanto estivéssemos fora. De maneira nenhuma, nossa sintonia com o nosso Eu é única no Universo, e quando estamos fora temos guardiões, anjos da guarda, acompanhantes (ou outro nomes que queiram dar) que nos protegem. Além do mais, todo ser humano sai de seu corpo todas as noites, só que não tem consciência, não tem controle, e muito pouco ou nada se recorda depois.

## Capítulo III

### O que podemos fazer, e o que não

Fora do corpo físico, vamos chamar de Quarta Dimensão, temos que respeitar as leis daquele plano, não podemos aprontar por aí afora, por essa razão é que as tentativas de espionagem nesse setor nunca dão certo.

Fora do plano material perdemos muito das vontades materiais, as deixamos no corpo; há também uma hierarquia que nos controla. Ainda bem!

Voamos em várias alturas e velocidades, podemos visitar planetas como verdadeiros astronautas, atravessamos portas fechadas, temos visão de raio X, ultra-microscópica a nível atômico e superteleoscópica (planetária), conversamos com pessoas vivas, na matéria física, vivas fora da matéria, mortas, e sem matéria (seres que habitam planos menos densos).

Quando falamos com seres vivos e no corpo físico, muitas vezes eles não sabem que estão falando conosco (a não ser que tenham percepção extra-sensorial). Quem responde é o seu Eu verdadeiro, poderíamos dizer que sua Alma, e esta não mente, não dá respostas falsas. Imaginem as vantagens que um psicólogo terá ao ir direto ao problema de um cliente, logicamente com a concordância do mesmo.

A maior vantagem que temos porém é o aprendizado obtido diretamente da fonte maior. A fonte universal.

A hierarquia que mencionei é composta de grupos formadores das egrégoras. Quando uma associação de pessoas se reúne no plano físico para um trabalho espiritual, no plano extra-físico há um assessoramento para esse trabalho, e se forma com o tempo uma egrégora. Existem egrégoras muito poderosas formadas através dos séculos.

Quando fora do corpo temos uma visão esférica de 360°, ou seja, vemos acima, abaixo, para frente e para trás, o que nos confunde no princípio. Muitas vezes também, quando próximos do corpo físico, passamos a ter dupla consciência. Do nosso corpo vemos o corpo físico, saltamos de uma consciência para outra tão rapidamente que nem percebemos a mudança. Se não nos incomodarmos com tal fato em poucos segundos nos estabilizamos.

## As formas de pensamento

Existem poucas escolas esotéricas que ensinam o desdobramento, o importante porém é que devem mostrar os problemas que podem surgir com as formas de pensamento enganosas.

Quando um pintor ou arquiteto, por exemplo, cria um quadro ou um projeto, ele forma com o seu pensar criativo o que quer desenhar, no plano astral. Quando estamos fora do corpo físico nós vemos essas figuras ou projetos. Da mesma maneira, pode aparecer-nos nesse plano um ser que se nos apresenta como um grande mestre.

Certa ocasião, eram 23 horas aproximadamente, numa saída (desdobramento) próximo à minha casa, passei a perseguir um gato ao redor do quarteirão. Voava baixo uns 50 centímetros do chão. Consegui cercá-lo num canto e, de repente, parei e raciocinei: será que é gato físico mesmo ou uma forma de pensamento? Imediatamente o gato desapareceu. Ouvi, então, uma risada perto mas não vi ninguém. Era um instrutor daquele plano testando-me.

Muitas vezes, no outro plano, nossa visão não é perfeita, parece que estamos dentro d'água. Tal estado é passageiro e em pouco tempo a visão se acerta.

Nosso acompanhante nos orienta, nos leva aos vários planos existentes, é praticamente um anjo da guarda. No princípio ele não se mostra, fica invisível, se aparecesse poderíamos assustar-nos com sua presença. "Só quando o discípulo está pronto é que o mestre aparece". Ele é nosso guia no ambiente estranho em que estamos entrando. Esse acompanhante ou instrutor fica conosco até o ponto em que possamos seguir sozinhos.

Nunca devemos esquecer-nos de que quando nos é dado o livre arbítrio podemos agir livremente desde que respeitemos as leis do plano no qual estamos atuando.

Cada plano, dimensão, ou outro nome que possamos dar, tem a sua lei, lei de causa e efeito, colhemos o que plantamos, é só acima do plano mental superior, quando estamos acima da matéria, tempo e espaço, que somos realmente livres. Mencionei acima matéria porque em todos os planos temos matéria.

“O corpo físico é matéria concentrada” (Einstein), os demais corpos são matéria, porém mais sutis.

A medida que nos desenvolvemos espiritualmente, tornamo-nos mais responsáveis pelo que fazemos no físico e fora dele. Para tudo existe uma cobrança. Conheci muitas pessoas que fizeram desdobramento e que, por vaidade, achando que atingiu o céu, ou por falta de conhecimento sobre as várias dimensões, ficaram só numa área sem progredir, o que é uma pena. Ficaram limitadas, presas a preconceitos religiosos de vidas passadas ou presentes. O resultado, a obtenção de uma saída, depende de cada um. Há pessoas que levam anos para consegui-lo, outras o fazem normalmente. Não vai aí mérito nenhum, é uma questão de desenvolvimento glandular.

## Os sonhos

A Alma, por meio da vontade, usando a imaginação, comanda a mente, e dirige assim o corpo físico. A vontade disciplina a atenção. Atenção é não estar ausente no presente. Estar presente no presente é viver o “aqui agora”.

Alma, podemos dizer, é o infinito átomo de consciência que se manifesta, no nosso caso, no Planeta Terra por meio do corpo físico.

Quando comecei minhas experiências junto com um grupo muito bom, o meu maior receio e, acredito que de muitos do mesmo grupo, era sair do corpo e não voltar, morrer, ou que alguém tomasse o meu corpo. Como expliquei anteriormente tal coisa não acontece mas..., "seguro morreu de velho". Eu tinha medo mesmo.

Quando fazemos exercícios sentimos muitas vezes uma sensação de estarmos inchando como se fôssemos um balão, um repuxar no rosto, na altura do maxilar, um silvo nos ouvidos, é o sinal de

partida.

Como já mencionei anteriormente, a saída é algo natural, o problema é que não temos lembranças quando retomamos ao corpo físico. Quando sonhamos, e acordamos no meio da noite, lembramo-nos perfeitamente do ocorrido, mas se não gravamos ou escrevemos nossas lembranças, e dormirmos de novo, de manhã ao levantar-nos já teremos esquecido boa parte do sonho ou de sua totalidade. Muitas vezes também quando acendemos a luz, a vibração da mesma altera nossa vibração cerebral, tirando-a da sintonia onírica.

Podemos programar uma pesquisa antes de dormir, isto é, dizer a nós mesmos que iremos sonhar, e que ao acordar no sonho, tomaríamos consciência de que estamos sonhando, e assim ter o controle da situação; e ao acordar lembraríamos de tudo.

Existem fora organizações que orientam nosso desenvolvimento no plano extra-físico, e muitas vezes usam recursos que aquela dimensão tem, fazendo-nos muitas vezes perceber o absurdo de determinada situação. Neve, em São Paulo, por exemplo; uma rua que se move como uma esteira transportadora, e assim por diante. Quando percebemos, da estranheza de tal, se fosse no plano físico, entendemos que só poderíamos estar em outra dimensão. A situação criada se desfaz naturalmente e tomamos consciência e controle.

### **O passado, o presente e o futuro**

Nós medimos um espaço quando temos um referencial, uma relação, um ponto e outro, e medimos o tempo quando temos um movimento nesse referencial, de um ponto a outro. No plano de Alma, podemos chamar de 5º plano; nós não estamos mais em dimensões mensuráveis, o eterno não se mede, nos planos abaixo, aqui a palavra abaixo é somente um modo de expressão para melhor entendermos as diferenças de estados vibracionais, nos outros estados de consciência nós estamos sujeitos a espaço, tempo, matéria e causalidade.

Nos corpos astral, causal, mental, etc, o homem ainda tem matéria, mais sutil, menos concentrada, e quando se sintoniza conscientemente com esses corpos, começa a trabalhar com as partes não utilizadas de nosso cérebro, praticamente só usamos 0,5% dele, o homem entra em contacto com o seu passado, seu presente e seu futuro, no “aqui agora”, no eterno presente.

Quando temos uma saída coerente no passado, sem trechos falhos, é como se fôssemos um aparelho de videocassete e nele tivéssemos colocado uma fita. Todos os personagens atuariam novamente naquele momento presente, reviveríamos os mesmos traumas, alegrias e tristezas da época. Tudo estaria gravado no nosso arquivo cerebral, na divisão que chamamos causal, nos registros conhecidos como akáshicos, nesse maravilhoso computador cerebral, o nosso instrumento de comando da expressão física.

*Em um desses tipos de experiência eu estava num castelo medieval com grossas paredes de pedras irregulares, num amplo salão com um enorme pé direito. Em um dos lados havia uma larga escada, que subia para um balcão que circundava o salão. Imagino que ligava a outros aposentos, quartos talvez.*

*Eu estava vestido com uma cota de malhas e uma túnica branca por cima, tinha uma espada desembainhada na mão.*

*Notei que o castelo estava vazio e dirigi-me para o pátio externo. Peguei um cavalo que lá estava, e comecei a levá-lo para fora, passando por uma ponte levadiça.*

*A noite era de Lua cheia, muito clara. No final da ponte vi saírem de um bosque várias pessoas a pé, fortemente armadas. Subi rapidamente no cavalo apanhando o escudo que se encontrava preso na sela. O grupo com mais de vinte pessoas me atacou, e começamos uma briga “danada”. Pensei: se escapar, ótimo, se não escapar vou levar bastante gente comigo. Recuei para o meio da ponte e olhei para o fosso, que me pareceu ser mais um rio caudaloso.*

*Estava bastante ferido; meu cavalo caíra de lado, próximo à borda da ponte; fiquei com a perna presa nele, e com algum esforço me soltei, e saltei para a água, uns três metros abaixo, na tentativa de escapar. Quando mergulhei, notei a sobrecapa branca que estava manchada de sangue. A roupa pesava muito e eu estava exausto, não conseguia emergir. Nadei para perto da muralha do castelo e vi uma grade de ferro larga, que dava para um túnel também debaixo d'água. Forcei a grade tentando passar e percebi que, sem mais fôlego, estava me afogando.*

Acordei sem susto, sem aflição e pensei: nessa vida eu morri afogado. Tratava-se de uma experiência de uma vida pregressa; eu tinha nela encarado a morte como uma conseqüência natural, e não havia trazido trauma para a vida presente. Poderia também ter se tratado de uma projeção do meu inconsciente (na minha tela mental) de algum filme que vira, ou alguma estória que lera ou ouvira contar, sei porém que é vida passada, pois vivi intensamente toda ela, numa regressão espontânea.

No caso acima houve uma gravação original, real, vivida, e toda vez que a passássemos, como um vídeo, estaríamos vivendo, no presente, o passado, ou uma vida anterior.

As dimensões que vivemos lá fora se integram; achá-las é uma questão de sintonia vibracional, como se fôssemos um aparelho de rádio receptor, em ondas longas, médias, curtas etc., as estações estão no ar, é só sintonizá-las, passado, presente, futuro, Brasil, América, Europa, Lua, Vênus, Universo. Nesses planos, principalmente no astral, é onde se encontram os maiores problemas que refletem no mundo físico; entramos no mundo imaginativo, no mundo das formas de pensamento, onde as idéias, as invenções, são encontradas e nós as vemos materializadas; na densidade material correspondem àquele plano. Encontramos lá muitas pessoas inconscientes, trabalhando, viajando, dando asas aos mais variados tipos de fantasias e desejos. Encontramos seres com várias formas de feições, automóveis, naves do espaço, tudo enfim. Enquanto não aprendermos a lidar com esse plano e sabermos o que nele é real e o que é fantasioso, é melhor não interferirmos, não nos envolvermos em algumas situações que possam surgir, para não nos enredarmos.

Passamos a ter uma necessidade no plano físico de estudar sobre o assunto, conversarmos com pessoas que já tenham tido experiência sobre o mesmo, integrarmos-nos em discussões e palestras a esse respeito.

## **Os vários corpos**

A Alma cria o seu próprio Universo. É como se fosse um mergulhador que descesse nas profundezas do oceano, e necessitasse de proteger-se das altas pressões. Teria que vestir roupas adequadas e ter um escafandro ou até um sino de mergulho.

Quando a Alma, ou átomo de consciência, vem para o Planeta Terra, tem que vestir várias roupas. Ela veste primeiro a roupa mais próxima, mais íntima, a roupa mental, (o causal é uma parte do mental), a roupa astral e então a roupa física. Há entre a roupa física e a astral uma camada que entremeia as duas, conhecida como perispírito, etérica ou ideofoma, é uma energia visível, e com um pouco de concentração poderemos visualizá-la. Exemplificando: se pusermos nossa mão sobre uma mesa branca ou creme com uma luz não muito forte (40 Watts) acima, e fixarmos nosso olhar sem esforço na mesma por uns 10 minutos, veremos uma película de energia de 5 a 10 mm de espessura. Essa parte etérica pertence ao astral.

Essa camada energética recobre todo o nosso corpo físico, e na região da coluna vertebral dá origem aos vórtices dos chakras principais (rodas de energia de forma afunilada) que se projetam para a frente do nosso corpo.

O corpo etérico é a energia que circula no nosso sistema nervoso e permite as comunicações de toda a área nervosa; é ele, ou melhor, esta parte do plano astral, que fica no nosso corpo físico, protegendo-o e mantendo suas funções vitais, quando nos desdobramos.

A classificação dada a esses corpos varia conforme as escolas esotéricas. Os chakras principais são

sete, e seu estudo está bem definido nos livros especializados.

A utilidade do desdobramento é que tudo o que é mencionado nesses estudos pode ser visto "in loco" pelo interessado: nosso corpo físico, nosso cérebro, nossa circulação, etc.

*Certa ocasião, um amigo, numa saída, quando retornava após uma aula, passou por um vaso sanitário e olhou sua água (o vaso estava limpo) e notou dentro dele o movimento de alguns microorganismos, que a olho físico, olho nu, não seriam vistos.*

*Seu instrutor pediu que olhasse mais atento e escolhesse um deles para observação, que olhasse com mais profundidade, e qual não foi a sua surpresa quando, ampliando sua visão, começou a ver seu tubo digestivo, quase uma linha reta, e notou que o micróbio engolia algo na água, um alimento, via todo o trajeto da comida e a expulsão dos resíduos. Tudo isso em poucos minutos, uma aula ao vivo de microbiologia.*

Podemos tentar definir desdobramento consciente como a saída consciente do corpo físico, como a mudança de um plano dimensional para outro, nele agindo, participando, com pleno controle de nossas ações.

Muitas escolas esotéricas que ensinam o desdobramento o cercam de muitos cuidados, para que, uma vez fora de nossa matéria física, não perturbemos as outras dimensões. Caso o façamos, pois mesmo tutelados temos certa liberdade, qualquer ação discordante retoma para nós com uma rapidez incrível.

Muitas vezes recordamos vidas passadas e, nessas lembranças, a experiência pode ser um pouco traumatizante ou não, poderíamos dizer portadora de karma (causa e efeito) negativo ou positivo, e nos ajuda muito a acertar problemas que trouxemos para a vida presente. Se na vida anterior, numa ou mais ações, estávamos conscientes de que agíamos dentro dos padrões éticos da época, não adquirimos karma negativo. Podemos dar um exemplo elucidativo: um guerreiro Samurai, que luta por um príncipe e sofre uma derrota, e conclui que para manter a sua honra imaculada, de acordo com o Bujido, código samurai, deve fazer o Harakiri, ele o faz e transcende sem karma negativo. Se o mesmo ato fosse feito por um católico, diferente estado de consciência, este adquiriria karma negativo.

À medida que subimos nos planos superiores, subir é uma força de expressão referencial, todos eles se integram, é só uma questão de sintonia, nos sintonizamos com vibrações mais puras, entendemos que nossos débitos e créditos, que temos no presente e que trouxemos do passado, podem ser zerados, resgatados, equilibrados. É só tomarmos uma atitude de imediato, no presente, no "aqui agora".

A medida de nosso progresso nos é dada pela nossa harmonia interna, começamos a sentir-nos bem, em paz com o mundo, tranquilos. No começo nosso comportamento pode parecer forçado, mas nada deve ser forçado, deve ser natural. Se a intenção vem de dentro, o comando desce da Alma para a mente e para o corpo e, por intermédio da vontade e constante atenção, ela começa a fazer parte de nossos hábitos, como comer, dormir, andar. Quando tal modo de ação se torna costumeiro nosso grau de atenção no presente se torna altamente ativo e acurado. Desse momento em diante nossos extra-sentidos se ativam, começamos a ter clarividência, clariaudiência, etc., despertadas de uma maneira natural num processo evolutivo de equilíbrio, e começamos a usá-las sem exibicionismo, no anonimato, para bem do todo.

Esse é um crescimento equilibrado de espiritualidade.

No caso de um crescimento desordenado, desalinhado, teríamos um desequilíbrio, insuflado pela vaidade. O que pretendemos dizer é que devemos ler bons livros, freqüentar boas escolas, termos bons mestres.

Há aproximadamente sete anos, na Inglaterra, passei pela experiência do chamado "déjà vu", confirmada depois por uma regressão. Estava, com minha família, percorrendo a Torre de Londres, e nossa guia, uma alemã muito exigente, nos conduzia como um bando de escolares com medo de

perder um turista.

A todo instante nos contava, só faltava nos amarrar. Chamei meu pessoal para um canto, e falei: vamos fugir um pouco da guia e depois encontraremos nosso grupo no ônibus.

Enveredamo-nos por um corredor que dava para uma escada circular, que descia para um salão também redondo, com janelas em arco. No seu centro havia um cepo grande, de madeira, com uns 80 centímetros de diâmetro e uns 50 centímetros de altura, nele fincado um machado, arredondado na ponta do fio, e menor no encaixe do cabo, que tinha, mais ou menos, um metro de comprimento.

Gelei dos pés à cabeça, fiquei branco, não conseguia pensar, e me apoiei na parede para não cair. Não querendo que notassem meu estado, procurei rapidamente recompor-me. Meus familiares perceberam e me chamaram, preocupados. Disfarcei e procurei pôr a culpa no café da manhã, que tomamos às pressas.

Nossa guia apareceu e estava muito zangada por termos nos dispersado; para não retrucá-la, afinal, era a maneira mais certa que ela achava estar fazendo o seu trabalho, a seguimos em silêncio.

Voltamos para o hotel, e à noite, como todo bom turista que quer comer tudo com os olhos, fomos passear novamente. Fui dormir tarde e bastante cansado.

*Sonhei que estava numa masmorra, abriram a porta da mesma e vieram buscar-me, um padre de preto e quatro homens com capacetes e peitorais de aço, com espadas ao lado, portando também lanças com pontas em forma de machado. Não consegui, pelo local e pelas roupas, determinar o país e a época; estava bem consciente. Fui levado para um salão onde havia mais pessoas. No centro do mesmo, vocês podem concluir o que tinha... Olhei para o machado e resmunguei: Ah, não, outra vez? Não houve jeito, me puseram de joelhos, a cabeça no cepo, havia uma reentrância para o pescoço, senti em frações de segundo como que um fio gelado de aço tocasse na minha pele, atrás do pescoço, ouvi o estalido da vértebra partindo-se. Senti um calor na garganta, o gosto de sangue me engolfando e tudo ficou escuro.*

Acordei no presente, sem susto, calmo e tranqüilo, e a experiência fora de uma vida passada, e senti toda a cena do passado mas também com consciência do presente. Fui ator e espectador ao mesmo tempo.

Um fator importante que temos que observar na outra dimensão é o local, o tipo racial das pessoas, trajes, cores, construções, veículos, placas, vegetação, tudo enfim que nos possa servir de referencial, para que quando no físico possamos escrever de imediato e ver se conseguimos uma localização mais precisa do local onde estávamos.

Não importa a hora em que acordemos, temos que anotar as informações, caso contrário nossa vibração muda, saímos de sintonia e esquecemos de tudo.

Como comentei anteriormente, nos sonhos somos levados, conduzidos e, quando nós entendemos a incoerência de alguma situação (aqui não se trata de regressão) e nos conscientizamos, é muito bom, ficamos incrivelmente felizes, passamos para o desdobramento com controle.

*Um amigo teve uma experiência desse tipo: ele estava fora e encontrou um conhecido que começou a saltar na sua frente. Dava saltos de um metro de altura, ele riu da façanha do companheiro, disse que pularia mais alto do que ele, e pulou mais de 30 metros. Quando estava no alto, percebeu que o que estava fazendo seria impossível de ser realizado no plano físico, estava portanto no extra físico. Conscientizou-se no sonho, acordou nele, e foi para a sua aula no plano em que estava.*

A saída é um ato natural, é como nadar, uns caem n' água e saem nadando, outros necessitam ir à escola para aprender.

A maioria das pessoas que saem do corpo com facilidade o aprenderam em vidas passadas, estão somente recordando-se, aperfeiçoando-se, já escolheram antes de nascer o tipo físico que teriam para continuarem seu desenvolvimento. Quem está começando tem que esforçar-se um pouco mais; o Sol nasce para todos.

O desdobramento é algo natural para o homem. Estamos aqui no Planeta para cumprirmos uma missão, uma escola, um aprendizado, e não para sofreremos algum castigo. Se houve alguma falha de engenharia genética ou algum acidente que diminuiu nossas capacidades, temos que recuperá-las e corrigir onde erramos ou erraram, adquirindo assim consciência de quem realmente somos. Temos que atuar com conhecimento, sem desejos de apego e poder, sobre essa energia que temos, e buscarmos nossa plena consciência.

Uma das maiores preocupações do homem é investigar de onde veio, para onde vai, porque está aqui. Cosmogênese, Big-Bang, se somos Deuses ou partículas divinas. A maior parte das pessoas aceita a existência da Alma; que somos infinitos; que não temos fim numa ponta, mas aceitaríamos também que não tivemos princípio na outra ponta, não como homem, mas como infinitos átomos de consciência.

No plano extra físico, acima do plano mental onde não há tempo, nem espaço, não existiu princípio, sempre esteve, sempre houve, nunca começou.

Essa consciência tem que ser buscada sem esforço. O esforço provoca uma reação contrária; devemos estar calmos, tranquilos, nada desejando, nada buscando. Devemos concentrar-nos numa figura de um mestre, o que preferirmos, num ponto, e deixarmos acontecer. Um bom observador da natureza, uma pessoa atenta no seu trabalho, no relacionamento familiar, que ama a vida no seu cotidiano, vai adquirindo consciência maior. Essa consciência para ser despertada não segue regra fixa; cada um é cada um. Podemos comparar nosso cérebro com uma caixa d'água de determinada capacidade. Em algumas cabem somente 100 litros, em outras 200 e assim por diante, não adianta forçarmos seu volume, não cabe uma gota a mais. Se porém, dermos vazão a essa água, abriremos uma torneira e deixarmos vir mais água de uma fonte supridora superior, nossa capacidade não terá limites. Se, em vez de nos embotarmos, nos cristalisarmos, darmos passagem, estudamos, nossa consciência se eleva. Passaremos a usar a parte adormecida do nosso cérebro, ligamo-nos com a fonte infinita do conhecimento universal, começaremos a usar o raciocínio da Alma, a intuição. Não teremos que ser, já somos.

Quando nos desdobramos e fazemos perguntas ao nosso instrutor, muitas vezes ele nos mostra algo completamente diferente, nos dá uma resposta que parece não ter nada a ver com o que perguntamos. O que temos realmente é que prestar muita atenção, não importa o que se pergunta e sim o que nos é respondido. A resposta contém muitos ensinamentos, vai muito além do que havíamos perguntado.

## **Cobrança**

Hobby é tudo aquilo que fazemos nas horas de folga, para passar o tempo de uma maneira agradável. O desenvolvimento espiritual quando é estudado, feito no nosso tempo livre, é como que um hobby, porém se nos toma o tempo integral e como temos que sobreviver no plano físico, poderemos cobrar por nossos serviços. Isso em nada diminui o nosso desenvolvimento. O que importa é que se transmite, que tem que ser feito com pureza de intenções. O dinheiro porém já estragou muito trabalho elevado. Quando dá poder, dá vaidade, insufla a ambição e começam as lutas de interesse. É difícil no plano Terra manter uma escola pura.

## **Missões**

Já mencionei anteriormente o fato de nos incumbirem de certas tarefas ou missões. Um dos grandes problemas na Quarta Dimensão, quando não temos a ajuda de uma boa escola; saímos do plano físico com um alinhamento não certo, uma sintonia incorreta e encontramos pessoas que se apresentam como famosos mestres, e nos dão missões fantásticas. Encontrei pessoas querendo construir naves espaciais para salvar, num apocalipse, o maior número de seres terrenos possíveis. Pessoas criando comunidades, abrigos de sobrevivência, não falo de todas, existem comunidades de alto nível ecológico e educativo. Vi muitos chefes de família sacrificando os seus financeiramente, e

usando o seu tempo útil de cidadão para cumprir tarefas absurdas, outros julgando-se Buda, Moisés, Cristo, Nefertite, Akenaton, servindo de joguetes a entidade espirituais por não estarem preparados.

Nenhuma missão que nos derem é impossível. A missão de vivermos no Planeta e cumprirmos com nosso dever cotidiano de trabalho, procurando ao mesmo tempo nosso desenvolvimento espiritual, para transmiti-lo por palavras, exemplos, comportamento ético, ou mesmo silenciosamente, distribuindo energia, com pensamentos de harmonia e paz, já é um grande trabalho.

Se tivermos alguma coisa maior a fazer, os meios nos serão facilitados, estarão ao nosso alcance. Seremos quase que empurrados nessas tarefas. Nosso livre arbítrio é respeitado desde que façamos o que tem de ser feito.

Fanatismo é um comportamento obsessivo que nos faz crer em algo como sendo uma verdade absoluta e incontestável.

Como o Universo está sempre em mutação, uma verdade também se modifica, deixa de sê-lo com o transcorrer do tempo. Houve época em que dizer que a Terra era redonda era crime.

O absurdo é que muita coisa é dita em nome do esoterismo.

É uma pena, quantos ensinamentos maravilhosos são mal transmitidos. Quantas palavras são mudadas alterando o seu significado para obter-se vantagens religiosas, políticas e financeiras, na conquista de mais poder; entretanto não devemos preocupar-nos muito pois trata-se de uma fase de transição necessária.

## **Espiritismo**

É uma escola marcante que nas suas diversas nuances executa um maravilhoso trabalho. Seus livros, suas sessões, seus passes, suas desobsessões e outras tarefas a que se propôs e propõe, são fora de série. Muito sacrifício, muita luta, muito ensinamento.

*Um fato interessante foi o de um grupo nosso que assistiu, fora do corpo, a uma sessão espírita. Foi mostrado, sem que pudéssemos interferir no trabalho, como os médiuns atuavam, como os espíritos trabalhavam por seu intermédio, o que era incorporação parcial, total, como os espíritos mentores dirigiam tudo. O trabalho não era nosso e tivemos que obter permissão para assisti-lo. É o caso da hierarquia dos planos, das leis que o regem. O plano astral, por exemplo, é enorme. Nele existem muitos sub-planos e ordenações.*

O grupo do qual participei, no caso acima e em alguns outros casos, era composto de umas 20 pessoas: médicos, engenheiros, advogados, dentistas, psicólogos, operários, donas de casa, o mais heterogêneo possível em idades e profissões. Nosso trabalho porém era homogêneo. Comentávamos nossas experiências com muito entusiasmo, algumas com lembranças totais, outras parciais.

Para entendermos nossas saídas, os nossos instrutores nos faziam passar por etapas (testes). As provas eram as mais incríveis possíveis, porém nunca eram assustadoras e não exigiam sofrimentos purificadores.

Quando saímos e observamos nossa matéria respondíamos à pergunta: - quem sou eu? - algo mais que o corpo físico.

A Alma existia. Por mais que falassem que ela era real, nada melhor do que vermos com nossos próprios olhos.

Nas primeiras saídas não víamos nosso acompanhante, principalmente se aparecesse em nossa casa à noite ele assustaria, poderíamos pensar ser um assaltante, retomariamos, de imediato, para o nosso corpo físico.

Muitas vezes sem ver ninguém ao meu lado me senti puxado pelo braço. Outras vezes ouvia uma risada jocosa por algum erro que cometera.

Quando nosso instrutor se mostrava, era porque estávamos prontos. Ele nos mostrava nosso corpo físico e nosso olhar extrafísico via através do mesmo. Víamos cérebro, circulação, tecidos, coração, etc. Nos eram mostradas algumas deficiências, inclusive como poderíamos aperfeiçoar nossos desdobramentos. Aprendíamos realmente o que éramos, como era a nossa máquina, e como maquinistas a poderíamos manobrar e como poderíamos fazê-lo melhor.

Era-nos respondido porque estávamos ali, naquela família, naquele país, que tipo de karma tínhamos para balancear. Revivíamos algumas vidas passadas, inclusive a última, para que pudéssemos relacioná-la com a presente e para que entendêssemos os vínculos que havíamos criado. Poderíamos então encontrar as maneiras de acertarmos nossas contas e assumirmos novas tarefas. Uma delas, a principal, seria transmitirmos nossas experiências para outras pessoas.

*Tive, há três anos, uma saída que me tirou muitas dúvidas. Fiz uma série de respirações conscientes, pranayanas, procurando relaxar o corpo deitado, concentrar a mente na glândula pineal. Senti-me deslizar saindo pelos pés como uma folha levada pelo vento suavemente. Fiquei em pé, de costas para a minha cama, eram 23 horas. Pareceu-me ter escorregado de dentro de um tubo, olhei-me e notei que estava de jeans, a camisa azul clara e os sapatos esporte, exatamente o traje que usara durante o dia todo. Não havia percebido que saíra, estava perguntando-me: - como é que estando de pijama me encontrava agora de pé e vestido para sair? Voltei-me lentamente e me vi deitado. O que havia antes me assustado agora me alegrava e muito. Falei para mim mesmo: - Que bom, saí do corpo! Ouvi uma risada do lado, não liguei, poderia ser a minha imaginação.*

Fora da matéria formamos geralmente uma roupa, em pensamento, para usarmos. Nela pensamos e pronto, aparece em nós, geralmente usamos a que ficou mais tempo conosco durante todo o dia.

*Sem mais tempo a perder, saí do meu quarto contornando a minha cama. Quando estava perto dela, perto do meu corpo físico, comecei a sentir uma inclinação no meu extra-físico, e comecei a andar em 45° em relação ao solo, começando a deitar-me. Percebi a atração da matéria como um ímã. Saltei logo para o corredor na frente da porta voando baixo, 40 centímetros do chão. A atração não fora a de uma necessidade de retorno, que é irresistível, e sim a imantação que a proximidade do corpo físico traz. O processo de retorno é natural, estamos sempre em sintonia ultra acurada com o nosso corpo físico.*

Fora do nosso corpo físico voamos, atravessamos portas fechadas, enxergamos através de paredes, fazemos coisas incríveis.

*Quando cheguei na sala, tentei passar através da porta e não consegui, estranhei, pois já o havia feito no meu quarto. Olhei melhor para a porta e, em cima da mesma, encaixada na moldura do batente, havia um pequeno crucifixo. Ele nos fora dado por um padre amigo que benzera a casa. Ele havia pedido que lá o colocasse para proteção, bloqueando-a. Afastei-me da porta, tomei impulso e parti para cima dela como se fosse arrombá-la com o ombro. Passei para o lado de fora nem sei como. É interessante notar aqui como os meus condicionamentos religiosos me bloquearam. No corredor vi meu cachorro, um Dog Alemão, que veio ao meu encontro todo feliz e qual não foi a sua surpresa quando passou através do meu corpo extra-físico. Tal fato deu-me a certeza de que os animais têm percepção extra-sensorial. O pobre cão ficou bem intrigado e passou a latir para mim.*

*Saltei o portão numa altura de uns 20 metros e rumei para a cidade. Morava na ocasião no bairro Jardim Europa. Fui até a Loja Mappin, no centro, em frente ao Teatro Municipal. Entrei pela porta principal, no térreo do lado direito havia um balcão cheio de relógios. Vi um Citizen à prova d'água, despertador - seu preço, Cr\$ 3.079,00. Dentro da loja vi passarem algumas pessoas olhando as vitrines e algumas trabalhando (fora do corpo, é claro). Encontrei também um senhor vestido de Papai Noel, fui falar com ele e notei que se assustou comigo e saiu correndo para a rua. Eu fui atrás dele. Correu para o viaduto e eu voando acima uns três metros. Quando ele me viu no ar ficou apavorado e correu mais ainda. Resolvi, arrependido, parar com a brincadeira e comecei a "curtir" meu vôo. Era uma sensação maravilhosa de liberdade, indo da Praça do Correio até a da*

*Bandeira, comecei então a querer voar mais velozmente e as luzes em baixo se tornaram verdadeiros riscos. Reparei que estava sendo puxado pelo braço direito, mas não vi ninguém.*

*De repente comecei a ir para trás e para baixo rapidamente, voltei para o meu corpo físico. Não gostei de ter regressado, mas meu tempo se esgotara, havia dispendido muita energia naquele vôo tão incrível. Olhei para o relógio, eram 23h15m, tudo se passou em 15 minutos.*

A noite da experiência era a de domingo para segunda-feira, acordei cedo e fui para o trabalho, cheguei lá às 7 horas, às 9 horas estava no Mappin, comprando o relógio que vira pelo preço exato que vi durante a saída. Fiquei feliz pois provara a mim mesmo a validade da experiência.

Dois dias depois tive uma saída no presente e repentinamente fui para o passado (talvez 1920).

*Era uma sexta-feira, 23h30m, quando após alguns exercícios respiratórios com contagem intercalada fui dormir. Senti uma sensação de inflar como um balão. Meu corpo cresceu para todos os lados e comecei a sentir um balancear. Estava preso ao magnetismo físico. Como aprendera como agir nesse caso, procurei dar mais balanço, para sair assim da barreira física. Dei uns três impulsos e escapei de lado.*

*Saí de casa e passei por cima da Avenida Faria Lima, estava procurando encontrar uma festa, no Morumbi, onde minha filha fora. Eu estava tentando, se achasse o local, notar algum fato, reparar nas pessoas que lá estivessem para depois comentar com ela a respeito.*

*Em cima da Faria Lima encontrei com dois amigos do meu grupo de desdobramento. Falei com um deles que me respondeu conscientemente, dizendo que ia para uma aula. O outro nada falou e nem me reconheceu. Do alto avistei uma casa toda iluminada, enorme, com altas colunas e gramados amplos com várias árvores. Desci e notei que estava usando roupa esporte (calça, jeans, etc.), as pessoas na festa usavam smoking, as mulheres de saia curta estilo melindrosa.*

*Os penteados masculinos eram lisos com brilhantina e os femininos, curtos. Senti-me deslocado com os meus trajes, imediatamente notei que já estava de smoking, tinha um bigode e estava fumando voltara provavelmente para o passado.*

*Passei entre os convivas e reparei que todos me cumprimentavam com cordialidade. Comecei a aproveitar o ambiente. De repente duas pessoas me pegaram pelo braço e começaram a levar-me para uns arbustos junto ao jardim, estavam praticamente arrastando-me. Soltei-me com um safanão e falei em voz alta: vocês querem me matar a tiros mas eu não vou passar por isso novamente. Eles ficaram muito espantados com minha reação; imediatamente, saltei para o ar. Lá no alto olhei minha roupa, era novamente esporte. Meio transtornado retornei para o corpo. Tratou-se de uma regressão, terei que repeti-la para lembrar como morri naquela vida.*

## **Cromologia, cromoterapia, consciência do eu e consciência de Deus**

Temos consciência do que somos quando começamos a desdobrar-nos e passamos a entender nossa eternidade, e temos consciência de Deus quando entramos em contato real com o Universo e entendemos a grandeza da criação.

Na praia existem infinitos grãos de areia. Nós somos o grão de areia e Deus a praia. Um grão de areia parece ser nada na praia, mas a praia não existiria sem o grão de areia. A Alma para manifestar-se no Planeta necessita de vários revestimentos. O átomo de consciência (Alma) é energia pura, emite uma luz tremendamente brilhante, as demais camadas que a revestem emitem uma luz menos intensa, a luz é cor.

Cada vestimenta tem sua tonalidade de cor com suas nuances. Elas refletem externamente ao corpo físico inversamente. A cor da Alma é a que parece mais externa, a cor do corpo astral é a que fica mais perto do corpo físico, e em seguida a do corpo mental.

A cor síntese é a branca, e as sete das quais ela se compõe são as cores do espectro solar (vermelho, laranja, amarelo, verde, azul claro, índigo e violeta). Violeta é a cor de vibração mais alta. Existe

uma série de livros sobre cromologia, cromoterapia, sete cores, sete raios, etc.

Podemos usar as cores para cura (cromoterapia), mas temos que estar tranquilos e conhecer o seu funcionamento. Se, por exemplo, quisermos tranquilizar uma pessoa que esteja nervosa, poderemos envolvê-la numa nuvem cor de rosa, porém se estivermos irritados ao invés de ajudarmos nós a prejudicaremos. É importante também sabermos se a pessoa em pauta quer a nossa ajuda, se a pediu, caso contrário estaremos nos envolvendo karmicamente com os problemas da mesma.

A cor vermelha é a cor da vida, pessoas de mente forte, se for escura indica egoísmo. A cor laranja é da saúde e vitalidade, a amarela é de um bom desenvolvimento espiritual, verde é de individualismo, azul de sinceridade e sabedoria divina, violeta de mente forte, poder e assim por diante. As cores podem ser brilhantes, pálidas e nubladas. Nas pálidas as qualidades positivas são mais fracas e nas nubladas o negativismo é maior. A cor marrom não é ruim, indica organização; a cor preta na aura indica tendências negativas e a cor marrom escura onde aparecer indica disfunção orgânica local.

A síntese das cores é a branca, cor que denota alta espiritualidade, é uma cor difícil de perceber-se, o branco dá difícil contraste visual e são poucas as pessoas que a têm acentuada.

Tentei fazer um resumo sobre cores, seu estudo é muito extenso, podemos até arriscar uma previsão de que a cromoterapia será uma auxiliar de vital importância, imprescindível para a medicina no futuro.

*Nas aulas que temos fora, geralmente 30 pessoas, ficamos numa grande sala e, à medida que a energia que permite a permanência de um aluno ausente de uma matéria física vai se enfraquecendo, este volta para o corpo, começamos a perceber que a classe diminui, vão desaparecendo de um em um. Tivemos numa dessas aulas um aluno que sempre que voltava para a matéria esquecia-se do assunto que nela fora tratado. Pediu então para o seu acompanhante (nem sempre o acompanhante é o professor - ele só nos leva para a aula), que o ajudasse a lembrar-se, a ter consciência da matéria dada.*

*O acompanhante criou um frango, uma galinha viva e colocou-a debaixo do braço do rapaz, que ficou o tempo todo durante a aula trocando a galinha de um braço para outro, ela incomodava muito. "Voltando ao físico não se lembrou mais da aula, sabia que estivera numa classe, mas do quê? Qual não foi sua surpresa mais tarde, quando vendo um programa de televisão viu um anúncio de frangos assados, firmou sua atenção no fato e logo se lembrou da aula toda.*

## **Captação de energia**

Quando nascemos respiramos pela primeira vez, a Alma assume então o corpo físico (primeiro alento). Respiramos para viver e, ao morrer respiramos pela última vez (expiramos).

Quando estamos atentos na respiração recebemos além do oxigênio e demais componentes do ar, o prana, a energia vital, estamos fazendo pranayama.

Poderemos ver o prana quando estivermos numa praia, num dia de sol, e olharmos o mar na altura do horizonte: notaremos pequenos pontos brilhantes entre o mar e o céu - isso é prana.

Se girarmos um disco de latão ou cobre e nele friccionarmos uma escova com cerdas de metal, produziremos um atrito que capta eletricidade. Não falo de gerar eletricidade porque eletricidade não é gerada, ela está solta no ar. Colocando fios nessa máquina (máquina eletrostática) teremos um corrente elétrica que ativará equipamentos.

A eletricidade está no ar, ela é a força vital agregadora, motora e desagregadora da vida. De onde ela provém? - do Sol, a fonte da vida na Terra. Nosso Sol também se originou de outro Sol que se desagregou em diversos Sóis.

O Sol central do nosso Universo é Sirius.

Sendo nosso corpo físico energia concentrada temos que supri-lo de energia elétrica suficiente para que nossa bateria possa ficar sem o gerador durante algum tempo (autonomia) e assim, possamos afastar-nos do corpo sem problemas energéticos.

É tão importante a respiração, que tendo controle sobre ela dominamos a raiva, a angústia, a tristeza e mantemos nosso equilíbrio.

Muitas vezes no desdobramento, quando estamos saindo do físico, percebemos que não estamos respirando mais, o físico continua respirando e o extra-físico não necessita respirar, não respira, se ficarmos afobados com tal fato voltamos para o corpo físico para respirar e acabamos perdendo uma saída.

Tal ação é desnecessária, fora do corpo físico não respiramos (não temos pulmão) nossa matéria física fica tranqüila respirando, o difícil é superarmos um hábito.

## **Kundalini**

Conta a lenda hindu que a Deusa Kundalini desceu para a Terra presa a uma corda, e que essa se rompeu. Assustada a Deusa se escondeu dentro de uma caverna. Esta lenda simboliza a energia que temos aprisionada em nosso chakra Básico ou radical.

A energia nos planos superiores é de um só tipo, é única, nem negativa, nem positiva. A medida que ela se aproxima dos planos inferiores se divide em positiva e negativa, em Cósmica e Telúrica. Se mal associada produz acidentes, curtos circuitos, se estudada, conhecida e dominada, torna-se útil, produz energia, movimento, luz, e traz progresso.

Se encostarmos diretamente um fio negativo num fio positivo provocamos um curto circuito. Se enrolarmos um fio ao redor de um tubo "n" voltas, e ligarmos numa ponta uma corrente negativa e noutra ponta uma corrente positiva, teremos uma bobina de campo, formaremos um eletro-ímã.

O nosso corpo é portanto energia eletro-magnética. Conforme a tensão das correntes que o percorrem expressamos nosso estado de ser, mais positivo ou mais negativo, o bem e o mal; podemos deduzir, portanto, o quanto foi dito e o quanto não foi dito, vedado, quanta polêmica mística, quantas palavras torcidas para complicar a eletricidade.

Quando enviamos energia elétrica para um local distante, temos que colocar de espaço em espaço um condensador que evita que a tensão da rede baixe, para que a energia seja mantida o mais constante possível e chegue ao seu objetivo equilibrada. Isto é o que tem que ser feito em nosso corpo físico. A energia principal sobe e desce usando nossa coluna vertebral, pelo vago, simpático e central ou “Ida, Sushuma e Pingala” (esoterismo), se agiliza nos chakras (condensadores) distribuindo a energia o mais equilibradamente possível por meio do cérebro (computador central) para todo o organismo. Esse trabalho feito conscientizadamente é o que chamamos despertar da Kundalini, harmonização das energias telúrica e cósmica. É um trabalho que devido à alta voltagem que é manipulada tem que ser feito com a assistência de um excelente mestre, caso contrário ocasionaria danos irreversíveis ao ser humano. Entretanto, se recebermos essa mesma carga em outros planos, fora do corpo, não corremos nenhum risco.

## **Acordar dormindo**

Acordamos no sonho quando nos apercebemos do absurdo da situação na qual nos encontramos se a mesma fosse trazida para o plano físico.

Um exemplo bem marcante de teste foi uma experiência que nossa grupo passou.

*Estávamos num campo de futebol, umas quinze pessoas, nossos instrutores seguravam vários cães próximos de nós, pareciam Dobermans raivosos. De repente soltaram os cachorros em cima do grupo que saiu correndo para o outro lado do campo, tendo suas pernas mordidas. No final do campo os instrutores seguravam os cães novamente, os alunos se reagrupavam, os Dobermans*

*eram soltos de novo e começavam a corrida novamente. No meio do campo alguns saltavam para o ar e saíam voando para longe. Em pleno vôo entendiam que haviam se desdobrado pelo fato de estarem voando, se conscientizaram, riam do artifício que os instrutores haviam usado e a cena toda desaparecia.*

Muitas vezes as ocorrências são fortes, mas tenho certeza de que os que cuidam de nós lá fora sabem da resistência física de cada discípulo, e nossas cargas nos são dadas de acordo com nossas forças.

Gostaria de fazer aqui uma observação: existem pessoas que tentam obter o desdobramento por meio de drogas, a mescalina, coca, LSD e alguns tipos de chá. Não passam de muletas, criam dependência, jogam as pessoas num plano vibracional tão baixo, e as deixam num atraso espiritual muito grande. É realmente um absurdo, um ultraje que fazemos ao nosso físico, o invólucro da Alma.

É uma ofensa ao nosso Eu superior que é a coisa mais sagrada do Universo. O uso de drogas mais parece o fruto de um trabalho intencional para atrasar a tarefa evolutiva e maravilhosa da raça humana.

Ainda não sei ao certo mas creio que o motivo real, na minha opinião, de estarmos aqui no Planeta é o de uma grande pesquisa, um aprendizado. Estamos como voluntários numa missão, submetemo-nos até a esquecer a nossa origem para agüentar o trabalho duro no físico. Temos uma liberdade vigiada para não estourarmos tudo, ou quase tudo como já o fizemos no passado, e como o tempo e o espaço só funcionam de um determinado plano para baixo, e sendo a Alma o ser real, infinita, temos todo o tempo do mundo.

Os ensinamentos das várias escolas diferem só por uma questão de semântica e classificação, enfoque, na realidade são todos iguais. As verdades ensinadas são idênticas, mas apresentadas em variáveis aspectos. Como as interpretações são diversas, devemos colocar todos os ensinamentos que recebemos na nossa prateleira da memória, analisá-las, testá-las uma, duas, dez vezes para depois aceitá-las como verdades, até prova em contrário. Temos, porém que basear-nos em algumas premissas para trabalharmos algum caminho espiritual mas, sempre com os pés no chão, sem fanatismo. O fanatismo bitola a consciência, embota o raciocínio. Pode até parecer uma incoerência o que vou dizer, mas temos que acreditar, ter fé para progredir. Uma vez escolhido o caminho temos que ir em frente. A dúvida gera o medo e o medo atrasa a evolução, não podemos nunca esquecer-nos do uso do bom senso, do equilíbrio.

Aprendi com um querido mestre (um livro muitas vezes é um bom mestre) que existem duas maneiras importantes de desenvolvimento espiritual: se jogarmos uma pedra bem no meio de um lago, provocamos ondas concêntricas partindo do centro até os seus extremos. Poderemos, da mesma maneira, partindo no nosso centro emitirmos e recebermos ondas de energia, como uma poderosa estação de rádio, sintonizamo-nos assim, dentro do nosso Eu interior, com os confins do Universo, transmitindo e recebendo de outras estações e até de uma estação central (Deus...?!).

As pessoas que assim o fazem são do tipo místico.

Podemos também sair do nosso corpo físico desdobrando-nos e procurando as mesmas sintonias lá fora; seríamos neste caso do tipo ocultista. Nada impede que um místico se torne um ocultista e um ocultista se torne um místico. Tais práticas nada têm a ver com o fato de sermos introvertidos ou extrovertidos. Prefiro a segunda maneira, acho-a mais dinâmica, talvez até mais atual, se bem que o desdobramento já é feito há milênios. Acredito que seja a maior pesquisa científica da humanidade desde que seja desmistificada, afastada de charlatães e fanáticos. Imaginem o que poderemos aprender, conscientes e sem restrições do corpo físico, usando outros corpos sem os problemas de oxigênio, gravidade e outros, poderíamos ir até o nosso Sol e a outros sóis.

No 4º plano podemos encontrar seres com matéria (vivos) sem matéria (mortos) e seres que não têm matéria (mais sutis), mas que se apresentam para nós com forma humana. Encontramos

também seres baixos (90 centímetros) semelhantes a nós, porém calvos, com as feições riscadas no lugar da boca, nariz e olhos, outros com mais de três metros, com feições humanas e bem fortes na compleição. Tratam-se de extras terrenos que usam muito a 4a. Dimensão para viajarem.

Usamos o nome 4a. Dimensão e não os termos astral, causal mental para evitar confusões - como os planos se interpenetram e dependemos para neles entrar de uma determinada sintonia vibracional. Cada plano tem suas subdivisões e, sendo cada região tremendamente grande, a orientação dentro delas é um pouco complicada.

Muitos seres de outros sistemas usam naves espaciais e as desmaterializam por um processo qualquer, usam a outra dimensão, nela viajando e depois se materializam quando necessário.

Existem momentos certos para essas viagens, para que certas ondas de energia que percorrem o espaço possam ser usadas, é exatamente como os antigos marinheiros usavam as marés, correntes marítimas e ventos.

Muitos desses seres não têm a matéria física mais densa como a nossa.

Perguntei uma vez a um instrutor por que não entram em contato direto com a humanidade; respondeu-me que há um princípio universal de não interferência evolutiva e, se uma experiência está sendo feita ela tem que ter o seu curso normal. Alguns contatos são feitos mas têm sempre alguma razão específica. Muitas vezes esses seres deixam seus corpos físicos nos seus planetas e viajam até nós com os seus outros corpos e, aqui chegando usam energia ambiente para formarem seus corpos aparentes, condensando assim suas formas.

Muitos alienígenas podem vir ao nosso Planeta durante o nosso ano todo, outros só têm um mês por ano para entrar e sair da Terra. Usam o cinturão de Van Allen, as correntes Eletromagnéticas Norte-Sul do nosso Planeta. Muitos estão aqui para pesquisa, prospecção de cristais e até de certos metais ainda por nós desconhecidos.

*Num feriado de tarde, após uma série de exercícios, tive uma saída. Estranhei um pouco pois estava muito escuro, quase não via nada, estava também de braços cruzados e me senti como que amarrado, comecei a esforçar-me para soltá-los. Com o esforço gastei muita energia e voltei aborrecido para o corpo - perdera uma saída.*

Mais tarde um amigo que passou por algo semelhante me esclareceu que, se eu tivesse calma, a escuridão aclarar-se-ia e, com tranquilidade, sem esforço eu pensasse em descruzar os braços estes se soltariam. O equilíbrio emocional é muito importante - o medo gera tensão, tensão é esforço e esforço é perda de energia.

Muitas pessoas que morrem e são colocadas no caixão com os dedos entrelaçados, ficam, quando são inconscientes, lutando desesperadas no outro plano, para soltar as mãos. Ficam fixadas na idéia das mãos presas no físico pois ainda não sabem do seu passamento.

### **Passado, presente e futuro**

Não devemos preocupar-nos muito com as vidas passadas. Realmente o passado não é mais que um pensamento que já tivemos. O importante é o presente, cada segundo que passa se torna passado.

Temos portanto, para um desenvolvimento espiritual, que nos disciplinarmos, praticar exercícios e o bom resultado, o êxito, vem cedo ou tarde.

Se plantarmos um ato ele se torna hábito que, se cultivado, dá um caráter e resulta num destino. O importante é termos hábitos saudáveis.

### **Mantras**

Vamos falar um pouco de mantra. O mantra é um som, um som musical, um som cantado, que se repetido durante algum tempo provoca em nosso cérebro determinadas vibrações que nos

sintonizam com outros planos.

Nosso próprio nome é um mantra. O mantra nos coloca num estado de relaxamento, de harmonia, possibilitando em muitos casos um desdobramento. Certos mantras de algumas escolas sintonizam seus discípulos com a sua egrégora.

Vamos lembrar que egrégora é um grupo assistencial extra físico que passa em determinado momento a dar assistência a um grupo que se reúne no plano físico.

Quando algumas pessoas passam a reunir-se em dias, horas e locais certos para um trabalho espiritual, a hierarquia do outro plano automaticamente providencia uma egrégora de apoio.

Quando o grupo no físico entoar um ou mais mantras se sintoniza com seus assessores, é um chamamento.

Existem várias técnicas de desdobramento, devemos procurar dentre elas a que mais se afine conosco, a que mais se adapte ao nosso tipo físico. Temos que treinar certas glândulas, no caso aqui seria a pineal. Conseguir desdobrar-se é uma etapa para a paranormalidade. Ter poderes, provocar fenômenos, não faz ninguém melhor do que ninguém, nem interessa que o sejamos, o que importa é sermos realmente felizes, conseguir o equilíbrio. Desdobramento é pesquisa e nele temos que obter consciência para nós, respostas certas, o que nos dará tranquilidade. Tive, como muitos o tiveram, experiências conscientes de desdobramento. Algumas muito particulares e outras não. Disseram-me que eu não deveria comentá-las, que todas eram particulares, individuais, e que se as contasse esvasiar-se-iam, deixaria de segurar comigo aquela coisa boa que tinha recebido. Estou completamente em desacordo, nós temos que ser canais.

O que experimentei e o que ouvi acho que devo transmitir. Estamos aqui para agir, aprender e ensinar, errar e acertar.

Se o professor não ensina o aluno, e se o aluno, mais tarde, um professor, não repassar o que aprendeu e ao ensinar não acrescentar um pouco do que é seu não haverá progresso.

Se não houver comunicação para que virmos ao Planeta?

Certamente a maior análise de uma experiência em saída é a nossa, mas o auxílio de quem já passou por algumas, ajuda muito, e evita muito tropeço, muita perda de tempo.

Numa outra saída creio que consegui provar o que Hermes Trismegisto, o grande mestre egípcio falou: "O que está em cima, está em baixo". Muitos dizem que o plano astral é o reflexo do plano físico. Exatamente, lá em cima se criam coisas que aqui no físico nós recebemos, é o plano das emoções e muito dos nossos problemas estão ligados a esse plano. Quando entramos no causal, verificamos o que houve no nosso passado e as injunções com o nosso presente, e pode até nos ser dado um meio de acertarmos nossa conta corrente de débitos e créditos e assumirmos nova missão. Se tivermos a felicidade de ultrapassar o plano mental, poderemos ver, vamos usar aqui uma imagem, de uma maior altura o que realmente se passa, nos despojarmos de todo maya\*, ilusão, e seremos os mestres de nossos destinos. Passamos a entender, sem ter necessidade mais do raciocínio. Passamos simplesmente a ser. Os regulamentos, dogmas, regras, já não nos dirigem mais, não que não os aceitemos, temos que fazê-lo para viver no plano físico, mas não nos afetam mais. O maya é a ilusão e não é a ilusão. Enquanto estivermos dentro das áreas em que ele funciona estaremos presos à causalidade, ao karma, a todas as tramas dessas regiões. À medida que nos desenvolvemos, adquirindo uma energia mais alta, uma sintonia mais pura, livramo-nos das interferências, das correntes parasitas, nosso cérebro passa a usar aquela parte até então inativa, e se soubermos usar as quatro qualidades que nos serão dadas, com equilíbrio - Amor, saber, poder e liberdade -, chegaremos lá.

Quando temos um desdobramento perfeito, percebemos todos os momentos da nossa saída, sentimo-nos deslizar fora do corpo físico, passamos por um túnel em espiral (chakra) e estamos fora. Somos sugados por essa espiral como num rodaminho na água.

Nós temos em nosso corpo físico chakras que são rodas de energia que se iniciam na nossa coluna vertebral, próximo das vértebras (corpo etérico) que se projetam para nossa frente, abrindo o funil. Há em cada chakra um turbilhão muito grande de átomos, e como o átomo é um sistema solar, podemos chamar o chakra de galáxia.

O chakra se expande, se contrai, faz movimentos rotativos.

Nosso corpo físico, considerando as distâncias interatômicas, como distâncias interestelares, é um microuniverso, idêntico ao macrouniverso. Quando nos desdobramos, portanto mudamos de Universo.

Podemos concluir por uma análise seqüencial que saímos do nosso corpo físico e entramos no corpo físico do Homem Cósmico, o Deus do nosso Universo, um ser de estupendas proporções. Não é o homem, a imagem e semelhança de Deus?! Não existiriam vários universos? Deduzimos então que a busca é infinita, nunca tem fim.

Uma experiência interessante que me contaram se deu com uma pessoa do nosso grupo.

*Ele fez o exercício, saiu do corpo, ficou algum tempo fora e retomou, se aproximou do seu físico esperando ser atraído por ele e nada... Pegou na sua própria mão e começou a ficar preocupado. Acabou sem saber mais o que fazer para reincorporar, sentou-se em cima do seu corpo. De repente se encaixou. O que ocorreu era que estava com o físico muito energizado, poderia ter ficado fora mais tempo e aproveitado mais sua saída.*

No plano astral existe um museu onde, tudo o que foi, está sendo e será inventado, está guardado.

Fazendo uma espécie de futurologia especulativa, poderemos ver tudo o que poderá ser feito com o controle do desdobramento: a medicina entraria no nível atômico, estudaria a origem das doenças, usaria a cromoterapia, trataria os outros corpos mais sutis.

A psicologia poderia falar com o ser em outro plano, ouvir a verdade real a respeito da origem dos traumas, ver diretamente o passado de um paciente.

O engenheiro poderia montar em formas pensamentos, inventar estruturas e máquinas; poderia estudar como certas construções históricas foram feitas.

O historiador veria "in loco" o que realmente se passou em determinadas épocas.

A saída do corpo físico funciona como a bateria de um carro. Quando está carregada de energia, se desliga, por meio de um relê e fica autônoma por algum tempo, não necessita da carga do alternador (gerador). Quando se descarrega até um certo ponto o relê (o contato) se fecha e ela volta a receber energia da fonte geradora (alternador).

Quando absorvemos prana e carregamos nosso organismo de eletricidade nós temos melhores condições para um desdobramento.

A energia realmente é uma só, nos planos mais baixo (vibração), ela se divide em negativa e positiva, YING-YANG, bem e mal, etc. Como mencionado anteriormente, se soubermos usar os dois pólos com equilíbrio (no caso de bobina), provocaremos com a eletricidade um efeito: eletromagnetismo - teremos num lado atração e no outro repulsão -; duas forças, uma centrífuga, outra centrípeta -; gravidade e anti-gravidade, saída da matéria e entrada na matéria..

Nosso corpo é uma usina de força elétrica e sua central de comando, o computador, está no cérebro, e como se consegue um bom técnico de computador? Com estudo e prática, ou seja: leitura e exercício.

Se temos um rádio (AM/FM) regular e passamos junto a uma emissora no qual não estejamos sintonizados, o rádio não sendo de boa qualidade (potência) sofre interferência, sofre estática, correntes parasitas, etc. Um rádio bem sintonizado, de uma boa frequência e filtragem, não tem problemas. Se estivermos bem energizados numa saída do corpo, como um rádio de boa qualidade, não teremos interferência de outras estações próximas, estática e outros problemas. Em termos

esotéricos essas ocorrências se chamam: miasmas, substâncias deletérias, formas de pensamento negativas, sintonia em baixo astral.

Para medirmos as vibrações nós consideramos o número de ondas que elas têm durante determinado tempo. Essas ondas (senóides) formam ciclos chamados Hertz (em homenagem a seu descobridor).

Quanto mais altas as vibrações, mais curtas são as ondas e maior o seu número por segundo, quanto mais baixas as vibrações mais longas as ondas e menor o seu número por segundo.

Poderíamos exemplificar a criação do Universo: no princípio era o verbo e depois veio a luz.

Podemos então comparar o princípio como uma reta e uma luz branca; quando esta reta vibrou (som) a luz se dissociou em vibrações mais altas (ultra violetas - violetas), em vibrações menos altas descedendo (índigo, azul até o vermelho), e o som e a luz (cor) formaram em sete nuances o nosso Universo (Universo setenário). O que não concordo é com a palavra princípio. Houve um princípio criativo de nosso Universo, mas não existe só o nosso Universo, falo Universo material.

O conceito tempo/espaço existe até um certo plano, no plano da imortalidade (morte é o encerramento de um prazo, um tempo, não há princípio nem fim).

O desenvolvimento espiritual não deve estar só, não devemos dedicar-nos somente a ele, temos matéria física, ela é nosso meio de expressão na Terra, temos que tratá-la com carinho e prover os meios de sustento para a mesma, com um trabalho humano digno, viver no nosso meio físico, aprendendo, ensinando, dando exemplos expressivos de espiritualidade, amor ao próximo, no dia-a-dia, no “aqui agora”, atentos, trazendo nossa mente sob controle.

O desdobramento é a prova real da existência da Alma.

É também individual, cada qual tem que ter a sua prova, uma vez obtida iniciamos verdadeiramente o caminho, que não é penoso, se o equilíbrio for mantido, é o princípio de algo maravilhoso e infinito.

### **\* O maya é um paradoxo (verdades contrastantes)**

## **OVNI's**

Vamos tratar agora de um assunto controverso: Discos Voadores. Quando comecei a falar em UFOs com amigos sociais (festas, etc), estes não sendo do ramo começaram a olhar-me de soslaio, achando-me meio Pinel; isto me ensinou a lei do silêncio, só falar com os entendidos, os realmente interessados.

Tenho que narrar primeiro algumas coincidências, se é que o são... Sempre me interessei por Discos Voadores, li muito e vi vários filmes sobre eles.

No ano de 1982, não me lembro do mês, liguei a TV na Tupy (na época no Sumaré, canal 4, o programa era do Flávio Cavalcanti), ia mudar de canal mas me interessei pelo assunto. Ele estava entrevistando um casal: Hermínio e Bianca, pessoas que haviam sido levados a um UFO, onde permaneceram por dois dias.

O programa estava terminando mas pude ouvir que os ETs ensinaram-lhe uma técnica (Yoga) de desdobramento, saída consciente do corpo.

O casal terminou a entrevista dizendo que estavam mudando-se de Brasília para São Paulo, e aqui dariam cursos de desdobramento. Como não haviam dado endereço procurei a TV Tupy, falei com o diretor do programa, falei com o Flávio Cavalcanti, e nada puderam informar-me.

Aproximadamente um mês depois, num domingo à tarde, fomos visitar um parente, (Josmar) que havia se mudado de Brasília para São Paulo. Lá chegando vi que na mesa de sua sala de visitas havia um livro sobre Discos Voadores, perguntei ao Josmar de quem era o livro. Este respondeu que

era de sua mulher, Ruth; esta apareceu logo depois, nos serviu um café e contou-nos que gostava muito do assunto do livro, e que fizera um curso com um casal em Brasília: Hermínio e Bianca. Pedi-lhe o endereço dos dois, ela não tinha, mas como voltaria para Brasília na segunda feira, procuraria, lá na sua agenda, e no sábado, quando voltasse avisar-me-ia.

No dia seguinte, segunda-feira, já eram 18h30m, quando voltava do meu trabalho, fiquei preso num congestionamento de trânsito em frente a Câmara dos Deputados (no Ibirapuera), liguei o rádio do carro, para distrair-me, estava sintonizado na Rádio Capital. O programa estava no seu final, era uma entrevista de Saulo Gomes com Hermínio e Bianca. Eles estavam em São Paulo, e na terça-feira iniciariam um curso (Rua Oscar Freire, 2283). Peguei uma caneta e escrevi na palma da mão o endereço e o telefone. Telefonei, matriculei-me e comecei o tal curso.

No sábado quando a Ruth me telefonou ela espantou-se de eu já saber o telefone e o endereço do casal.

Durante o curso passei por várias experiências, que já narrei, mas quando falavam de UFOs, eu tinha minhas dúvidas, acreditava na existência de vidas extraterrenas, mas provas reais nunca as tivera.

Li no jornal O Estado de S. Paulo (Julho ou Agosto de 2000) uma frase do emérito professor de Direito Dr. Ives Gandra da Silva Martins: "O verdadeiro cientista é o que não nega o que não consegue provar pela razão".

Mineiro é muito enrustido, não gosta de abrir-se muito, mas depois de algum tempo de amizade com o casal me deram o endereço de um sítio que tinham em Minas Gerais onde havia muita incidência de fenômenos ufológicos.

Eu e mais três alunos do curso, Daniel, Juarez e Clark saímos, numa perua Caravan minha, para Minas Gerais numa quinta feira às 6 horas; passamos por Belo Horizonte e depois pegamos uma estrada de terra rumo a Lagoa Santa e depois Serra do Cipó. O sítio ficava na região entre Baldin e São Vicente, 60 km de Belô. Foram 10 horas de viagem, com as paradas para almoçar e visitar uns amigos em BH. Chegamos a uns 11 km do nosso destino, eram 20 horas.

A estrada era de terra, esburacada, um caminho mais para carroça do que para carro, o chão era meio arenoso esbranquiçado (terra ruim para o plantio, diria meu pai fazendeiro); a noite estava clara, plenilúnio, o céu sem nuvens, estrelado. Eu guiava a 20 km/hora, não dava para andar mais, quando, de repente, numa curva brequei para não bater numa bola que estava na estrada na frente do carro. A 2 metros do pára-choque, a 30 centímetros do chão, lá estava aquela esfera transparente, com mais ou menos 1 metro de diâmetro, avermelhada, parecendo um enfeite de natal.

É uma sonda, berrou o Daniel, ela é teleguiada, vieram ver quem somos. Meu Deus, exclamei, isso já valeu o sacrifício da viagem. O tal objeto (sonda) ficou parado na nossa frente uns cinco minutos, depois subiu lenta e verticalmente uns 10 metros, inclinou-se para o barranco à nossa direita e sumiu.

Continuamos nosso caminho eufóricos, e ao fazer outra curva (100 metros depois), notei que atrás do barranco à nossa direita havia um clarão muito forte. Perguntei ao Daniel, que estivera na região outras vezes, se havia por lá uma cidade? Respondeu que não havia. Paramos o carro, descemos e subimos o barranco, não tinha mais de 1 metro, logo em seguida existia uma cerca donde se divisava um vale; tinha uns 10 metros de declive e uns 1000 metros de extensão.

Levamos um tremendo susto, a uns 100 metros de nós e a mais ou menos 3 metros do chão (pairando no ar), estava uma Nave Mãe, toda iluminada, com várias vigias; parecia um capacete de caçador. Em baixo do UFO, vários seres, ETs, andavam de um lado para o outro, pareciam examinar o solo.

O Clark foi o primeiro a falar: que loucura, vamos até lá?

Eu me sentia como um homem da idade da pedra vendo um helicóptero, respondi: eu não vou de

jeito nenhum, estava com medo, ouvir falar é uma coisa, chegar perto é outra.

Nenhum dos quatro marmanjos quis sair do lugar; ficamos cerca de uma hora observando e depois, cansados e assustados (com paura), resolvemos ir para o sítio dormir, o que queríamos realmente era sair dali, logo.

Entramos no carro, dei a partida, olhei no espelho retrovisor e notei uma luz atrás de nós a uns 30 metros; parecia uma perua kombi cor branca, estranhei porque brilhava muito.

Acelerei o carro e o aparato nos acompanhou, passando depois por cima de nós se posicionava 50 metros adiante, do nosso lado direito. Meti o pé no acelerador e nos 11 km restantes, percorremos a estradinha a quase 80 km por hora; não sei como não destruiu o carro; bobagem minha, eles sabiam da nossa presença, se quisessem nos apanhar o fariam facilmente, com carro e tudo.

O sítio era bem pequeno, tinha um poço, um quiosque de sapé aberto (uns 6 metros de diâmetro), um pequeno quarto de alvenaria (3 x 2 metros), uma porta com duas divisões e uma janela.

Nosso estado psicológico estava tão tranqüilo que, quando eu estava segurando um sanduíche de queijo e presunto, apoiado na parte de baixo da porta (a de cima estava aberta), a Fraulein (cachorra Doberman do Hermínio que ficava no sítio) me puxou a mão e roubou o sanduíche, pensei que era um ET e gritei assustado. Nós tínhamos aceso um lampião de gás, quando fui apagá-lo para dormir, o Clark e o Juarez reclamaram: Não vai apagar não, deixa aceso. O Daniel (francês) foi dormir fora, no carro; de manhã ele estava resmungando, e como estava com raiva, falava em francês: "merde, je suis un idiot, un imbécile". Passou a noite inteira acordado, tomando conta de um pedaço de plástico branco, que estava cobrindo, no chão perto do carro, um gerador. Com o vento aquilo parecia um fantasma, ou um ET.

Ficamos mais dois dias no local; voltamos ao vale do avistamento e nada mais vimos. Fiz um cálculo aproximado da Nave Mãe, ela ia de uma pequena mata até umas rochas que havia no vale, o diâmetro dava 300 metros.

De dia não vimos mais nada, de noite vimos bola de luz pulsante (aumentavam e diminuía seu brilho) que variavam conforme as suas acelerações. Cruzavam o céu em grande altitude. Não eram satélites, mudavam de cor indo do laranja para o amarelo, verde, vermelho, algumas paravam dois minutos e depois partiam, tomando nova direção, satélite não faz assim.

Durante dois anos voltei ao local mais quatro vezes e só numa delas vi algo diferente.

Eu e mais três amigos, o Ruy, o João e o David, vimos à noite, na nossa frente, na estrada (havíamos descido do carro), a uns 100 metros e numa altura de 5 metros, uma bola de luz pulsante; ela iluminou o solo, no local onde estava. O foco de luz era estreito na sua origem e se alargava no chão (como um holofote) formando um triângulo. O estranho é que essa luz escorreu pelo triângulo como se fosse uma tinta derramada irregularmente, preenchendo assim a figura geométrica. Ficou alguns minutos assim completa e depois foi como que recolhida de volta para sua origem, também irregularmente, como um filme em reversão.

Naquela mesma noite voltamos ao tal vale e apareceram, ao longe, duas bolas luminosas (uns 200 metros de distância e uns 30 metros de altura) distantes uma da outra cerca de 20 metros, elas se encostaram formando um 8, giraram em torno de um eixo imaginário umas 4 vezes, se separaram e partiram em alta velocidade para lados opostos.

O David, que era piloto de Cia. Aérea, não pode conter-se: meu Deus, que manobras, que velocidade, isso não é daqui da Terra, se eu contar para alguém vão me chamar de louco, perco o emprego.

Na primeira viagem que fiz tinha esquecido a máquina fotográfica em BH, nas outras fotografei e nada apareceu no filme.

Para mim eles existem, os três que foram comigo na primeira vez já acreditavam, os que foram depois tiveram certeza que: "Existe algo mais entre o céu e a Terra do que sonha a nossa vã

filosofia”... (William Shakespeare).

## **Extraterrenos, intraterrenos e viajantes do futuro**

Existem muitas raças que visitaram e visitam o nosso Planeta através dos milênios, algumas mais importantes, com espécimes de altura de até 6 metros como os ciclopes da mitologia grega, mais conhecidos especialmente como Seres. Eles colaboraram na engenharia genética e médica do Universo, sendo procedentes de Sirius e Canopus. Outras raças com 1,80 metro de altura, louros e fortes (Júpiter), outros com 3 metros de estatura, morenos, cabelos lisos e olhos puxados (Vênus) e, os baixinhos, como são chamados por nós, de 1 metro a 1,20 metro com olhos grandes, 2 furos na região do nariz e, um risco fino no local da boca, que são de outro sistema solar, desconhecido ainda por nós; eles (os baixinhos) têm grande intelectualidade e tecnologia e são, depois dos Seres, os mais sábios do Universo.

A maior parte dos visitantes espaciais não possuem matéria física; muitos têm corpo astral e outros só mental; alguns, raros, são pura energia (seres solares). A maioria necessita de naves, e todos eles têm o conhecimento do uso dos átomos livres para formarem o corpo necessário ao plano em que quiserem atuar, inclusive o plano físico.

Existem bases no espaço sideral, na face oculta da Lua, em grandes cidades subterrâneas, razão de muitos pensarem que são intraterrenos, o que não é o caso; alguns hangares estão no fundo do mar e outros em regiões remotas da Terra.

Se nós voltássemos ao passado seríamos homens do futuro, e somente poderíamos voltar ao mesmo numa viagem interior, ativando certos neurônios cerebrais, do registro passado ou akáshico, rememorando assim eventos ocorridos nesta ou em vidas anteriores e nossa participação seria aquela que foi e não a que poderia ser; não temos o poder de alterar o passado assim como não corremos o risco de futuristas nos visitarem, é ficção científica. Uma especulação fora dos padrões espaço temporais não é impossível, mas não tem nada a ver com ETs, e foge do nosso assunto.

Assim como o rotor de um motor elétrico tem um eixo, e ao seu redor existe uma fiação condutora que envolve esse eixo como se fosse um novelo de lã, nosso Planeta (e todos os demais) têm feixes de energia eletromagnética que percorre meridionalmente a Terra (Norte e Sul) e constituem o Cinturão de Van Allen. Existem aberturas e fechamentos nessas regiões que permitem a entrada e a saída de Naves no nosso mundo. São pontos de atração e repulsão espaciais de forças centrífugas e centrípetas. Muitos ETs só podem aqui entrar e sair um mês por ano, se não o fizerem nesse período terão que ficar aqui por um ano todo; outras raças, de tecnologia mais avançada, podem fazê-lo durante os 365 dias anuais.

As naves que fazem as viagens interestelares são naves mãe, seu formato é de Zeppelin ou charuto, e têm em seus bojos naves menores, discos, muitos de alcance até a um só sistema planetário, outros galácticos e outros intergalácticos, via buracos negros (black holes). Outro tipo de nave são as patrulhinhas (alcançam um sistema solar) de dois tripulantes, e seu nome explica sua finalidade: são de coloração branca acinzentada e parecem com uma kombi ou geladeira grande. As sondas, aparatos teleguiados transparentes, são como bolhas de sabão avermelhadas e variam no diâmetro de 1 metro até 1 centímetro.

As naves, com exceção das bolhas, têm exteriormente uma energia circular pulsante, como uma luz fluorescente, quanto mais intensa acelera seu trajeto, quanto menos diminui sua velocidade, quase apagando-se, é uma luz pulsante.

Se observarmos uma luz de avião, ou de um poste, com os olhos um pouco apertados, verificamos que ela emite raios, em forma de cruz ou estrela. A luz de uma nave é uniforme, circundante, não emite raios. A luz alienígena pode tornar-se vaporosa, líquida e até sólida, eles podem emitir um fecho de luz no espaço, como um grande tubo fluorescente, afastar a nave deixando o tubo no local, e depois recolhê-lo ao retomarem. Podem movimentar objetos tornando essa iluminação sólida.

Cortam a luz em fatias, curvam a luz, derramam-na num fecho como se fosse tinta escorrida, e a recolhem da mesma maneira em movimento reverso, fazem-na passar por pequenos orifícios como buracos de fechadura, aumentam-na, dividem-na em raios, etc.

A luz que eles operam é ectoplástica sintética, extraem-na da atmosfera, do prana ionizado solar e, em alguns casos, principalmente à noite, quando não tiverem energia na nave para circundarem a Terra em busca do Sol, tiram-na das nossas redes elétricas, causando falta de eletricidade sem motivo em determinado local, o caso do black-out de Nova York.

Se esticássemos uma lona de 3 metros por 3 metros no ar, como se fosse uma mesa de bilhar, com um buraco de 10 centímetros de diâmetro no seu centro, colocando nessa lona várias bolas de bilhar, e puxássemos um pouco para baixo o furo central, as bolas seriam empurradas aos poucos para esse centro caindo no espaço.

Os buracos negros no espaço são passagens para outros universos, e seu poder atrativo é tão grande que nem a luz deles sai. Certos planetas e estrelas, depois de um determinado tempo (eons) evolutivo saem do nosso Universo por essas passagens.

Alguns ETs, os Seres por exemplo, usam-nas e, saindo do referencial matéria, energia, tempo, espaço, viajam de uma galáxia de nosso Universo para outra (do mesmo), percorrendo anos luz em segundos.

Temos que ter certos cuidados nos supostos contactos com ETs; muitas vezes em seções mediúnicas (espíritas) aparecem médiuns transmitindo mensagens catastróficas dizendo (a entidade) ser ET.

Tal fato não é possível, o nível vibracional dos alienígenas não é suportado por nós humanos (estão acima de 40 Hertz/ segundo). Trata-se de espíritos brincalhões ou mesmo mal intencionados querendo parecer importantes. Existem estados da matéria mais ou menos densos; o gelo (sólido), a água (líquido) e o vapor (gasoso), os ETs que têm corpo sólido podem desdobrar-se (sair do corpo) a seu bel prazer, e podem materializar o seu mental em qualquer lugar.

As missões interplanetárias em geral são de pesquisas científicas, verificações do nosso potencial bélico para evitar uma reação planetária em cadeia, recolhimento de alguns mineirais, na maioria não usados por nós ainda. Os contatos são evitados respeitando o princípio universal de não interferência evolutiva planetária.

De uma maneira geral um ET, quando tem matéria física, vive cerca de 500 anos. Seu sistema alimentar e cuidados na eugenia dão lhes na idade máxima uma aparência de um ser humano de 30 anos.

Entre eles não existe parentesco. Como se recordam plenamente de vidas pregressas, um avô já foi neto de seu neto, filho de seu filho, marido de sua mulher, mulher de seu marido e assim por diante, a morte para eles é simples perda de matéria.

Uma população extraterrena tem número determinado de seres, alguns com matéria física, outros não (esperando matéria). O sexo é algo natural, é uma troca de energias, um equilíbrio eletromagnético, e quando há necessidade de procriação um novo ser é feito, e durante seu crescimento ele é cuidado por pessoas que gostam de dedicar-se a crianças. Toda a população é pai e mãe daquele ser, ele é filho de todos.

As casas são geralmente parecidas e quando há uma mudança só as pessoas se mudam, a nova moradia está completa com todo o necessário numa residência.

Quando há um contato com seres humanos é geralmente com pessoas da própria raça deles, que estão aqui entre nós para pesquisas. O ser contactado pode estar com plena consciência de sua situação, ou inconsciente para, agindo como um ser humano normal, conhecer melhor os problemas do Planeta, suas alegrias e tristezas.

Se por acaso encontrarmos uma nave não adianta nos desesperarmos, eles têm uma tecnologia inconcebivelmente avançada.

O certo é nos controlarmos, ficando em pé, braço direito abaixado, levantarmos a mão esquerda espalmada para fora (braço dobrado) e pronunciarmos a palavra "Paz"; eles entenderão e responderão: Paz para você também.

Muitos afirmam que os extraterrenos são seres da 4a. Dimensão (ou do Astral), que têm uma forma mais sutil e que podem, usando certas técnicas, materializarem-se no plano mais denso (físico), como o vapor d'água virando gelo, que são mais facilmente contatados em outra dimensão.

Físicos densos ou sutis sabemos de muitos relatos físicos de avistamentos e até de acidentes de aviões com discos voadores. Falam-se também de abduções de homens e mulheres em grandes quantidades, para exames físicos, para fecundações e cultura de fetos "in vitro". Para que? Por que? Formação de uma nova raça? Para habitarem o nosso ou outro Planeta?

O que podemos deduzir é que se eles quisessem tomar conta da Terra já o teriam feito; quem vem até aqui, de outro sistema solar, até de outras galáxias, tem uma tecnologia incrivelmente superior à nossa, um deslocamento anos luz/segundo.

Ficamos admirados quando falamos em anos luz/segundo; os próprios pesquisadores no passado afirmavam que o átomo era a menor partícula indivisível, já não o é mais; que o mais pesado que o ar não poderia voar, que era impossível ultrapassar a velocidade do som. Hoje voamos no mais pesado que o ar, mais velozes que o som, por que não mais rápidos que a luz?

Podemos terminar nosso relatório com uma pequena estória:

Um sultão muito poderoso consultava sempre um famoso mago, conhecido por sua sabedoria; pediu-lhe certa vez para que este lhe mostrasse seus poderes mágicos.

O sultão acabara de comer e estava lavando seu rosto numa vasilha d'água que um servo lhe trouxera, de repente viu-se numa praia, jogado na areia, cansado, sobrevivente de um naufrágio.

Foi socorrido por uma família de pescadores, convalesceu um mês e meio e passou a ajudar os pescadores na pesca; passou-se cerca de um ano, ele conheceu uma moça, casou-se, teve três filhos e, numa certa tarde, após jantar, foi lavar o seu rosto e, ao abrir seus olhos, era novamente o sultão, nos exatos segundos em que molhara o seu rosto. É a relatividade Matéria, Energia, Tempo, Espaço nas várias dimensões...

Já falamos sobre desdobramentos, discos voadores, ETs, vamos procurar agora tratar de mais alguns temas esotéricos.

Apreendi que, de uma maneira geral, para escrever-se um livro deve-se dividi-lo em aproximadamente 10 ou 12 capítulos, com 4 a 5 páginas cada; não é uma regra rígida, mas ajuda o iniciante a ter uma certa coordenação. Não segui a regra, alguns assuntos tratados são mais longos que outros.

## Os sonhos

Todos nós sonhamos, o sonho é caracterizado pelo movimento que fazemos com os olhos fechados "REM, Rapid Eye Movement": movimento rápido dos olhos; sonhamos em branco e preto, sonhamos em cores, sendo que esta última modalidade se dá quando nossos registros cerebrais de cores estão ativados. Nos esquecemos muitas vezes de sonhos porque nossa sintonia cerebral diminui quando acordamos (vibração). Quando sonhamos desdobramo-nos, saímos do corpo físico denso, ficamos algumas vezes perto do mesmo, em outra afastamo-nos dele. Quando próximos vivenciamos os problemas mais imediatos, do dia-a-dia, quando mais longe passamos a ter outro tipo de experiência.

Temos vários tipos de sonhos: premonitórios (futuro), regressivos (passados), de acertos (kármicos), testadores ou iniciáticos (provas), sonhos acordados (devaneios, distrações).

O **sonho premonitório** pode acontecer dormindo ou acordado, podemos num flash repentino ter

uma visão de um acontecimento futuro. Vamos dar um exemplo: três pessoas viajando num trem; a que está do lado direito vê a paisagem daquele lado, a que vai no esquerdo observa o que se passa no seu lado, o terceiro viajante que foi para cima (um surfista) do trem, vê os dois lados, vê o que vem pela frente e, virando-se, vê a paisagem atrás. Presente: esquerda e direita; passado: atrás; e futuro na frente. São situações oníricas que nos permitem prever ou regressar; regressar à vida presente no passado ou a vidas anteriores (reencarnações).

**Sonho testador** (acerto kármico): um pesadelo pode ser motivado por uma refeição pesada, um filme de terror visto antes de dormir, uma experiência desagradável durante o dia, ou um acerto kármico cobrando algo que fizemos no físico denso, no astral ou no mental (não pecar por palavras, gestos ou pensamentos); por mais desagradável que seja esse acerto em outros planos, uma luta com um gigante, uma batida de carros, não traria os danos que traria no físico.

Exemplificando, vou contar uma experiência pessoal que tive de acerto kármico: sonhei com meu pai, já falecido há vários anos, ele estava na direção do seu carro, um Cadillac 1952, numa estrada de terra; o automóvel derrapou e ficou preso, encostado num barranco do lado do motorista, ele tentava desesperadamente tirá-lo do lugar, engatava a marcha para a frente e a marcha à ré. Eu, que estava no banco traseiro (ele não me viu), notei que no chão do carro havia muita areia, cobria minhas pernas até a altura dos joelhos, peguei uma bacia e comecei a jogá-la pela janela do lado oposto. Terminei minha tarefa, o automóvel ficou mais leve e pode safar-se. Desci, dei a volta e bati com a mão de leve no ombro do meu pai e disse: pode ir agora, está tudo bem. Ele me olhou meio assustado e partiu. O sonho terminou. Devo aqui lembrar que na noite anterior, antes de dormir, desejei saber como estavam meu pai e minha mãe nos outros planos?

Acordei às 7h30m e quando eram 9 horas telefonei pro meu sobrinho, que fazia aniversário, para cumprimentá-lo, e qual não foi a minha surpresa quando este me contou que sonhara com meu pai, seu avô, e este no sonho lhe disse que agora estava bem, mas que antes estava numa situação difícil, quando apareceu um sujeito que lhe ajudou a sair dela; disse também, respondendo a uma pergunta do neto, que sua avó (minha mãe) estava num local muito privilegiado. Fiquei muito contente porque tive uma resposta às minhas indagações. Acredito que pude dar uma ajuda kármica ao meu pai. Muitas interpretações poderão ser dadas a este sonho, mas a análise individual conta muito.

**Sonhos testadores:** são provas que temos de passar para que nos conscientizemos das discrepâncias das mesmas (situações absurdas, incoerentes); tais fatos não poderiam acontecer no plano físico; quando nos apercebemos, nos conscientizamos, acordamos no sonho (não do sonho) e entendemos que estamos fora do Corpo, o teste termina e somos encaminhados para algum estudo ou tarefa. Ao acordarmos podemos lembrar-nos ou não do ocorrido, não importa, a missão foi cumprida.

Num sonho, como exemplo, eu estava de carro, em São Paulo, subindo a Brigadeiro Luís Antônio em direção à Paulista. No meio da ladeira o carro começou a derrapar sem sair do lugar; parei, descii e vi que a rua toda estava coberta de uma grossa camada de neve.

Neve em São Paulo, me perguntei? É impossível, estou sonhando; imediatamente a neve e o carro sumiram, ouvi uma risada do meu lado, era um acompanhante (guia ou mestre como queiram chamá-lo) que me levou para uma aula no outro plano.

**Sonhos testadores iniciáticos:** quando iniciamos um caminho espiritual (toda religião realmente praticada é um caminho espiritual) passamos a ter sonhos que são provas iniciáticas, como numa escola no plano físico somos também examinados nos outros planos, passamos de ano, vamos para um grau superior, podemos ficar também na dependência de certas matérias, ou sermos reprovados em algumas aguardando novos exames.

Nesses tipos de sonhos passamos por túneis estreitos, nadamos longas distâncias, passamos por barreiras difíceis de transpor. Tais sonhos, ao acordar, nos dão uma sensação de euforia, de sucesso, um contentamento sem explicação lógica; o sonho pode ou não ser lembrado mas o sentimento agradável permanece.

Um amigo me contou um sonho no qual teve que colocar a razão acima da emoção, o amor universal acima do passional: ele havia brigado com sua namorada e mudou-se para o interior de São Paulo; numa noite, sonhando, viu sua ex com outro homem num quarto de hotel (estavam no plano físico). Furioso, conseguindo ver o cordão de prata dos dois segurou-os pensando em parti-los; naquele momento ouviu atrás de si uma voz que lhe disse: quebre-os, você pode.

Ele estremeceu e respondeu: não, não devo fazê-lo; acordou logo em seguida lembrando-se totalmente do sonho. Telefonou no dia seguinte para sua ex-namorada e esta confirmou o local, dia e hora, enfim todos os dados que ele contou que sonhara.

**Sonhar acordado** é o devaneio, é dar corda para o imaginário, imaginamo-nos praticando algum esporte numa praia, inventando algo, viajando, criando uma gama infinita de pensamentos.

O sonho acordado é muito bom, nos livra do "stress" mas, se muito praticado nos desvia do plano físico, que é o primeiro degrau da nossa escola evolutiva. Este degrau deve estar bem sólido para firmar-nos na subida dos demais. É muito importante que mantenhamos um diário de sonhos, de preferência junto à cabeceira da cama e, se possível, não acendermos a luz ao acordarmos para anotá-lo; estamos num nível alto de vibrações cerebrais e a luz elétrica vibra mais alto ainda (60 Hertz/segundo) o que nos faz esquecer o que sonhamos. As anotações não necessitam ser totais, devemos marcar só alguns tópicos que nos dêem noção do sonho todo.

Muitas vezes o que num sonho vivenciamos pode nada significar para nós naquele momento, mas dois ou três meses depois um sonho pode vir completá-lo formando uma seqüência coerente.

O conceito espaço-tempo é diferente nos outros planos: podemos viajar sem passaporte, sem aviões, sem alfândega, fazemos em 15 minutos o que no plano físico levaria meses ou anos.

O sonho pode ser muitas vezes repetitivo, acontecem noites seguidas, são muito importantes pois são avisos que nos são dados até que finalmente os entendamos.

É muito importante que tenhamos um guia nos sonhos, somos como turistas num país estrangeiro, não conhecemos os melhores passeios, não falamos a língua local. Todos grupos espirituais têm seus guias nos outros planos, fazem parte das egrégoras que assessoram o plano físico; basta pedirmos a proteção do nosso guia que este nos ajudará mesmo que não o vejamos, e teremos sonhos mais profícuos. Tudo que está sendo foi e será inventado no Planeta Terra se encontra numa parte do Plano Astral; é o museu do Astral, muitos inventores, compositores, pintores, após uma noite de sono e de sonhos acordam com as soluções de seus cálculos, inventas, obras de arte; hoje temos helicópteros, submarinos, coisas que Leonardo Da Vinci já desenhara; ele e muitos outros mestres tiveram, mesmos que inconsciente, ajuda onírica. "Nada se cria tudo se copia". (Juca Chaves).

### **Alma - centelha divina - átomo de consciência - superego**

A Alma não é matéria, é energia pura, nem átomo é, mas para não complicarmos, vamos considerá-la como tal. A matéria tem princípio, meio e fim, temos a matéria densa sólida e a matéria sutil que são diferentes estados de matéria, seria como se fosse o gelo (sólida), a água (mais fluida) e o vapor (sutil). Nossos corpos físico, astral e mental são matéria, são finitos, eterna é a Alma.

Entre o corpo etérico e o astral existe uma tênue tela protetora, um fino véu que filtra as vibrações dos planos externos, principalmente do astral, evitando assim desequilíbrios emocionais.

Fumar demais, beber em demasia, usar drogas, um choque emocional podem abrir buracos nessa tela. O "Delirium Tremens" provocado pelo excesso de bebidas é um exemplo desse rompimento. A pessoa começa a ter alucinações, ver monstros, répteis, etc. Esotericamente tais ocorrências são denominadas miasmas, substâncias deletérias, formas de pensamento negativas.

A tela búdica, como também é conhecida, funciona como uma espécie de disjuntor elétrico (fusível), ele se desliga normalmente quando há uma sobrecarga.

## **Direito, moral, religião e ética**

"Direito é a ordenação bilateral atributiva da conduta humana na medida do bem comum". (Prof. Miguel Reale).

Um dos maiores problemas do ser humano é o convívio com o seu semelhante, cada cabeça uma sentença, principalmente a nossa que está sempre certa. O Direito procura coordenar o relacionamento humano por meio de leis.

Religião (Religare, do latim) nos liga com nossa origem, com o Criador, com o Paraíso ou com aqueles que vieram do Céu e povoaram a Terra.

Moral é o conjunto de normas de comportamento ditadas normalmente pela religião.

Ética é a filosofia que procura pautar harmonicamente o comportamento humano.

O Direito dita as leis que são codificadas; muitas vezes o direito é influenciado pela religião, seguindo-a ou também contrariando-a; a lei brasileira permite o divórcio, a Igreja Católica, não.

A Moral e o Direito nem sempre concordam. No Brasil a poligamia é proibida pela lei e pelas nossas religiões; nos países muçulmanos ela é legal e moral.

Bertrand Russell (filósofo britânico), escreveu um livro com mais de 600 páginas sobre os relacionamentos humanos. Cristo sintetizou-os numa frase: amai-vos uns aos outros e a Deus sobre todas as coisas.

Religião, Moral e Direito são portanto normas comportamentais que variam conforme os países.

Perguntamos então: no que a raça humana evoluiu até agora? Por que a quantidade de leis, normas e regulamentos não impediu a fabricação de armamentos poderosos de eficácia planetária, um terceiro mundo tão desamparado? Onde está o "amai-vos uns aos outros"?

A Terra é uma escola e nós como alunos temos que estudar nossa matéria, cumprindo nosso currículo escolar e passarmos de ano (cada ano seria simbolicamente uma vida); ou passamos ou ficamos na dependência de algumas matérias, reencarnamos para superá-las quantas vezes for necessário.

Convivência e relacionamento são as matérias, relacionamento com os pais, com os amigos, no trabalho, na sociedade, com os animais, os vegetais e até com os minerais.

A regra maior é o Amor Universal, devemos procurar não atacar o que não impede que também não nos defendamos; muitas vezes uma atitude passiva é uma defesa.

Conta a lenda que o Sr. Bhuda quando passou por uma cidade foi visitar uma serpente enorme que assustava os moradores; falou com ela e pediu que deixasse de ser agressiva.

Meses depois, o mestre, voltando àquela cidade foi cumprimentar a serpente e notou que ela estava muito ferida: perguntou-lhe o que havia acontecido e esta respondeu que havia seguido seus conselhos, não estava agredindo ninguém, mesmo quando as crianças a arrastavam e os adultos lhe batiam com paus e pedras.

Terminado o relato o Sr. Bhuda lhe disse: Eu pedi para você não agredir, mas não para deixar de defender-se.

Felizmente a humanidade tem um livre arbítrio relativo, temos certas liberdades desde que cumpramos nosso karma de destino, nossa vida atual, e se não o fizermos voltaremos quantas vidas forem necessárias para cumpri-lo.

Nos meios de comunicação, rádio, revistas, jornais, televisão, há uma grande exploração de sexo e de violência, nos dão péssimos exemplos comportamentais, mas como estamos saindo da Idade do Ferro e entrando da Idade do Ouro tudo quanto é impureza será resolvida, passaremos por uma grande reforma e, em toda reforma, muita coisa tem que ser derrubada e refeita direito, ação e

reação, "valores mais altos se alevantam" (Camões), novas religiões estão evidenciando-se, outras reformulando seus conceitos (ou terão que reformular ou decair), questionamos mais: por que uns nascem pobres e outros ricos? Uns são saudáveis e outros doentes? Por que só os que pertencem a uma determinada religião poderão ir para o céu?

## Tipos de exercícios espirituais

Podemos exercitar-nos espiritualmente de várias maneiras.

**Concentração:** obrigando nossos cinco sentidos se aquietarem fixando-nos num ponto (por exemplo), uma marca na parede, uma luz de vela; é uma maneira difícil e cansativa para nós ocidentais.

**Meditação:** aquietando os sentidos pondo o pensamento num Mestre espiritual, num símbolo, o que também é árduo para nós.

**Contemplação:** usando a imaginação criativa, direcionando os sentidos, pensando num local agradável, um campo, uma praia, flores sentindo o seu aroma agradável, o barulho das ondas de tal forma como se lá estivéssemos. Com persistência, quando colocamos nosso pensamento (mente) e nosso sentimento (emoção) em outro local e nosso corpo físico lá não estiver nos desdobraremos para lá, lá estaremos como que fisicamente.

Nossa mente funciona como um bando de macaquinhos pulando numa árvore, ela não pára; estamos fazendo nossas práticas espirituais (rezar também é uma prática) e muitas vezes nossa mente começa a pensar no nosso trabalho, nas nossas dívidas, na namorada, nos exames escolares e assim por diante. Temos que postar-nos como espectadores de um filme, deixar a mente soltar-se um pouco e depois perguntarmos: você se cansou? Nada do que você está pensando vai ser possível resolver agora, posso fazer meus exercícios tranquilo então?

Com disciplina (horário certo e persistência) começaremos a ouvir determinados sons, silvos, zumbidos, barulho de água corrente; muitas pessoas pensam até que estão com problemas de audição; aos poucos, com a continuidade das práticas, na nossa tela mental (entre as sobrancelhas-pineal-terceiro olho) começamos a ver uma pequena luz, verde, amarela, violeta, dourada (não vem ao caso); temos que ficar tranquilos, não nos deixarmos emocionar, a coisa acontece naturalmente, essa luz começará a girar (é o chakra girando) tomando a forma de um túnel espiralado; é por esse túnel que temos que nos imaginar mergulhando, é a passagem do Universo denso para o sutil, do físico para o espiritual.

O antigo testamento já falava: no principio era o verbo (o som) e depois veio a luz (a luz) e assim formaram-se as galáxias com seus sóis e planetas. Se observarmos o átomo com seu núcleo e seus elétrons ao seu redor podemos afirmar que se trata de um sistema solar, as distâncias entre os elétrons e o seu núcleo são as mesmas dos planetas ao seu sol, nossos chakras (centros de força) são galáxias, luz e som são forças criadoras.

## Desdobramento, regressão e projeção

No desdobramento nós saímos do nosso corpo físico e entramos no mundo espiritual, vemos nosso corpo deitado, podemos também voar, são provas da nossa saída da matéria densa.

No outro plano somos sempre assessorados por um acompanhamento, visível ou não, encontramos pessoas fora da matéria, conscientes ou não, amigos e parentes já falecidos (sabendo de tal ocorrido ou não), seres que nunca terão matéria (assessores). Fora do corpo podemos freqüentar escolas, hospitais de adaptação, participar de cultos etc.

Cada plano tem suas leis; assim como no físico temos regras comportamentais, fora do corpo temos que obter permissão para freqüentar certos lugares ou participar de alguma cerimônia.

Na regressão nós permanecemos no nosso físico; ela pode ser espontânea, na mudança do estado

onírico para o regressivo (que também é onírico), num exercício de meditação, numa viagem de turismo "déjà vu" que pode despertar alguma lembrança, por hipnose, num relaxamento induzido, etc.

Nosso cérebro é um equipamento fantástico que ainda tem muito a ser explorado; regredindo nós liberamos muitos registros do nosso inconsciente, registros akáshicos, lembranças de todas nossas vidas no Planeta Terra e da nossa vinda ao mesmo.

Voltar ao passado seria como assistir uma fita de vídeo, podemos até dela participar, sentir as emoções do artista (nós mesmos), raiva, prazer, dor, alegria. É a peça do teatro da nossa vida, ela não pode ser modificada, mas podemos entender o que se passou e corrigir uma atitude errada em nossa vida atual, sanar até algum trauma. Na projeção nós focamos na nossa tela mental nos atos ocorridos no dia a dia, livros, filmes, palestras, regredimos (regressão é uma projeção ao passado), ampliamos nossa consciência, entramos na área místico-religiosa.

Na projeção diminuimos nossos impulsos cerebrais, entramos em Alpha, no desdobramento (por fração de segundos) nosso cérebro vibra mais alto que em vigília. Na projeção estamos dentro do corpo, no desdobramento saímos dele. Projeção é imaginativo, Desdobramento é entrar na realidade de outros planos espirituais.

## **Planos espirituais**

O grande mestre egípcio Hermes Trismegisto ao qual se atribuiu a confecção das Tábuas de Esmeralda, que continham altos conhecimentos esotéricos (herméticos, ocultos) dizia: "Como em cima é como em baixo" ou seja: o plano terreno é reflexo do espiritual. Os grupos de assessoria espiritual estão no plano astral, são as egrégoras; nesse plano temos escolas, igrejas, hospitais. As escolas complementam conhecimentos, as religiões atendem seus acólitos, os hospitais tratam de pessoas já falecidas mas que ainda não perceberam o ocorrido. De uma maneira geral é um plano de acomodação para conscientização da transposição da vida física para a espiritual. Os assessores que lá trabalham estão conscientes, são seres mais evoluídos se dedicando voluntariamente a esse serviço.

As pessoas que estão em hospitais astrais só recebem visitas de parentes e amigos vivos (quando saem do corpo em desdobramentos conscientes ou não), assim não desconfiam de suas situações, com o decorrer do tempo entendem o que se passa, se chocam um pouco, e são levadas por parentes e amigos já falecidos para outro setor, esperando reencarnação. São pessoas que estavam em hospitais no plano físico, seres especiais, mestres, donas de casa, operários, pessoas que na vida terrena foram excepcionais percebem de imediato quando perderam a matéria física, já vão direto trabalhar como orientadores.

Temos, como já mencionamos anteriormente, mais dois planos: o mental (junto com o causal) e o plano de Alma.

Nós criamos karma, negativo ou positivo - débitos e créditos-, no plano físico, astral e mental, acima deles não há dualidade, nem negativo nem positivo (plano de Alma).

Não pecar por palavras, gestos ou pensamentos. Pensamentos de ódio, inveja, tristeza, alegria, amor, bondade, com uma carga emocional concentrada, prejudicam ou ajudam muito.

Todos os planos têm suas leis, a maior delas é a da causalidade ação-reação, somos totalmente responsáveis por nossos atos.

Se um empregado odeia mentalmente seu patrão, mas temendo uma represália (perda de emprego, prisão, etc.) não se manifesta fisicamente, seu ódio, se for muito forte, girará ao redor da Terra com uma velocidade fantástica alimentando o mental coletivo, atingindo outro empregado, muitas vezes do outro lado do mundo e este, não temendo as conseqüências de um ato extremo, com sua raiva alimentada atacará seu empregador, ou outra pessoa, podendo até matá-la.

O nosso disjuntor (sensor), quando estamos num caminho espiritual, se aperfeiçoa quando na nossa busca pelo crescimento somos assessorados por uma egrégora; isso é de grande importância, todo tipo de exercício, prática, seja ele físico ou não, produz determinados efeitos, se exagerados produzem desequilíbrios, efeitos negativos. Nosso instrutor tem que manter-nos com os pés no chão, cabeça no Céu e pés na Terra. Sem um bom guia o caminho é muito árduo. Nessa busca aceleramos sempre o nosso karma mas se tutelados não nos colocarão sobre os ombros carga maior da que possamos suportar.

## **Pêndulos, "aura meters" e medidores de energia**

Nossos cinco sentidos, audição, visão, tato, olfato e paladar, se bem treinados, podem ser muito aperfeiçoados física e espiritualmente. Um provador de vinhos (enólogo) tem seu paladar tão acurado que diferencia facilmente várias safras vinícolas pela degustação. Um testador de perfume tem seu olfato tão aperfeiçoado que pelo cheiro conhece diversos tipos de perfume. Um cego, pelo tato, pelo toque sabe dizer o que tem nas mãos. Um maestro tem sua audição de tal forma desenvolvida que, numa orquestra, percebe uma nota distonante.

Muitos de nós já vêm com seus extra sentidos apurados (já desenvolvidos em vidas anteriores); outros, por meio de exercícios espirituais ou até por acidente, despertam suas paranormalidades na vida atual, percebem os outros planos, outras formas de energias, clarividência, clariaudiência etc.

Com o uso de certos aparelhos podemos também perceber energias extra físicas, ocultas aos nossos sentidos normais.

Aura é a energia luminosa, sutil, que cerca todos os reinos: Mineral, Vegetal, Animal e Humano. Nos outros planos temos também tipos diversos de energias luminosas; não se trata de aura que circunda e sim de cores totais que seres sutis possuem.

A cor mais próxima do corpo físico é esverdeada, cor prânica que é a energia que captamos ao respirar, é a energia do corpo etérico, ela transporta vitalidade ao nosso físico. Outras nuances, mais externas em relação ao nosso corpo humano, refletem o nosso emocional (astral-id), o nosso mental (ego) e nossa Alma (super-ego).

As cores áuricas variam de acordo com nossas vibrações, (podemos dizer estado de espírito), elas retratam o desenvolvimento espiritual individual. Com o "aura meter" (um arame em forma de mola) podemos medir o tamanho da aura pessoal; o pêndulo, que também responde perguntas girando no sentido horário e anti-horário, pode também ser usado como medidor de aura.

## **As escolas Hertz**

Todas as escolas espirituais são donas da verdade, só não o são quando dizem que só elas o são e, as verdades hoje poderão não sê-las amanhã - são verdades relativas. O Sol era considerado o centro do Universo, ele girava ao redor da Terra, eram verdades... Escolas são boas quando nelas nos sentimos felizes, quando aceitamos nelas as respostas que nos dão, caso contrário temos que procurar outra. Ela não pode também nos segurar com ameaças: se você nos deixar seu karma vai acelerar, vão acontecer várias desgraças. Tudo isso é besteira, mas pode suggestionar-nos. Muitas vezes o medo prejudica consideravelmente!

Temos que observar os professores que podem estar ensinando-nos coisas preciosas mas, da boca pra fora, tem que haver honestidade no transmitir, eles devem dar bons exemplos no plano físico, o primeiro degrau tem que estar firme, tem que ser uma pessoa equilibrada, honesta, cumpridora de suas obrigações, tem que ter uma excelente folha corrida.

Hertz (Henrich Rodolf Hertz) são medidas de vibrações (nome dado pelo seu descobridor), são ondas senoidais (em forma de S). Som e luz são vibrações.

Nós temos no corpo físico centenas de chakras (centros de força) porém os principais são sete.

Isaac Newton colocou num disco (disco de Newton) as sete cores nas quais a luz solar se dividia ao passar por um prisma de cristal (espectro solar), girou esse disco e obteve assim uma cor única, a cor branca.

O número sete tem muito a ver com a espiritualidade: dizem que o mundo foi feito em seis dias mais um de descanso, ao todo são sete as cores principais, são sete os chakras principais, são sete as notas musicais e assim por diante. É um senhor número cabalístico.

Existe uma importantíssima conexão entre as notas musicais, os chakras, as cores e as medidas vibracionais.

Nota	Chakra	Cor	Onda (Hertz) *
Do	Radical	Vermelha	0,08 micra/segundo
Ré	Esplênico	Laranja	0,66 micra/segundo
Mi	Solar	Amarelo	0,58 micra/segundo
Fá	Cardíaco	Verde	0,52 micra/segundo
Sol	Laríngeo	Azul Claro	0,47 micra/segundo
Lá	Frontal	Azul Índigo	0,44 micra/segundo
Si	Coronário	Violeta	0,40 micra/segundo

**(\*) Menos ondas por segundo (baixa vibração); mais ondas por segundo (alta vibração).**

Lembramos aqui que o chakra radical é no começo da coluna vertebral (sacro coccígeo), o esplênico na região do baço, o Solar acima do umbigo, o cardíaco na área de glândula timo, o laríngeo na garganta, o frontal (terceiro olho) entre as sobrancelhas e finalmente o coronário no alto da cabeça.

Data Venia aos que já sabem.

Vocês me perguntariam: O que tem tudo isso a ver com desenvolvimento espiritual?

Freqüentemente um bom grupo, observem os tais gurus como se comportam com seus alunos, com seus empregados, no trânsito, com seus filhos, com seus compromissos, etc.

As pessoas mais elevadas espiritualmente vibram mais por segundo, se pudermos ver suas auras elas terão cores mais azuladas, mais douradas e principalmente mais violetas, sentiremos paz e tranqüilidade na sua proximidade.

### **Equilíbrio das emoções**

Temos que procurar sempre, para mantermos nosso equilíbrio, ser causa, não ser efeito, só ser efeito no controle da situação.

Quando procuramos ter um elevado estado de consciência temos que ter equilíbrio, seguir o famoso caminho do meio, não podemos ser efeito dos outros, se alguém nos ofende não devemos entrar no estado de vibração do ofensor (é o que ele deseja), não temos que ser efeito, podemos defender-nos (devemos) mas, sempre calmos, tranqüilos, a razão sempre acima da emoção, no comando do corpo físico. Nossos corpos - físico, astral e mental (corpo denso, id, ego e super-ego) - têm que estar sempre sob o comando da Alma.

Lavar significa limpeza, a sigla L.A.V.A.R. nos mostra o caminho do equilíbrio:

Luxúria-equilíbrio, discriminação, usar com parcimônia, saber escolher.

Apego-desapego, gostar, mas se perder, não aborrecer-se.

Vaidade-humildade, temos que nos cuidar também esteticamente sem fazer disso o primordial.

Ambição-contentamento, podemos desejar e lutar para obter coisas, mas não as conseguindo, não devemos nos preocupar.

O ato sexual é uma arte, além de sua função reprodutiva é uma troca de energias, uma harmonização antes, durante e depois; com luxúria ele passa a ser desregrado, promíscuo, sado-masoquista. Se não houver discriminação, escolha de parceiros, similaridade de gostos, interesses mútuos, ele passa a ser somente uma satisfação física, animal.

Nos apegamos, gostamos do que temos, um carro, um quadro, uma casa, etc. Muito do que temos foi às vezes difícil de obter mas, com a perda da matéria física (morte) deixamos nossos bens terrenos; não devemos desmerecer nossas posses porém pergunto: Serão realmente nossos ou provisoriamente nos são emprestados?

Somos orgulhosos de nossa cultura, inteligência, posição social, poder, beleza física, isso é muito bom, porém também são coisas transitórias, com o próprio passar do tempo perdemos muita coisa.

O desejo de possuir coisas é a ambição, ser famoso, ser rico, etc.

O Sr. Bhuda já dizia: "Temos necessidades e desejos", necessidade é o que precisamos para sobreviver no Planeta Terra; desejo é o que não é essencial à nossa vida terrena mas que queremos ter. Sempre arranjamos uma porção de motivos para justificar o que desejamos. Queremos algo e ao obtê-lo ficamos satisfeitos por um tempo para depois, insatisfeitos, procurarmos satisfazer outro desejo.

A raiva, o ódio nos diminuem, nos achatam, são as mais baixas vibrações que um ser humano pode ter. Vingança e intriga são complementos da raiva.

Toda injustiça humana que sofrermos poderá ser cobrada pela justiça dos homens, se não o for o será inexoravelmente pela divina, Deus não necessita prova testemunhal, ele sabe.

Devemos reagir contra a raiva humana sempre com calma, as maiores verdades podem ser ditas com palavras bondosas, com o bendito do equilíbrio.

### **Causa e efeito, karma e reencarnação**

Um prumo de pedreiro nada mais é do que uma peça de metal, semelhante a um pião, pendurada num barbante; segurada com firmeza ela fica na posição vertical, puxado para um lado, digamos uns 30 centímetros e solto ela volta para o centro e vai para o lado oposto os mesmos 30 centímetros. É uma prova prática da lei da causalidade de Newton, lei da causa e efeito: toda ação implica numa reação contrária de igual valor que a neutraliza. Essa lei esotericamente chama-se karma e reencarnação, tudo de negativo que fazemos tem que ser compensado por uma ação contrária - de igual valor, que neutralize o ato negativo e, como somos infinitos (como Alma), se não neutralizarmos, na vida atual, as ações erradas que fizemos no passado e as que estamos fazendo na vida presente, voltamos novamente (reencarnamos) até zerarmos nossos débitos e acessarmos planos superiores.

A Alma, quando vem para os planos duais, bipolares, materiais, se reveste com roupas protetoras, não para proteger-se, mas para não danificar as áreas materiais; seria como um mergulhador vestindo escafrando ou até usando sino de mergulho devido as altas pressões marítimas. Ela veste o corpo mental, o emocional e o físico. Não estamos detalhando mais para simplificar.

Da mesma maneira que uma pedra quando cai num lago provoca ondas, o nosso eu superior (Alma) começa também a provocar, causar efeitos nos planos físicos, iniciou um karma que é imediatamente registrado nos livros akáshicos (registros); ele inicia assim seu curso, seus estudos na escola da vida terrena. O curso pode ser longo, percorrendo toda roda kármica, ou curto, se enveredando por atalhos, fazendo um supletivo, cursando uma boa escola iniciática; essa escola pode ser encontrada em qualquer religião que pregue o bem, o equilíbrio.

Na área causal, muitos chamam plano causal, que fica na nossa mente inconsciente, estão as

gravações de todas as nossas vidas passadas nos planos materiais, estão contidas nos aproximadamente 95% que não utilizamos do nosso cérebro.

Segundo a Roda dos 84, Roda do Bahagawan, do Sr. Budha Gautama, que nos dá o ciclo total de nosso estágio na Terra, passamos conhecendo todos os reinos, mineral, vegetal, animal irracional e racional 8.400.000 anos, passamos 7 vezes pelos 12 signos do zodíaco ( $7 \times 12 = 84$ ), tendo cada etapa 100.000 anos  $84 \times 100.000 = 8.400.000$  anos; é um bocado de tempo mas, como falamos anteriormente, quando entendemos o que somos (Alma infinita) donde viemos (partículas divinas) para onde vamos (voltar para o pai) e começamos a respeitar a lei das causalidades, e trilharmos o caminho do meio (L.A.VA.R.) estaremos fazendo nosso supletivo, encurtando o nosso trajeto.

**Existem vários tipos de karma:**

**Karma de origem:** o motivo por que viemos para o Planeta Terra; entramos na Escola.

**Karma de destino:** o que temos que cumprir numa existência.

**Karma de raça:** por que nascemos numa determinada raça.

**Karma de país:** por que nascemos num certo país. Podemos, encerrado o karma de país e de raça, mudarmos de país e passarmos a conviver com outra raça. Outro karma de país e de raça.

**Karma de família:** por que nascemos numa determinada família, por que temos aqueles parentes? (mulher, filhos, pais, etc).

**Karma diário:** o que cumprimos, ou deixamos de cumprir, positiva ou negativamente, no dia-a-dia, formando assim nosso destino.

**Karma reserva:** o que temos na nossa conta bancária positiva que poderemos sacar numa emergência.

A rede kármica é como se fosse uma rede de pescador, bem esticada num painel, formando quadrados perfeitos. Mas, se puxarmos um ponto nela (um nó), aquele quadrado se deforma, tomando a forma de um losango, assim como todos os quadrados ao seu redor; nossas atitudes podem modificar familiares, amigos, países e até nosso Planeta.

Quando entramos numa escola iniciática aceleramos nossos vários tipos de karma, a barra fica pesada mas não colocam nos nossos ombros peso que não possamos carregar, encurtamos nosso caminho. Uma só pessoa pode trazer grandes mudanças kármicas para a Terra: Bhuda, Maomé, Christo, Gandi, Hitler, etc.

As diferenças kármicas nos explicam muitos por quês.

Por que uns nascem pobres e outros nascem ricos, uns são saudáveis e outros doentes; povos que sofrem terremotos, inundações, guerras, outros que não têm nada disso.

Começamos nossas existências no aro da roda dos 84 passando pelas agruras da estrada da vida, escolhemos então um raio dessa roda (uma escola ou religião), saímos do aro que roda por paus, pedras e buracos, vamos aproximando-nos do seu centro e acabamos chegando no eixo (entramos no eixo), nele observamos impassíveis tudo girar ao nosso redor menos o eixo, encontramos o equilíbrio.

## **A área kármica da humanidade e o karma da Terra**

Como mencionamos anteriormente todos nossos corpos, com exceção da Alma, são materiais, sendo o físico mais denso e os demais mais sutis, como o gelo, a água e o vapor.

A lua faz uma órbita elíptica ao redor da Terra, a mais próxima chama-se apogeu, e a mais distante, perigeu. Se traçarmos um círculo concêntrico ao redor do nosso Planeta tendo como medida de seu diâmetro esse apogeu, teremos a área kármica da humanidade, nela está contido nosso mental coletivo; os próprios astronautas, quando ultrapassaram esta barreira, não mudaram seu karma

individual nem suas relações com o karma coletivo, mas sentiram algo diferente, voltaram mais interessados em assuntos espirituais. Com a ausência da gravidade, tanto o corpo físico denso como os mais sutis se destacaram mais, ficaram mais soltos, dando a entender mesmo para os mais céticos que temos outros tipos de matérias ou energias e algo mais que as coordena (Alma).

### **Mantras, raciocínio lógico e intuição**

Mantras são palavras de poder, pode ser uma palavra raiz (Bijan), uma palavra completa ou uma oração ex.: Om, é uma palavra raiz (semente). Om Mani Padme Um já é uma frase; Ave Maria... é uma oração, todas palavras de poder (mantras) nos ligam ao plano superior, com as respectivas egrégoras.

Nosso Universo material foi criado pelo som e pela luz; no princípio era o verbo e depois veio a luz; palavras são formadas pelo conjunto de sons, formam orações que são expressões de pensamentos; podem construir, enaltecer, elevar ou destruir; os sermões de Jesus, os discursos de Hitler.

O mantra pode ser expressado em voz alta, baixa ou só em pensamento; para praticá-lo normalmente devemos fazê-lo num horário certo, num local certo, que seja tranqüilo; seu tempo pode variar de 10 a 30 minutos; além de elevar-nos espiritualmente estamos fazendo uma excelente exercício respiratório, devemos inspirar com calma retendo o ar por alguns segundos, expirar pronunciando o mantra (ou nele pensando), além de oxigênio inalamos também prana, energia vital.

O som necessita do ar, quando nascemos inspiramos pela primeira vez, e quando morremos expiramos pela última vez, é o último alento; algumas escolas esotéricas afirmam que a Alma fica ao lado de uma futura mãe até a criança nascer, e só entra no seu corpo físico quando esta inspira pela primeira vez.

O conjunto de sons formam as palavras e também as músicas, estas têm também muito poder, nos alegram, nos entristecem, nos entusiasmam (marchas militares, sambas, valsas, etc.).

As práticas mânticas, mantra yoga, despertam nosso raciocínio intuitivo, raciocínio da Alma; ela, a intuição, não nos vem pela lógica, não dá explicações, não cogita, é aquilo e pronto, acabou.

Exemplo: quando queremos encontrar determinada pessoa procuramos seu endereço, telefone, sem nenhum resultado, saímos de carro para fazer determinado trabalho que não tem nada a ver com o caso, tomamos um caminho que conhecemos e, de repente, entramos numa rua errada e nos perguntamos por que fizemos aquilo? Quando avistamos na calçada a pessoa que procurávamos, que explicação lógica teríamos a não ser que fomos intuídos a um erro direcional benéfico.

### **Kundalini**

Conta uma lenda Hindu que a Deusa Kundalini desceu para a Terra pendurada numa corda e esta se rompeu; assustada ela se escondeu numa caverna; a corda talvez fosse o cordão umbilical e a caverna nada mais é do que o chakra básico ou radical.

A kundalini é uma energia poderosíssima, quando desperta pode ocasionar benefícios ou malefícios naquele que a acorda, esse despertar deve ser sempre acompanhado por um Mestre que realmente conheça o assunto.

No nosso Universo temos três forças: Fohat, Prana e Kundalini, respectivamente: o fogo, o alento (que está no ar junto com os íons de eletricidade) e a energia reprodutora (sexual) que, devidamente canalizada, pode (além da reprodução) despertar todos nossos extra sentidos ou paranormalidades.

Tomemos como exemplo uma usina geradora de eletricidade, Furnas, no Brasil. A eletricidade que é fornecida para prover energia para uma cidade (como São Paulo), caminha por meio dos seus fios condutores centenas de quilômetros e, depois de determinadas distâncias, tem de realimentar sua energia passando por transformadores; seria como um automóvel, numa longa viagem necessitar reabastecer seu tanque para prosseguir seu caminho e chegar ao seu destino.

A Kundalini tem sua sede no chakra básico, nos órgãos sexuais, junto ao "sacro coccígeo"; trabalhada pela Yoga essa energia sobe passando pelos sete chakras (Rodas de força) principais, neles se reabastecendo, reenergizando-se e, ao mesmo tempo, acelerando esses centros de força até chegar na nossa central de computação, nosso cérebro, ampliando sua atividade cognitiva.

Nós temos três vias nervosas na nossa coluna vertebral, os hindus as conhecem como 'Ida, Shushuma e Pingala': na fisiologia são os sistemas Vago, Simpático e Central; são as duas serpentes figuradas, na Yoga sendo a preta força negativa e a branca força positiva, Yin e Yang. São os campos elétricos negativo e positivo que quando confrontados diretamente podem produzir curtos circuitos, incêndios, acidentes; quando usados com conhecimento movimentam máquinas, computadores, etc.

Os chakras são centros de força, rodas de energia; nós temos uma infinidade desses centros no nosso corpo, são verdadeiras galáxias sendo sete os principais que estão localizados na coluna vertebral, eles têm forma espiralada tendo, junto à coluna, um diâmetro aproximado de 2 centímetros, e se projetam para a parte anterior do corpo físico (como um funil se abrindo) tendo aí um diâmetro de mais ou menos 10 centímetros. Eles (os chakras) giram tendo cada um sua cor característica com maior ou menor luminosidade.

Todos os chakras se projetam da coluna vertebral para a frente com exceção do chakra básico que é virado para trás como uma cauda; dizem alguns mestres que nós tínhamos cauda e depois (com a evolução) a perdemos, outros estudiosos afirmam que nenhum dos sete chakras era invertido e, por isso, nós tínhamos todas nossas paranormalidades desenvolvidas, mas abusamos tanto de nossos poderes ocasionando a submersão de Atlântida, resultado: cassaram nosso mandato, inverteram o chakra básico.

Há controvérsia nas cores dos chakras, nós acreditamos que suas nuances seguem o espectro solar: no básico (no sacro coccígeo) a cor é vermelha, no esplênico (altura do baço) cor laranja, no solar (um pouco acima do umbigo) amarelo, no cardíaco (glândula tímica) verde, no laríngeo (garganta) azul claro, no frontal (entre as sobrancelhas, glândula pineal) azul índigo e finalmente no coronário (topo da cabeça, pituitária) cor violeta.

O despertar do Kundalini consiste em mentalizar essas energias, do vago e simpático, negativa e positiva, subindo por dentro da coluna vertebral (central), passando por cada chakra, avivando sua coloração e rotação, subindo até o cérebro; em cada passagem seria como desfazer um nó que, se não orientado, pode romper-se danificando o corpo físico. O caminho é tortuoso, é o caminho do meio, é caminhar por uma região desconhecida, há necessidade de um bom mestre, um bom guia. Um livro pode ser um bom guia. "Kundalini - Coppi Krishna. Kundalini e a Terceira Visão - Mellita Dening e Osborde Phillyps".

Na era de Aquário devemos de preferência trabalhar com os chakras superiores: pineal (hipófise) ou terceiro olho, e pituitária (hipófise) coronário, automaticamente as demais glândulas se ativam.

Em nosso cérebro é na medula oblongada que estão guardados os arquivos de nossas vidas passadas.

O despertar da Kundalini nos dá acesso aos planos materiais mais sutis (Astral e Mental) mas existem muitos mais planos acima deles.

## **Exercícios espirituais**

Ao fazermos uma prática espiritual procurando respirar calmamente, aquietando nossos sentidos, entramos normalmente em Alpha, nosso cérebro passa a vibrar cerca de 7 Hertz por segundo, entramos num estado alterado de consciência.

Concentração é a fixação, com os olhos abertos ou fechados, num ponto, aquietando nossos sentidos, isolando-nos de nossas percepções sensoriais; podemos, ao mesmo tempo, entoar um

mantra a viva voz ou mentalmente. Para nós ocidentais é uma prática difícil devido a agitação normal das nossas vidas.

Contemplação é a orientação da nossa mente num quadro, num texto esotérico, numa poesia, procurando integrar-nos à mesma entendendo-a na sua essência; é muito mais fácil para nós.

De uma maneira como na outra estamos meditando; quando baixamos nossos pulsos cerebrais estamos expandindo nosso estado de consciência, como um internauta entramos em contato com os planos superiores e, quando terminamos nosso exercício, trazemos de volta conhecimentos; podemos lembrar-nos dos mesmos ou não mas... algo começa a mudar dentro de nós, mudamos muitas das nossas atitudes negativas. Recebemos muitas respostas dos nossos questionamentos sem necessitar da lógica, é pura intuição, nós começamos a entender sem elucubrações, sem dúvidas, sem perguntas.

Quando chegamos à consciência cósmica passamos a nos integrar com o todo, entramos na composição do Universo, somos partícula divina. Começamos a entender quem somos nós: algo mais que o corpo físico denso, por que estamos aqui: estamos na escola evolutiva da vida, temos uma tarefa para cumprir.

Mais adiante em nossas experiências chegaremos à consciência do nosso destino final, nossa meta, somos partícula divina e voltaremos à nossa origem, entramos na consciência de Deus.

Quem já teve essas experiências não sabe como descrevê-las, faltam ou não existem palavras, pode ser dada uma idéia muito distante.

Os sistemas acima mencionados são projetionais, seria como se dentro de um quarto nós tivéssemos um equipamento, como um rádio, que se comunicasse com os planos espirituais.

No desdobramento nós saímos do nosso quarto e começamos a viajar por esses planos, o resultado evolutivo é igual.

## O amor, seus tipos e respiração prânica

O Amor é o mais alto valor humano.

"Uma experiência vale por mil conhecimentos". Albert Einstein. Podemos ter lido vários livros sobre pára-quedismo sem nunca termos saltado de um avião, pode acontecer até que na hora do salto nos falte a coragem; o mesmo acontece nas buscas espirituais, lemos muito mas praticamos pouco, muitos exercícios produzem resultados que, na hora de obtê-los, nós ficamos receosos e os bloqueamos.

A busca da evolução espiritual começa no primeiro degrau da escada: no corpo físico denso, temos que harmonizar nossa matéria sólida com as matérias sutis (corpos), o corpo físico com o corpo emocional (astral ou id), com o corpo mental (ego) e com a Alma (Super Ego). Temos que coordenar todos esses corpos com a Alma, ela é a diretora, a chefe.

Uma prática que pode ser usada nessa coordenação seria cumprimentarmos-nos no espelho todas as manhãs: bom dia (falarmos nosso nome próprio) você vai bem? Hoje e nos demais dias vamos ter nossas emoções orientadas pelo bom senso da razão e as duas (emoção e razão) serão dirigidas pelo nosso Eu superior (Alma), somente assim é que evoluiremos. Vou procurar daqui em diante usar esse comportamento com a família, com os amigos, no trânsito, no trabalho, no lazer, no convívio diário com todos os reinos: humano, animal, mineral e vegetal (admirar um mineral, a beleza de um vegetal é conviver com amor).

Temos que perguntar-nos antes de agir: É bom? É necessário? É verdadeiro?

Temos três categorias de amor:

**Pessoal:** que visa o nosso bem estar; temos que nos amar primeiro para darmos amor.

**Amor ao próximo:** familiares, amigos.

**Amor Universal:** a todos, entendendo que cada ser tem seu caminho, seu karma, sua tarefa, mesmo os maldosos são dignos de dó, se escapam da justiça humana não escaparão dos senhores do karma, na justiça divina a pena é exatamente proporcional ao feito.

Os pensamentos maldosos podem, dependendo da intensidade da concentração, prejudicar muito as pessoas para as quais eles são dirigidos e, pela lei da ação-reação, voltam para nós carregados negativamente; se não queremos alguém no nosso convívio podemos colocá-lo na prateleira do amor universal; podemos fazê-lo também com os que nos são próximos, deixá-los guardados no armário por uns tempos para depois trazê-los novamente ao nosso convívio.

Pranayama é toda respiração consciente, se nós prestarmos por determinado tempo (alguns segundos ou até meia hora) atenção no ato de respirar estaremos fazendo pranayama; é função que nos trouxe no mundo (o primeiro alento incorporador), é a função que nos mantém com a vida, é a função que quando feita pela última vez encerra nossa vida física (último alento).

O prana é o conjunto de íons elétricos altamente energizados que estão na nossa atmosfera, alimentam o nosso corpo etérico, que é o encarregado do nosso fluxo nervoso, sem ele não há vida, é a eletricidade da nossa máquina.

O prana pode ser visto fisicamente: se estivermos numa praia após uma chuva que torne a atmosfera mais límpida, olhando-se para o horizonte, entre o céu e o mar, poderemos ver pequenas partículas brilhantes em forma de molas soltas na atmosfera.

Quando chamou a Terra Prometida de Israel, Moisés provou mais uma vez ser um grande conhecedor de Kabala, Isis é a Lua, Rá é o Sol e EI é o relâmpago, o positivo, o negativo e a energia.

Os íons, partículas elétricas que estão no ar vêm do nosso Sol, sem Sol a vida não persiste, mesmo nas regiões gélidas, a energia que vem do Sol está na atmosfera.

## **Misticismo e magia**

O místico busca a união com Deus, indo da consciência Cósmica à Auto Consciência e à Consciência de Deus, ao total entendimento, sendo este último estágio inexplicável, não há palavras para descrevê-lo, vamos do Samadi ao Nirvikalpa.

A magia é a união com os espíritos da natureza, seu entendimento, sua compreensão e utilização, é um domínio relativo. O misticismo é desprendido, contemplativo, a magia é militante, ativa. O místico trabalha com a intuição, o conhecimento direto.

## **As escolas, os professores e a disciplina**

Ao subirmos uma escada o primeiro degrau tem que estar firme para que galguemos os outros que, por sua vez, também têm que ser seguros.

Todas as Escolas são donas da Verdade, só não o são quando dizem que só elas o são; mesmo assim, muitas afirmações tidas como verdadeiras se tornaram falsas com o decorrer dos anos (o homem voar, o homem ir à lua, etc.)

Ao frequentarmos uma Escola Espiritual temos que sentir o primeiro degrau, verificar como procedem seus instrutores no “aqui agora”, no trabalho, com os subalternos, na correção, no cumprimento de seus compromissos, nos horários, na sua tranqüilidade no trato com as pessoas; se não transmitir paz com sua presença, ele é apenas uma pessoa culta que transmite conhecimentos e não os vivencia, o que não deixa de nos ser útil mas está incompleto.

Num aprendizado temos que gostar, ter força de vontade para aprender, constância, disciplina. O difícil é a atenção no “aqui agora”, no eterno presente e, mais ainda, na convivência com o próximo.

Chico Xavier conta que quando encontrou (no princípio de seu caminho espiritual) com seu Mestre, este lhe deu três conselhos para ser bem sucedido: Disciplina, Disciplina, Disciplina.

Cada reencarnação é uma peça teatral, somos principalmente atores mas podemos também ser expectadores ou diretores.

Se como atores nossa performance não está boa, como diretores podemos corrigi-la, melhorá-la; como expectadores podemos avaliar a peça na sua atuação, direção e texto.

Desdobramento, OVNI's e Esoterismo

### **Misticismo, etc**

Aqui cabe uma observação: não temos que fazer uma auto-análise crítica e sim uma avaliação, sabendo que os erros são cometidos num estado vibracional mais baixo, numa falta de controle da emoção pela razão (muitas vezes a emoção não deixa de ter sua razão), se houve um erro e pudermos corrigi-lo muito que bem, se não for possível temos que procurar não repeti-lo, alcançando o equilíbrio.

No teatro da vida representamos uma comédia, uma tragédia, ou um drama. Se soubermos que temos muito mais peças pela frente escritas pelos Senhores do karma poderemos atuar melhor nas mesmas, mais equilibradamente.

### **Maya, o grão de areia, a esfera celeste, matéria, energia, espaço e o tempo**

Somos grãos de areia na praia, sem o grão de areia a praia não existiria, somos partículas divinas, a praia não seria praia sem a areia; Deus seria a Praia, o todo, a sua manifestação nos mundos materiais seriam os grãos de areia.

Os mundos materiais estão prontos; os mundos são escolas, nós, como alunos, não podemos modificar os seus currículos e sim aprendermos suas lições, tudo o que foi criado é necessário.

O que nós, humanos, mudamos desde a idade da pedra até hoje? Não fazemos mais guerras locais com paus, pedras, flechas, lanças, usamos bombas muito mais amplas, atômicas, de hidrogênio, de nêutrons, de alcance mundial, talvez até afetando (com bombas mais poderosas) o equilíbrio do nosso sistema solar.

O que fazer? Temos que formar-nos na Escola da Vida para dela sair, fazer um curso supletivo, mais rápido.

Num curso de navegação marítima, como exemplo, para se achar uma posição no mar, temos que reparar o Céu, saber que estrelas estão na região em que navegamos e, com uma série de operações, cálculo de horário dos crepúsculos, fusos horários, sextante, almanaque náutico, etc., vamos saber nossa posição: latitude e longitude, em graus, minutos e segundos. Para executar toda essa tarefa, nós imaginamos, que o nosso Planeta está cercado por um globo transparente (esfera Celeste), com Equador Celeste, Meridianos Celestes, Paralelos Celestes, Pólos Celestes, etc., e nesse globo estariam fixadas todas as estrelas conhecidas, como se todas estivessem à mesma distância da Terra. Um processo todo é feito com resultados exatos de navegação usando-se um método imaginativo, uma ilusão, um globo celeste imaginário, um Maya.

Podemos marchar lentamente na nossa evolução espiritual como todos esses cálculos de navegação ou irmos por um atalho, acelerando nosso karma, como se usássemos um aparelhinho chamado GPS (Global Position System:- Sistema de Posição Global) que em segundos, usando os sistemas de satélites, fornece nossa posição. Usando o sextante e o sistema tradicional levaríamos horas. Com a evolução espiritual sairíamos do Maya, sairíamos da noção Matéria, Energia, Espaço, Tempo.

A Energia forma a Matéria e esta tem sua existência restrita ao Espaço-Tempo. A matéria portanto

ocupa um determinado espaço durante um certo tempo e depois se transforma ("Nada se perde, tudo se transforma." Lavoisier); a Energia é a manifestação da Alma nos Planos materiais, o corpo físico denso, o corpo astral e o corpo mental são matérias, a Alma é partícula divina manifesta, não é matéria.

### **A lei de Newton, a inércia, os derviches, o desdobramento**

"Matéria atrai matéria na razão direta das massas e no inverso do quadrado das distâncias." (Isaac Newton)

Quanto maior a massa de um corpo e quanto mais próximos estiverem um do outro, maior a sua atração.

Inércia é a tendência de um corpo continuar sua direção inicial quando esta é bruscamente mudada.

O maior esforço de uma nave espacial é sair da gravidade da Terra e, antes de dirigir-se ao seu destino, circundar nosso Planeta até sair de vez de sua órbita. Como já falamos anteriormente, regressão e projeção são interiorizações, desdobramento é exteriorização, nas duas primeiras nosso cérebro vibra em ondas Alfa (7 Hertz/segundo), no desdobramento por alguns instantes nós vibramos além do estado de vigília (mais de 14/Hertz/segundo); nós aceleramos os foguetes da nossa nave, giramos a energia ao redor do nosso chakra frontal (pineal) e saímos da gravidade do corpo físico, nos direcionamos para fora de sua atração; seria como uma desnatadeira que, ao fazer a manteiga, gira projetando a gordura, mais pesada, para as bordas da vasilha.

Os derviches, grupo muçulmano Sufi, giram seus corpos ao som de uma música, entram em transe e se desdobram, desprendem seus corpos sutis. Sem necessitar usar a técnica derviche nós podemos desdobrar-nos fazendo exercícios cerebrais.

### **O duplo etérico**

Se observarmos um dos dedos de nossa mão, o indicador como exemplo, sobre um fundo branco, a uma distância de uns 30 centímetros aproximadamente, com uma luz atrás de nós, depois de um minuto começaremos ver ao seu redor uma energia de cor esverdeada; é o nosso duplo etérico onde circula o prana, nossa energia vital, a energia que percorre o nosso sistema nervoso; nesse campo energético é onde se encontra nossa tela búdica, nosso sensor; dessa energia nós podemos moldar o ectoplasma nas materializações; esse ectoplasma usado nos fenômenos espirituais exaure os seus mediadores (médiuns), chegam a perder até alguns quilos nessas práticas, a melhor maneira é usar a energia etérica do local, do ambiente de trabalho e não fazer uma doação pessoal.

Muitos curadores usam essa energia prânica para cura, energizando-a para uma revitalização ou afastando-a para uma anestesia; a anestesia nada mais é do que o afastamento da energia prânica de uma região tornando os nervos do local insensíveis; a energia daquele local é afastada como um "By Pass" (ponte).

No corpo etérico está a tela búdica (o sensor) cuja função é filtrar as interferências negativas, ataques psíquicos, miasmas, formas de pensamento negativas.

Com o uso continuado de bebidas alcoólicas, fumo, drogas, etc., essa tela enrijece tornando-se quebradiça e, como os buracos na camada de ozônio, não filtram mais; a pessoa passa muitas vezes a sofrer do "Delirium Tremens", começa a ver morcegos, cobras, ratos, etc., e chegam a enlouquecer. A tela búdica tem uma espécie de disjuntor elétrico; quando temos um pesadelo traumatizante ou um choque psíquico forte, esse disjuntor desliga-se automaticamente, protegendo-nos da situação.

### **Os habitantes de nosso planeta**

Temos cerca de sessenta bilhões de Almas, em sua grande maioria distribuídas pelo plano físico,

astral e mental de nosso globo, a humanidade não é ignorada, é protegida e guiada.

"O homem não sabe que tem um oceano dentro de si e pede um copo de água para o vizinho".  
(Ralph Waldo Emerson.)

Temos portanto um limite populacional em nosso Planeta, em todos os planos; existem nesse limite seres que não têm matéria densa e não vão tê-la, habitam o Astral e o mental (matérias mais sutis), têm como função o assessoramento nos planos em que estão e no plano físico denso. Compõem assim a Hierarquia Planetária.

### **A inclinação do eixo da terra**

Nosso Planeta sofreu há bilhões de anos um acidente e a Terra inclinou o seu eixo 23,5 graus, medida aproximadamente que temos hoje, talvez pela colisão de um grande asteróide ou outro fator, provocando assim a era glacial, e várias modificações geográficas, separou os continentes, afundou alguns, emergiu outros, falam até de experiências mal conduzidas em Atlântida, ou que um meteoro enorme nos atingiu, como o que atingiu Júpiter.

A Terra é como um motor elétrico que gira ao redor de um eixo, com fios enrolados ao redor do mesmo. A Terra no sentido norte-sul é percorrida por energias (cinturão de Van Allen) como se fossem fios elétricos, elas mantêm seu movimento rotativo.

Podemos até comparar a Terra a um pião, daqueles que as crianças giram. Esse pião na sua maior aceleração mantém o seu eixo numa perfeita vertical, mas quando perde essa aceleração, inclina-se no seu eixo e começa a balançar lateralmente. Essa inclinação no nosso Planeta provoca a diferença do Norte magnético com o Norte verdadeiro.

Atualmente foi comprovado astronomicamente que a Terra tem 4 movimentos: rotação, ao redor do seu eixo, translação, ao redor do Sol, nutação, o desequilíbrio do seu eixo e finalmente o movimento que a Terra tem no Espaço, no conjunto Galáctico.

A rotação total é de 24 horas, a translação de 365 dias, a nutação de 25.000 anos aproximadamente, a no espaço talvez seja infinita; divergem os astrônomos atuais sobre este último movimento, se fosse infinito o Universo se dissociaria; se esse movimento tivesse um ponto de retorno, se contrairia. As antigas escrituras Hindus, os Vedas, os Upanishads e Helena Blavatsky já falaram sobre a expansão e a contração do Universo: Laia e Pralaia.

Com a desaceleração do nosso Planeta Terra, com explosões solares havidas em várias ocasiões, nós, humanos, tivemos nosso ritmo de vibrações cerebrais diminuído, nossos impulsos baixaram, nossos cinco sentidos eram mais desenvolvidos, eram o que chamamos hoje de clariaudiência, clarividência, etc. Essas faculdades nos eram naturais, foram perdidas inclusive a mais importante delas: o desdobramento, a saída consciente da matéria física- densa; os alienígenas não nos eram estranhos pois também viemos do espaço sideral para aqui colonizar. Com a perda da consciência passamos a considerá-los deuses, venerá-los, até temê-los.

Perguntaríamos hoje: Por que não reverteram o processo, eles que têm uma alta tecnologia? Porque eles, como não conhecem a morte como nós, não morrem, trocam de matéria, se lembram de todas as experiências das vidas anteriores (matéria gasta - matéria nova), não nos ajudam? Os danos causados foram grandes e se foram por nossa culpa ou não, não cabe aqui discutirmos, existe um princípio universal de não interferência, e eles não interferem, frutos da natureza exigem um tempo de maturação, o processo será revertido, a Alma é eterna, tempo e espaço para ela não importam.

Existem até pessoas que afirmam que grupos alienígenas estão com naves, formando um triângulo ao redor do nosso Planeta, trabalhando para acelerar a nossa rotação, para alinhar o Norte magnético com o Norte verdadeiro.

## **A intuição**

A intuição é o raciocínio da Alma, ela nos dá respostas sem racionalizar, sem o uso da lógica, não comparamos com o que já conhecemos para chegar a uma conclusão; se temos um problema, um questionamento, usando a intuição podemos não saber racionalmente, não explicar sua solução, mas entendemos o seu fato gerador, sua resposta vem diretamente, o problema, mesmo sem sua solução lógica, não nos preocupa mais.

Os derviches se colocam em estado alterado de consciência, usam a força centrífuga, sua dança giratória, deslocam os corpos sutis, se projetam para outros planos (entram em transe) e intuem conhecimentos que os elevam espiritualmente.

Os budistas com suas meditações, principalmente com seus "cohans", provocam perplexidades, chocam o consciente, confundem o raciocínio lógico passando a usar a intuição.

O "cohan" é uma técnica que nos tira do raciocínio lógico. Por exemplo: no meio de um cântico mântico, uma oração ou palestra dirigida por um budista, este fala algo que não tem nada a ver com o assunto, solta um grito ou senão, passando por um grupo de alunos meditando tranquilos, com os olhos fechados, batesse no ombro deles com uma vara assustando-os, deixando-os perplexos; com isso altera a consciência de vibração ligando-a com o raciocínio d'Alma.

Como Tempo e Espaço nos outros planos são diferentes do plano físico denso, grandes conhecimentos nos são transmitidos em frações de segundo. Quando retornarmos à consciência no físico, esses conhecimentos nos são passados aos poucos para o racional lógico.

A respiração rítmica da Yoga também pode levar-nos a esses estados diferenciados nos ligando à intuição.

## **O livro das leis**

A Alma é infinita, os mundos materiais são finitos; inclui-se nos mundos materiais o corpo físico, o corpo emocional (Astral) e o corpo racional (Mental) sendo o físico denso o mais sólido e os demais mais sutis (como o gelo a água e o vapor).

O Espírito é o veículo vibracional da manifestação divina que tudo interpenetra.

Deus é a fonte, origem, criadora e sua criação se manifesta vibracionalmente (espírito) sendo sua motivação o Amor.

A Alma é individual, com capacidade volitiva, seletiva, opinativa, intelectual, imaginativa, criativa e postulativa, Almas Gêmeas seriam Almas compatíveis que, de reencarnação em reencarnação, teriam acertos kármicos, negativos e positivos, para serem harmonizados.

Hierarquia espiritual é um grupo de Almas trabalhando em vários níveis com o propósito de manter os mundos em funcionamento.

A Lei das Polaridades, das causas e dos efeitos, do negativo e do positivo, qualquer fenômeno no Universo, do Átomo até o Cosmo, são regidos por essas polaridades.

A Lei da Harmonia, das vibrações, do fluxo e refluxo regula o som, a luz, as cores. Nas altas vibrações teríamos a alegria, a paz, a tranquilidade, o equilíbrio. Nas baixas vibrações teríamos a raiva, a inveja, a tristeza. Muda-se um karma mudando-se a vibração, mudando-se uma atitude, não sendo efeito, só sendo efeito sob controle.

A convivência nos testa sempre, a atitude que tomamos deve ser sempre de amor universal, de crescimento espiritual, podendo ser positiva e também negativa, uma negação pode ser um benefício. Nós arquivamos "Fac Similes" no inconsciente, criados por nós ou emprestados (criados pelos outros), são unidades de energia. Um "Fac Simile" pode controlar um indivíduo e tornar-se uma aberração. São idéias, conceitos que podem se enraizar.

Quando temos um problema temos que pensar nas conseqüências de sua não solução, uma vez aceitas (as conseqüências) por pior que sejam, temos que tentar com o maior equilíbrio possível, sua solução, quando não há solução solucionado está; está nas mãos de Deus.

Na busca da espiritual idade temos que levar em conta que cada indivíduo é diferente, temos que procurar nosso caminho, nossa crença, caso contrário estaremos despendendo tempo e esforço numa prática que não nos convém. Não devemos acomodar-nos, a busca tem muitas trilhas, se acharmos que uma delas não nos serve mais temos que partir para outra.

No mundo materialista de hoje, o Ter e o não Ter provocam distúrbios, tanto físicos como mentais (necessidades e desejos). Os mundos materiais estão prontos, são imutáveis, variam somente nos arranjos e nas combinações, "Nada se perde, tudo se transforma." (Lavoisier). Somos alunos de uma Escola, a Escola da Vida, temos que cumprir um currículo, a mudança é interna, é o famoso equilíbrio, temos que passar de ano letivo, obter a aprovação, procurarmos não ficar em dependência de nenhuma matéria para termos que repeti-la (reencarnarmos); se formos aprovados passaremos para outros planos espirituais, poderemos optar para voltar para a mesma Escola mas, como professores.

### **Aspectos do desdobramento**

O desdobramento é resultante do aumento (por frações de segundo) de vibrações cerebrais. Pessoas que se desdobram com mais facilidade que outras é porque já fizeram essa prática em vidas anteriores e, hoje, atualmente, o fazem mesmo não se lembrando que o faziam no passado tendo até receio de tal prática; enquanto os que tentam o desdobramento por meio de exercícios estão ansiosos por resultados positivos e muitas vezes demoram para obtê-los.

Sensações que poderemos ter ao desdobrarmos (saída consciente do corpo físico denso):

**Sensação de balonamento:** parece que estufamos, inchamos como um balão.

**Sensação de balanço:** balançamos de um lado para outro, temos que procurar aumentar o impulso do balanço (realmente como numa balança) para que possamos sair pela tangente num dos impulsos.

**Formigamento:** sensação de pequenos choques elétricos pelo corpo, arrepios.

**Repuxamento dos músculos faciais,** indo do maxilar em direção às orelhas.

**Deslizamento:** Se estivermos deitados sentimos como se o nosso corpo estivesse escorregando da cama, saindo pelos pés.

**Rolamento:** rolar da cama e cair no chão. Não é o corpo físico e sim o corpo sutil.

Não temos que preocupar-nos com a respiração, quem respira é o corpo físico denso, o corpo sutil não necessita de oxigênio.

Começamos a ter resultados práticos de nossos desdobramentos quando começarmos a lembrar de nossos sonhos com mais clareza e, se nesses sonhos forem criadas situações absurdas, impossíveis no físico, conscientizar-nos da impossibilidade das mesmas no plano físico e acordarmos no sonho e atuarmos no mesmo, ficarmos conscientes.

Se no sonho estivermos pescando, apanharmos um peixe, e fora d'água ele transformar-se num cachorrinho, alguma coisa está incoerente, estamos fora do corpo, e algum mestre, usando formas de pensamento criativas, está testando-nos para ver se entendemos que estamos em outros planos.

O importante para um bom resultado nos desdobramentos é a prática de uma respiração consciente, um pranayama, uma inspiração compassada, abdominal e torácica, tranquila. O alento nos traz para a vida física na primeira inspiração, a Alma, ao lado da mãe, assume o corpo físico do nascituro e, retiramo-nos do corpo físico definitivamente na última expiração.

Nosso ritmo respiratório nos relaxa ou nos excita, provoca uma acidose ou uma alcalose no nosso cérebro. Se respiramos rapidamente ficamos mais excitados, mais elétricos (acidose) se respiramos devagar ficamos mais calmos (alcalose).

## **Planos espirituais**

Até pouco tempo o Átomo era tido como a menor partícula indivisível. Hoje já não o é mais. Definir Alma como Átomo de Consciência já fica mais difícil, mas na semântica é o que temos para usar.

Alma é a essência pura, manifesta-se diretamente pela intuição, manifestação que é raras vezes por nós captada e, quando a captamos, muitas vezes não seguida, começamos a usar o raciocínio lógico (comparativo). O equilíbrio nos proporciona modificações no estado de consciência e permite que o Eu Superior (Alma) harmonize-se com os nossos outros planos assumindo o real controle dos mesmos: Alma-Razão-Emoção-Físico.

No Perispírito (Ideoforma) há uma tênue tela (tela búdica) que filtra impurezas protegendo o físico denso. O Astral, emocional, id, é o plano das emoções, alegria, tristeza, raiva, amor.

O Mental, Ego, cuida de nossos afazeres diários, ganhar dinheiro, planejar, isso na sua parte mais prática (Mental Inferior); trata também do aprendizado: música, filosofia, estudos (Mental Superior) e cuida das lembranças, memórias, da vida presente e passadas. No Causal estão as lembranças de vidas pregressas (arquivos akáshicos) de difícil acesso.

O mental nas suas divisões, Inferior, Superior e Causal, está localizado nos lóbulos esquerdo, direito de nosso cérebro e também na medula oblongada. Nesta última fica o causal.

Nos Planos Físicos (materiais), até o Mental trabalhamos com as energias Fohat, Prana, Kundalini, usamos o raciocínio lógico, e estamos confinados ao tempo e ao espaço. São todos planos finitos, o permanente é a Alma, essência divina.

É muito complicado explicar o complicado de uma maneira simples. Se lembrarmos-nos de vidas passadas, se desdobrarmos-nos conscientemente, estaremos diretamente conectados com o Plano de Alma, a morte será para nós uma simples perda de matéria, seria como trocarmos uma roupa gasta por uma roupa nova, seríamos imortais, essa seria nossa real meta.

Nossa verdadeira espiritualidade começa no primeiro degrau da escada, burilamos nosso progresso no convívio equilibrado com os nossos semelhantes, mulher, filhos, patrões, empregados, no trânsito, somos gregários; nesse viver gregário afinamos nosso nível vibracional e, nas práticas espirituais, começaremos a obter melhores resultados.

## **Regressões**

De uma maneira geral, nas regressões, deve haver uma empatia com o cliente, não mecanicidade, de preferência num relaxamento, só usar na hipnose se for necessário; o relaxamento deve ser por partes (pés, pernas, abdome, etc.); fazer uma proteção imaginando um globo azul envolvendo o paciente fazendo-o consciente dessa proteção, invocar um protetor espiritual (anjo da guarda, acompanhante, guia, etc.).

A respiração deve ser compassada no princípio e depois normal, devemos invocar memórias da vida presente regredindo para a vida fetal e depois as vidas anteriores.

Pode haver choros, emoções fortes, devendo o regredido ser tratado com amor e compreensão, procurando-se acalmá-lo sempre.

É mais ou menos um resumo de uma regressão, existem diversas técnicas regressivas e estas devem somente ser aplicadas por especialistas credenciados. A regressão pode ser também espontânea: um sonho que nos leve ao passado, um passeio ao local que vivemos anteriormente (déjà-vu).

Os arquivos de memória, akáshicos, são cartões - tipo postal cada vida um cartão (ou disquete) contendo toda uma vida ("Um quadro vale por mil palavras", Budha Gautama.)

Na regressão podemos procurar resolver um problema presente que teve sua origem noutra vida, seria como um iceberg cuja parte, menor, fora da água, está ligada a uma submersa (maior), que são as vidas pregressas.

Podemos sugerir a mentalização de um guia que nos leve ao passado, imaginarmos também um túnel que, ao passarmos por ele, nos leva ao passado.

Normalmente a regressão necessita de três seções ou mais, quando o regredido se vê no passado perguntamos como está vestido, como é o seu físico, se é homem ou mulher, como é o local onde se encontra etc, há uma necessidade de integrá-lo ao passado.

No caso das emoções fortes temos que acalmar o regredido, muitas vezes pular a parte traumática para depois voltarmos a ela, chamamos o regredido para o presente usando uma contagem regressiva avisando-o de que está voltando para o presente.

Muitas vezes o capítulo morte na vida pregressa aparece, temos que lembrar que tal fato já ocorreu no passado, não é o presente, é só uma lembrança. Muitas vezes, para que se recorde o que se passou no passado, fazemos que o regredido converse consigo mesmo no presente, como se fosse outra pessoa, se veja, no passado, acompanhado de outra pessoa (que é ele mesmo no presente).

Para mentes analíticas procura-se iniciar a regressão criando-se uma imagem paisagística, um passeio no campo, a entrada em uma gruta (que seria ir ao passado); quando o regredido começa a sentir uma pequena pressão no plexo solar ou na garganta é hora de iniciar-se a regressão.

Com pessoas emotivas procura-se uma emoção (boa ou não) na vida presente e procura-se ligar a mesma com outras vidas.

É essencial que o regressor já tenha feito regressões e conheça bem o assunto, de preferência um psicólogo treinado, que acompanhe a regressão.

A regressão se dá, assim como o desdobramento, com a mudança das frequências cerebrais:

<b>Frequências cerebrais</b>	<b>Hertz por segundo</b>
Beta - vigília	acima de 12 ciclos
Alfa - meditativo	de 7 a 12
Teta - profundo	4 a 7, não se sente o corpo
Delta - sono profundo	1 a 4

Todas as noites entramos em Delta por 45 minutos nas 8 horas, é o que realmente nos descansa.

Temos três consciências:

### **Consciente, inconsciente e consciência superior.**

Nos estados alterados de consciência, por mais rápidos que sejam, as pessoas mudam um pouco, o ter é substituído pelo ser. Esse estado é obtido por pranayamas, Yogas, mantras e com o uso de drogas, sendo o último condenável e altamente prejudicial.

O cérebro esquerdo é prático, o direito intuitivo, muitas vezes o que o nosso consciente quer não é o desejado pelo inconsciente.

Albert Einstein disse não existir maior velocidade do que a da luz mas, atualmente, muitos físicos e matemáticos afirmam que esta velocidade já pode ser superada; entraríamos na trilha do tempo (passado, presente, futuro). Podemos ir ao passado não para mudá-lo e sim para nos conscientizar do que nos está perturbando no presente, um problema entendido está resolvido.

Com a velocidade superior à da luz, matéria e energia podem ser tiradas de outro Universo ou colocadas nele - velocidade supralumínica, são as entradas e saídas nos mundos paralelos (matéria e

anti-matéria).

"Quando duas partículas gêmeas são separadas distanciando-se na velocidade da luz, qualquer mudança numa delas se efetua na outra (se comunicam supraluminicamente); chama-se distância de quase espaço". Teorema de Bell - J.S.Bel. A telepatia instantânea não seria essa velocidade?

No futuro os estudos de física incluirão cursos de meditação, regressão ao passado e projeção ao futuro.

Nosso cérebro é um supercomputador, nossos conhecimentos diários são armazenados em disquetes e, depois de rodados, são conservados no winchester.

O computador nada mais é do que uma cópia simples e distante do cérebro humano. Os disquetes de informações são conhecimentos que adquirimos nos livros, filmes, experiências diárias, etc, guardadas na nossa memória; o winchester seria o conjunto de conhecimentos colocados no nosso inconsciente, poderíamos até afirmar que temos um super winchester e com a noção da existência do mesmo podemos trazer lembranças e conhecimentos adquiridos em vidas passadas, lembrarmos de nossas vivências no Planeta Terra, de nossa chegada ao mesmo e de nossa passagens por outros sistemas planetários; são aqueles 95% ou mais que ainda não utilizamos em nosso cérebro.

De acordo com a lei da atração e repulsão das massas de Isaac Newton, "Matéria atrai matéria na razão direta das massas e no inverso do quadrado das distâncias", quanto maior ou mais densa a matéria, maior é a sua atração; quanto mais distantes estiverem, menor a sua atração. Raciocinando dessa maneira e considerando que também a luz, no seu caminho pelo espaço sideral, também se curva, existe portanto, no espaço, uma grande influência magnética (atração) entre os corpos e suas energias.

Nossos corpos materiais - físico denso, astral e mental - também sofrem atração, sendo que nossos corpos sutis, astral e mental são atraídos pelo corpo físico mais denso e o físico denso atraído pelo nosso Planeta Terra (gravidade).

Podemos aqui até repetir:

A atração da Lua pela Terra, no seu perigeu (ponto mais próximo que ela está do nosso Planeta) delimita a área kármica da humanidade; traçando, no perigeu, um círculo equidistante em relação à Terra, teremos o limite do mental coletivo do nosso Planeta, do mental coletivo mencionado por Karl Jung.

"Nada se perde, tudo se transforma" (Lavoisier); a humanidade toda está nesse arquivo circunscrito, não se perde um "bit", uma vírgula, não cai uma folha de uma árvore sem que Deus o saiba...

Esse arquivo permanece como energia mas é efêmero como matéria. Os mundos físicos são efêmeros mas a energia pura (a Alma) é eterna.

O ser humano no espaço ainda mantém os seus corpos físicos coesos, mas sofrerá modificações na sua estrutura densa assim como nos seus corpos mais sutis ao se distanciar da área delimitada pela Lua no seu perigeu; sairia do Mental Coletivo, da Área Kármica. Sofreria as modificações sutis na sua psique.

O desenvolvimento espiritual está muito ligado aos exercícios respiratórios. Se respirarmos rapidamente provocamos uma acidose no cérebro, nos excitamos, se o fizermos vagarosamente, enchendo totalmente os pulmões (abdome e tórax), se segurarmos os pulmões cheios por 2 a 5 segundos, se expirarmos lentamente, aproximadamente por 10 segundos, retermos os pulmões vazios de 2 a 5 segundos, fazendo esta prática durante 10 ou 20 minutos, estaremos fazendo um excelente exercício espiritual, se preferirmos podemos (mentalmente ou em voz alta) entoar um mantra (Om-Aum-Shanti, etc.).

Este exercício pode ser feito na cama, deitado, antes de dormirmos. Dentro de uma semana ouviremos um zumbido e normalmente uma luz aparecerá na região da pineal (entre as sombrancelhas), só não devemos ficar ansiosos para que isto aconteça, virá naturalmente.

**PS.** Todos os tipos de exercícios físicos para pessoas com problemas médicos (cardiológicos, respiratórios, etc.) têm que ser precedidos por aconselhamento médico).

Uma boa viagem para todos.