

440

Perguntas
&
Respostas

Experiências
Fora do Corpo

CESAR DE SOUZA MACHADO

Experiências Fora do Corpo Perguntas & Respostas

Cesar de Souza Machado

440 Perguntas e Respostas

4ª Edição

Abril 2014

Experiências Fora do Corpo – Perguntas e Respostas

1ª Edição: Agosto 2008 – 900 downloads

2ª Edição: Janeiro de 2010 – 4900 downloads

3ª Edição: Fevereiro de 2013 – 3800 downloads

4ª Edição: Abril de 2014

Essa é uma **obra registrada** e está protegida pela **LEI DO DIREITO AUTORAL**.
A distribuição deve dar-se de forma **gratuita**.

É expressamente proibida a edição, desmembramento ou comercialização dessa obra. Os infratores estarão sujeitos às penalidades previstas na Lei.

Copyright © 2014 by Cesar de Souza Machado

Capa: Metaconsciência

Crédito das imagens: As figuras 3, 4, 7, 14 e 31 foram criadas pelo autor; todas as demais são oriundas da *Wikimedia Commons* e seguem seu sistema de licenciamento

Ficha Catalográfica

M1491 Machado, Cesar de Souza.
Experiências Fora do Corpo – Perguntas &
Respostas / Cesar de Souza Machado. Brasília: 2014.
103 p. il. ; 29,7 cm x 21 cm
Publicação da 1ª Edição: Brasília, 2008

1. Experiência Fora do Corpo. 2. Projeção da
Consciência. I. Título.

CDU 133
CDD 13

S u m á r i o

Apresentação	4
Miniglossário	5
Capítulo 1 - Fundamentos sobre EFCs	6
Capítulo 2 - Estados Diferenciados de Consciência	23
Capítulo 3 - Utilidades das EFCs	26
Capítulo 4 - Riscos das EFCs	32
Capítulo 5 - Técnicas Projetivas	37
Capítulo 6 - Os Sentidos e as EFCs	48
Capítulo 7 - Rememoração das EFCs	53
Capítulo 8 - Tipos de EFCs	55
Capítulo 9 - A Dimensão Extrafísica	58
Capítulo 10 - EFCs e Retrovidas	66
Capítulo 11 – EFCs e Programação Existencial	69
Capítulo 12 - EFCs e Paratecnologia	72
Capítulo 13 - EFCs, o Espaço e o Tempo	75
Capítulo 14 - EFCs e Cordão de Prata	80
Capítulo 15 - EFCs e Sexo	82
Capítulo 16 - EFCs e Interassistencialidade	84
Capítulo 17 - EFCs e Energias Extrafísicas	87
Capítulo 18 - O Estudo das EFCs	92
Capítulo 19 - Diferentes Abordagens	98

Apresentação

Prezado Leitor

Esse livro eletrônico foi criado com objetivo de subsidiar as pessoas que estão estudando as EFCs – Experiências Fora do Corpo – empregando o tradicional método de perguntas e respostas.

A Primeira Edição relacionou as 150 perguntas sobre EFCs que, com base na experiência desse autor, pareceram ser as mais comuns, as mais frequentemente formuladas.

Na Segunda Edição, o número de perguntas foi ampliado para 254, agrupadas em 18 capítulos dispostos de forma lógica a fim de facilitar sua consulta. Também foram acrescentadas algumas ilustrações com objetivo de tornar a leitura sequencial mais amena e interessante.

Na Terceira Edição, foi mantido o número de capítulos, mas, o número de perguntas foi ampliado para 333.

Finalmente, na presente Edição, foi criado mais um capítulo e o número de perguntas foi elevado para 440.

O leitor talvez se pergunte como todas essas questões foram formuladas.

Parte das questões foi encaminhada a esse autor durante cursos e palestras ou enviadas por e-mail para os sites *EstadoVibracional*, *FronteiraAstral* e *Metaconsciencia*. Outras questões foram coletadas, modificadas e adaptadas a partir da consulta a literatura sobre EFCs.

Esse livro equivale a um curso sobre EFCs, em que respondemos as diversas questões de forma direta e objetiva. Esperamos, portanto, que o amigo leitor possa esclarecer suas dúvidas aqui. Mas, se isso não acontecer, entre em contato conosco, via e-mail, ou registre sua pergunta em um dos nossos sites.

Cesar de Souza Machado

info@metaconsciencia.com

Miniglossário

Amparador: Consciência extrafísica benévola. O mesmo que guia, anjo da guarda, guardião, orientador, protetor.

Assediador: Consciência extrafísica doentia, desequilibrada. O mesmo que obsessor.

Bionergia: Energia extrafísica presente no ambiente, na natureza e nos campos produzidos pelas consciências.

Consciência: A essência íntima do ser humano. O mesmo que ego, self, alma, espírito.

Consciência intrafísica: Uma consciência que possui corpo físico.

Consciência extrafísica: Uma consciência que não possui corpo físico.

EFC: Experiência Fora do Corpo. O mesmo que projeção da consciência, projeção astral, viagem astral, desdobramento.

Energia consciencial: A bioenergia produzida por uma consciência.

Energia imanente: A bioenergia natural que se encontra em toda parte.

Energossoma: O corpo energético. O mesmo que duplo etérico, perispírito.

Holossoma: O conjunto de veículos de manifestação da consciência formado pelo soma, energossoma, psicossoma e mentalsoma.

Mentalsoma: O corpo mental. O veículo mais sutil e evoluído da consciência.

Projeto: A pessoa que sai do corpo com lucidez.

Psicossoma: O corpo extrafísico. O mesmo que corpo astral, corpo emocional.

Vigília física: O estado normal de manifestação da consciência durante a rotina diária. O estado de lucidez.

Capítulo 1

Fundamentos sobre EFCs

01 – O que é EFC - Experiência Fora do Corpo?

EFC ou Experiência Fora do Corpo é um fenômeno em que uma pessoa sai do seu corpo físico e se manifesta por meio de outro corpo, mais sutil, em uma dimensão extrafísica. A EFC é um fenômeno natural, para fisiológico, inerente à condição humana e que pode ocorrer de forma voluntária ou não.

02 – O que é a consciência?

Consciência é aquilo que anima o corpo intrafísico e os corpos extrafísicos. Pode ser chamada de alma, espírito, *self*, dentre outras denominações. A consciência não é matéria nem energia, pois não apresenta as propriedades nem de uma nem de outra. Não sabemos exatamente como surge a consciência nem qual é o seu destino final. Atribuímos à Divindade, portanto, a origem e o destino, o alfa e o ômega da consciência.

03 – O que provoca a EFC?

Em essência, a causa desse fenômeno é uma grande diferença na frequência vibratória dos corpos extrafísicos com relação ao corpo físico. Essa diferença vibratória pode ser causada, dentre outros motivos, pelo relaxamento do sono, pela meditação, por uma debilidade muito grande do corpo físico devido a uma doença, privações de água, ar ou comida ou, ainda, por uma Experiência de Quase Morte – EQM.

04 – Quem tem experiências fora do corpo?

As EFCs são uma experiência universal. Qualquer pessoa, independentemente de idade, sexo, condições físicas, psicológicas, sociais, culturais, políticas ou econômicas pode ter uma ou mais EFCs.

05 – Ter EFCs é normal?

Sim. Não existe nada de errado com isso. Todas as pessoas têm EFCs, ainda que não se lembrem disso. O que ocorre é que poucas pessoas têm EFCs com lucidez e rememoração.

06 – O que é um projetor?

É um dos inúmeros termos empregados para designar o praticante de EFCs.

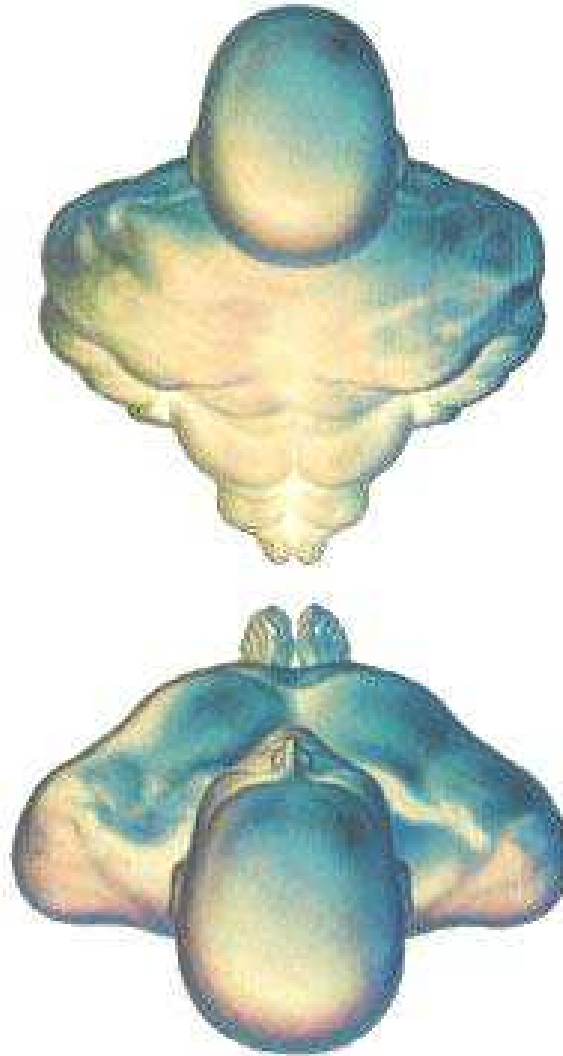


Fig. 1: Durante uma EFC é a consciência emprega um corpo extrafísico

07 – O que é o corpo extrafísico?

É um veículo de manifestação da consciência, análogo ao corpo físico, mas composto por matéria extrafísica. A consciência utiliza esse corpo para manifestar-se em outras dimensões. Na realidade, existem vários corpos extrafísicos, utilizados conforme a dimensão em que a consciência se manifesta.

08 – EFC são reais?

Diversos fenômenos como a bilocação, as projeções conjuntas, os efeitos físicos provocados pelo projetor e experimentos de laboratório corroboram a realidade das EFCs como um fenômeno objetivo.

09 – As EFCs são criadas pelo cérebro?

Não. As EFCs ocorrem porque a consciência que anima o cérebro é imaterial, extrafísica. É em função dessa consciência que ocorre a EFC. Para a ciência convencional, contudo, a causa da EFC é o cérebro funcionando de forma anômala. Vários experimentos

com objetivo de demonstrar que as EFCs são produtos de disfunções do cérebro vêm sendo realizados em anos recentes.

10 – *Existem experimentos que demonstram que as EFCs são ilusões provocadas pelo cérebro?*

Em anos recentes, a partir de 2007, experimentos foram realizados em laboratório com objetivo de confundir os sentidos de voluntários quanto à percepção de seus corpos. O objetivo desses experimentos é tentar explicar as EFCs como uma distorção da autopercepção do corpo pelo cérebro.

11 – *Durante uma EFC, o que é que se projeta para fora do corpo?*

Nós, consciências, possuímos, além do corpo físico, vários outros corpos: o energossoma, o psicossoma e o mentalsoma. Quando a consciência se projeta para fora do corpo físico, ela carrega consigo um ou mais desses corpos.

12 – *Devemos ou sequer precisamos fazer EFCs?*

Promover EFCs voluntariamente é uma decisão pessoal de cada um. Faz parte do processo de amadurecimento da consciência quando ela não deseja mais ficar limitada a manifestar-se com lucidez na dimensão intrafísica. Assim, como não podemos afirmar que promover EFCs é um dever da consciência, também não podemos afirmar que ninguém precisa disso.

13 – *Quantas vezes posso projetar-me?*

Não existe um limite de vezes para projetar-se. Em uma única noite podemos ter duas ou três projeções lúcidas seguidas intercaladas ou não com o despertamento físico. Ao longo de uma vida, uma pessoa pode ter desde umas poucas EFCs lúcidas até milhares de experiências projetivas.

14 – *A EFC pode ser involuntária?*

Sim, com frequência. Fora as EFCs naturais que ocorrem durante o sono, ela pode ser provocada por algum evento diferente, como trauma, acidente ou debilidade do corpo físico.

15 – *Como provocar uma experiência fora do corpo?*

Por meio do uso de uma das centenas de técnicas projetivas existentes.

16 – *Uma pessoa pode provocar uma EFC em outra?*

Sim, é possível, por meio de hipnose ou da atuação energética.

17 – *A EFC é conhecida por outros nomes?*

Sim. Conforme o período histórico e o contexto cultural, as EFCs receberam diversas denominações. No Brasil, são mais usados os termos desdobramento (espiritismo), arrebatamento (igrejas protestantes), viagem astral (esoterismo), projeção (Projeciologia) e Experiências Fora do Corpo (parapsicologia).



Fig. 2: Estar voando durante um sonho é um indicativo de EFC semiconsciente.
“O Voo da Alma” – Óleo de Louis Janmot (1814-1892)

18 – Qual é a origem dos termos projeção astral e viagem astral?

O termo Projeção Astral vem do inglês *Astral Projection* e pode ser rastreado até 1884, quando foi usado pela primeira vez por Edith Maughan no Volume 4 do *Journal of the Society for Psychical Research*. Nas décadas seguintes, o termo tornou-se popular nos Estados Unidos da América. Alguns autores, como Sylvan Muldoon, chegaram a publicar livros com esse título. A mais antiga referência ao termo Viagem Astral, em inglês, *Astral Travel*, pode ser encontrada no livro “A Series of Lessons in Gnani Yoga (the Yoga of Wisdom.)” de Yogi Ramacharaka (pseudônimo de William Walker Atkinson), publicado pela *The Yogi Publication Society*, que também tornou-se popular.

19 – O que é Estado de Emancipação da Alma?

É um termo originário do francês *Emancipation de L’Ame* criado por Hippolyte Léon Denizard Rivail, vulgo Allan Kardec (1804-1869) e divulgado pela primeira vez em 1857 em *Le Livre des Esprits* (O Livro dos Espíritos) para designar as EFCs. O termo nunca foi muito usado, mesmo pelos espíritas, uma vez que o foco dessa doutrina é a mediunidade. Ao longo do tempo, os espíritas passaram a usar outros termos para EFCs empregados por metapsiquistas, esotéricos e, mais recentemente, por cientistas.

20 – Qual é a origem do termo EFC?

EFC é a tradução do termo da língua inglesa OBE – *Out-of-Body Experience*, e foi cunhado pelo psicólogo e parapsicólogo americano Charles T. Tart para designar o fenômeno, em lugar de *Astral Projection* e *Astral Travel*, termos considerados místicos.

21 – A EFC é um fenômeno universal?

Pesquisas realizadas desde 1978 apontam para o fato de que o fenômeno das EFCs, sob diferentes denominações e conotações, está presente em países e culturas de todas as partes do mundo.

22 – Qual é percentual de pessoas que têm EFCs Lúcidas?

Os mais recentes levantamentos (2011), realizados pelo pesquisador Carlos Alvarado sobre pesquisas de opinião realizadas a partir de 1997, apontam para uma incidência de EFCs lúcidas em 16% da população, de um modo geral.

23 – Que tipo de pessoa é mais propensa a ter EFCs?

Em tese, pessoas menos reprimidas no campo das ideias, pessoas com batimentos cardíacos mais lentos, pesquisadores do parapsiquismo e pessoas com grande debilidade física devido a doenças teriam mais facilidade para produzir EFCs.

24 – Em que idade uma pessoa passa a ter EFCs?

Não existe uma idade estabelecida. Algumas pessoas têm EFCs desde a infância. O mais comum são as projeções surgirem, de forma natural ou induzida, na adolescência.

25 – Existe diferença entre homens e mulheres quanto a EFCs?

De um modo geral, mulheres parecem ter mais facilidade para ter EFCs espontâneas, ao passo que homens parecem ter mais facilidade em autoinduzir EFCs por meio da prática de técnicas projetivas.

26 – Porque algumas pessoas têm mais facilidade para ter EFCs?

Provavelmente porque trabalharam essa habilidade noutras vidas. Fatores genéticos e a existência de uma programação existencial pessoal também podem influenciar como facilitadores das EFCs.

27 – O que é uma EFC induzida?

As EFCs podem ser espontâneas ou podem ser induzidas. No segundo caso, podem ser autoinduzidas quando promovidas pelo próprio projetor e heteroinduzidas quando ocorre a interveniência de outra consciência, intrafísica ou extrafísica, no processo projetivo.

28 – Existem outras explicações para as EFCs?

Sim, existem várias. Para os céticos, seriam delírios, alucinações ou simples histórias inventadas para chamar a atenção e ganhar dinheiro. Para a ciência tradicional, seriam distúrbios no sistema nervoso, mais especificamente em certas regiões do cérebro

ou de origem psicológica. Estas explicações são postas em xeque quando dois ou mais projetores se encontram extrafisicamente e rememoram a mesma experiência depois. Por esse motivo, experiências conjuntas, com rememorações idênticas, são rigorosamente ignoradas pela ciência tradicional. Para algumas religiões, as EFCs seriam obra de uma figura mítica chamada Diabo.

29 – Existe um estereótipo de projetor consciente?

Vários estereótipos foram criados ao longo do tempo com relação a projetores conscientes. Muitas vezes eles são vistos como pessoas místicas que possuem poderes e habilidades super-humanas. A medicina e áreas correlatas criaram o estereótipo da pessoa mentalmente desequilibrada, que tem distorções de percepção. Todos os estereótipos são inadequados à medida que os projetores têm uma infinidade de perfis diferentes.

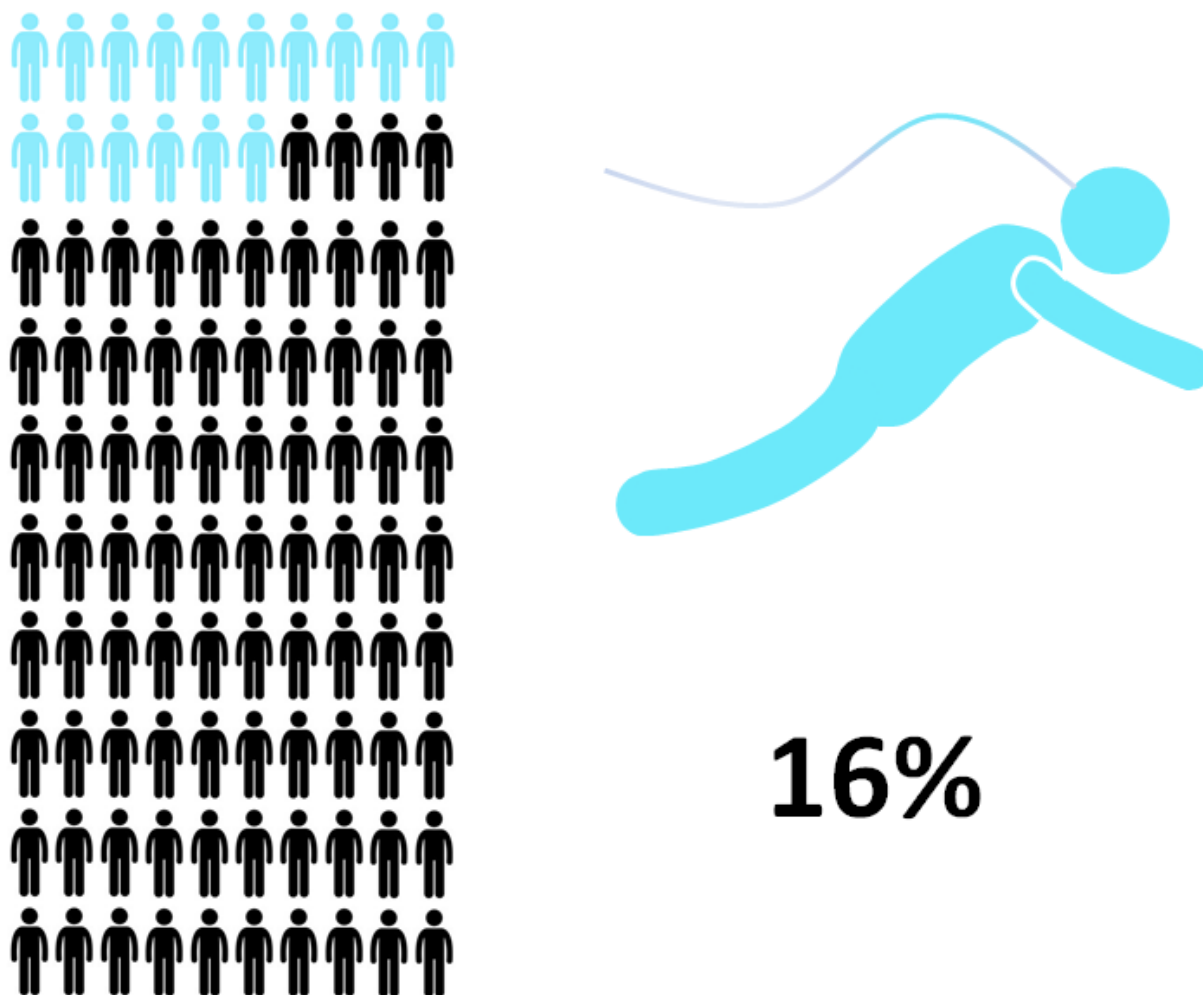


Fig. 3: As mais recentes pesquisas indicam que 16% da população tem EFCs

30 – O projetor consciente pode ser considerado uma espécie de “Super-Homem”?

Não. A projetabilidade lúcida é um atributo consciencial dentre muitos que uma pessoa pode ter e que precisa desenvolver ao longo de sua evolução. Existem projetores lúcidos que ainda trazem consigo profundas imaturidades que lhes trazem inúmeros problemas.

31 – O que é Holossoma?

É o termo empregado para designar o sistema de corpos que a consciência usa para se manifestar. O holossoma é constituído por pelo menos 4 corpos ou veículos de manifestação claramente distintos um do outro:

- O Soma ou corpo físico
- O Energossoma ou corpo energético
- O Psicossoma ou corpo astral, espiritual
- O Mentalsoma, o corpo mais sutil e evoluído da consciência

32 – Qual é a função do Energossoma?

Esse veículo é a “cola” que mantém unidos o soma e o psicossoma apresentando características bem específicas. Esse corpo se forma com o nascimento e começa a dissolver-se com a morte do corpo físico. O cordão de prata, descrito por muitos projetores, nada mais é do que uma extensão do energossoma a partir do corpo físico até o psicossoma.

33 – Por que não nascemos plenamente capacitados para ter EFCs?

Na realidade nascemos com a capacidade de nos projetarmos para fora do corpo físico e todas as pessoas, sem exceção, fazem isso quando dormem. O que ocorre é que poucas pessoas têm lucidez e rememoração quanto a isso.

34 – É difícil promover uma EFC?

A maioria das pessoas precisa se esforçar para conseguir produzir EFCs lúcidas. Apesar de existir certa dificuldade, não há nada que não possa ser superado com disciplina e perseverança.

35 – Qual é o objetivo das EFCs?

Como as EFCs são uma função parafisiológica, elas ocorrem espontaneamente, de tal forma que podem não ter um objetivo maior do que a própria manutenção do equilíbrio da estrutura multicorporal da consciência por meio da absorção de energias extrafísicas. Não obstante, existem EFCs que são promovidas por amparadores com objetivo de proporcionar algum esclarecimento importante para o projetor, realizar reconciliações com outras consciências ou por outros motivos interassistenciais.

36 – Pode-se provar que as EFCs são reais?

Sim. Existem as EFCs conjuntas, quando duas ou mais pessoas se encontram fora do corpo e, ao retornarem, têm as mesmas lembranças da experiência. Para explicar essa prova de outra forma que não pelas EFCs seria preciso apelar para alguma teoria

transcendente, tal como um “sonho telepático”. Existem também experimentos realizados em laboratório em que projetores conseguiram identificar objetos ou sequências numéricas dispostas fora do seu campo de visão.

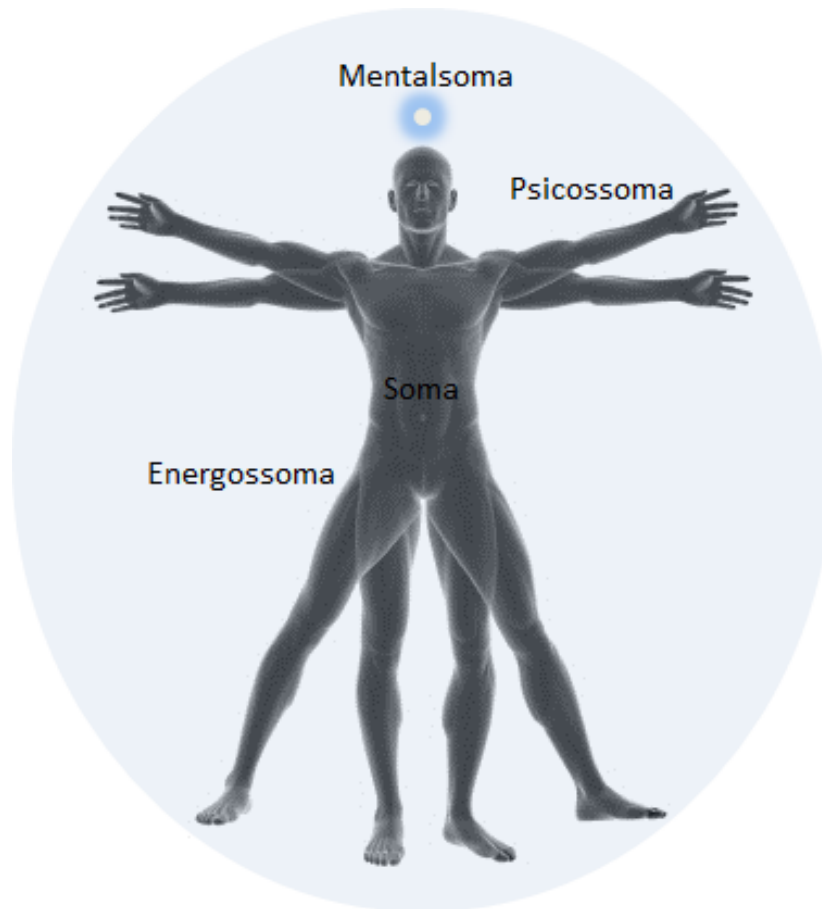


Fig. 4: O Holosoma é o conjunto de quatro veículos de manifestação da consciência

37 – Só ocorrem EFCs à noite, na hora de dormir?

Não. O fato é que, quase sempre, somente à noite, quando vamos dormir, é que temos tempo de relaxar o corpo suficientemente para promover uma EFC.

38 – Pode ocorrer uma EFC estando o corpo físico do projetor em movimento?

Sim, isso é relativamente comum. O corpo do projetor pode estar em um ônibus, trem ou avião em movimento sem que isto impeça a ocorrência de EFCs.

39 – O que são ondas cerebrais e qual é sua relação com EFCs?

Ondas cerebrais são sinais elétricos cujas frequências e intensidades variam, sendo produzidos pelo cérebro e que podem ser registrados por instrumentos como o Eletroencefalógrafo (EEG). Pesquisas de laboratório pioneiras realizadas a partir da década de 60 demonstraram que as EFCs parecem ocorrer nas fases de sono profundo quando o cérebro produz as ondas teta e delta. Contudo, esse fato deve ser encarado mais como uma tendência do que como uma regra, pois muitos relatos demonstram que podem ocorrer EFCs sob as mais diversas circunstâncias quando, aparentemente, o cérebro do praticante

não estaria na condição teta ou delta. Pesquisas recentes, por exemplo, demonstram que os sonhos lúcidos ocorrem quando o cérebro está produzindo ondas gama, as de mais elevada frequência.

40 – Quais são as áreas de cérebro mais ativadas durante uma EFC?

Dados obtidos por meio de neuroimagem funcional mostram que as regiões frontais do cérebro, responsáveis pela maior parte do controle cognitivo do processamento das emoções e da lucidez, são acentuadamente ativadas em poucos segundos à medida que experimentadores atingem a condição de sonho lúcido. Contudo, esses resultados são preliminares. Muitas pesquisas terão de ser realizadas para se chegar a resultados conclusivos sobre essa questão.

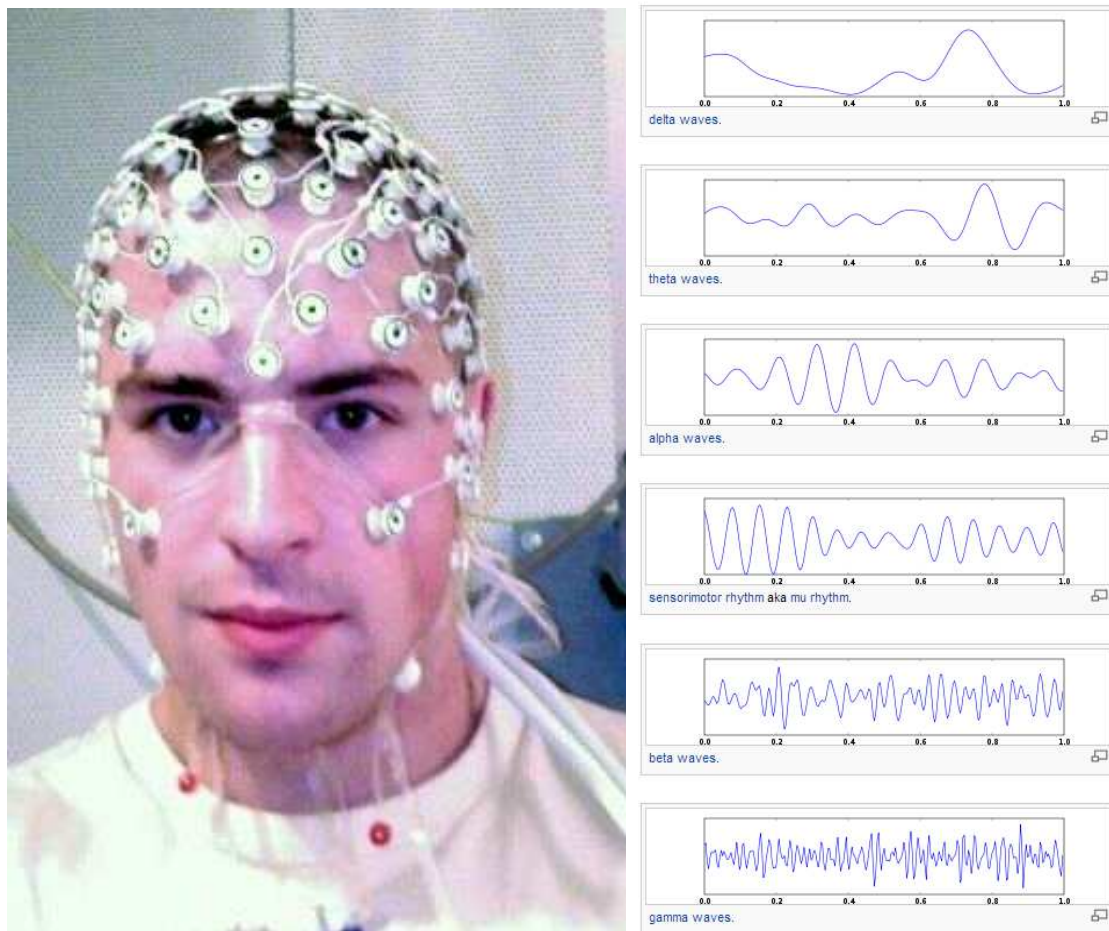


Fig. 5: O EEG capta ondas cerebrais produzidas pelo cérebro

41 – Quanto tempo dura uma EFC?

Não existe uma duração previsível para uma experiência projetiva. De um modo geral, a maioria das projeções lúcidas é muito rápida. Projeções com horas de duração são raras e dificilmente lembradas em toda a sua extensão. Por fim, existem casos raros, durante as EQMs, em que pessoas tiveram projeções com dias de duração.

42 – Podem ocorrer EFCs consecutivas, em uma mesma noite?

Sim. As EFCs podem ser consecutivas, ocorrendo várias saídas e retornos ao corpo físico durante uma noite (ou durante outros períodos do dia). As EFCs também podem ser consecutivas no sentido de ocorrerem dia após dia, seguidamente.

43 – Todas as EFCs são iguais?

Não. As EFCs variam muito de pessoa para pessoa e, mesmo para o próprio praticante. Nunca uma projeção consciente é exatamente igual à outra.

44 – O que são EFCs recorrentes?

São as experiências projetivas cujos eventos se repetem de forma parecida. Por exemplo, o projetor deslocar-se para o mesmo distrito intrafísico ou extrafísico ou encontrar-se com as mesmas consciências.

45 – Quais são os temas recorrentes em EFCs?

Dentre os temas que mais se repetem nas EFCs lúcidas, estão:

- A lucidez sobre o que está acontecendo;
- A possibilidade de deslocar-se com grande facilidade e rapidez;
- A presença ou aparição de outras consciências durante a EFC;
- A percepção da saída e do retorno ao corpo físico;
- A percepção da dimensão extrafísica de forma diversa da intrafísica.

46 – A emocionalidade atrapalha a prática das EFCs?

Sim. A emocionalidade atrapalha tanto no período que antecede a projeção, dificultando-a, quanto durante a projeção propriamente dita, quando o descontrole emocional pode antecipar o retorno ao corpo físico.

47 – Qual é a velocidade dos pensamentos fora do corpo?

Essa velocidade varia. Pode ser igual a verificada na vigília física, mais lenta, quando ocorrem as projeções lastreadas pelo energossoma, ou muito mais rápida, quando a consciência está com as energias muito sutilizadas ou ainda quando projetada pelo mentalsoma.

48 – As EFCs ocorrem instantaneamente ou em etapas?

Embora possíveis, projeções instantâneas são muito raras. O mais comum é o seu desenrolar em uma sequência de fases denominada ciclo projetivo que pode ter até cinco etapas: a vigília física anterior, a decolagem, a fase extrafísica, a reinteriorização e a vigília física posterior.

49 – Existe diferença entre projetar-se enquanto acordado e quando o sono já está instalado?

A rigor não. A principal diferença é que, no primeiro caso, pode-se ter uma projeção de consciência contínua, sem lapsos na lucidez.

50 – O que é EFC de consciência contínua?

É a experiência projetiva sem lapso da lucidez do projetor. O projetor permanece lúcido ao longo de todo o ciclo projetivo, que começa com a vigília física anterior e que termina com a vigília física posterior a projeção.

51 – O que é Ciclo Projetivo?

A análise de milhares de casos de EFCs permitiu identificar que o fenômeno da Experiência Fora do Corpo possui cinco fases possíveis que sucedem-se em ordem cronológica:

- (1) Fase Anterior à EFC: As horas ou minutos que antecedem a EFC;
- (2) Fase da Saída do Corpo: A decolagem, a exteriorização do corpo físico;
- (3) Fase Extrafísica: O projetor manifestando-se fora do corpo;
- (4) Fase do Retorno ao Corpo: A reinteriorização no corpo físico e
- (5) Fase a Vigília Física Posterior à EFC: Os efeitos da EFC.

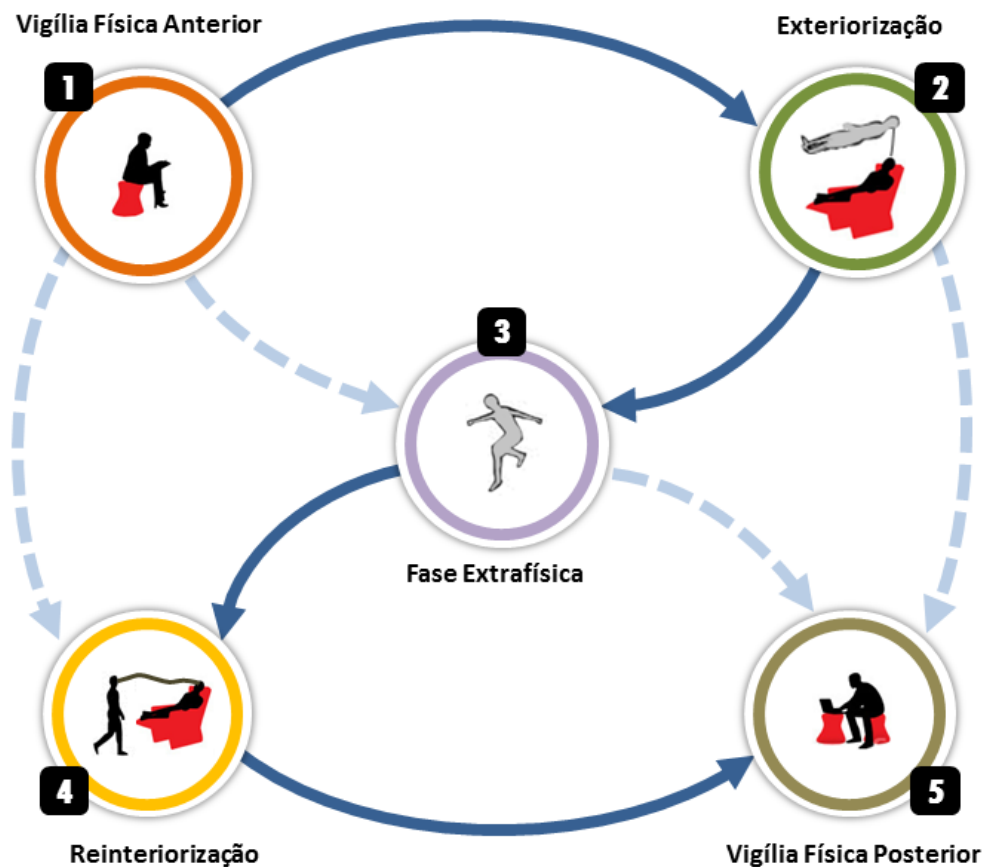


Fig. 6: O Ciclo Projetivo consiste em até 5 fases perceptíveis

52 – Qual é a influência da proximidade entre o corpo físico e o psicossoma durante uma EFC?

Quanto mais próximo o projetor ficar do seu corpo físico, maior será a possibilidade de seu psicossoma ser tracionado de volta à coincidência, encerrando a EFC.

53 – EFCs foram registradas ao longo da história?

Sim. Existem relatos oriundos da Grécia que remontam há mais de dois mil anos. Depois disso, sobreviveram ao tempo relatos de pessoas consideradas santas pela Igreja e alguns outros poucos registros. Somente a partir do início do século XIX é que o número de registros aumentou, com a impressão disseminação dos livros sobre o assunto.

54 – Quem foi a primeira pessoa a escrever sobre EFCs?

Parmênides (530 a.C.- 460 a.C.), filósofo pré-socrático, fundador da escola Eleática, que descreveu no poema “Sobre a Natureza”, como foi conduzido até “os céus” em uma “carruagem guiada” que levou-o para encontrar-se uma “deusa” que lhe fez várias revelações, instruindo-o a não confiar nos sentidos senão pela luz da razão. A análise atenta do relato de Parmênides demonstra claramente inúmeros elementos típicos de uma projeção lúcida.

55 – Em quais países as EFCs tiveram maior divulgação?

Nos Estado Unidos da América e no Brasil, respectivamente.

56 – Quais culturas e países valorizam mais as EFCs?

As projeções conscienciais são mais valorizadas pela comunidade esotérica que tende a ser mais universalista e mais aberta à novas ideias. Nesse sentido, são pessoas que se localizam em qualquer parte do mundo. Em termos de países, uma análise de todas as publicações sobre esse assunto mostra que os Estados Unidos da América e o Brasil são aqueles em que existem mais pessoas interessadas nesse assunto.

57 – Doenças ajudam ou atrapalham a EFC?

Como cada pessoa possui seu próprio padrão de reações, doenças podem, conforme o caso, tanto ajudar como atrapalhar a produção de EFCs.

58 – Preciso estar saudável para tentar promover uma EFC?

Não é preciso estar com a saúde perfeita para realizar uma EFC. A saúde debilitada pode em alguns casos dificultar e em outros até ajudar na realização da EFC. Sylvan Muldoon, por exemplo, um famoso projetor, autor do livro *A Projeção do Corpo Astral*, teve muitas projeções durante longo período de sua vida quando sofria de grande fraqueza devido a uma doença. Uma vez curado, suas experiências projetivas simplesmente cessaram.

59 – O que é EQM e qual é sua relação com EFCs?

EQM – Experiência de Quase Morte é um fenômeno que acomete pessoas que sofrem acidentes ou passam por cirurgias em que sobrevivem uma morte clínica com no máximo alguns minutos de duração, após o que, devido a processos de ressuscitação, o

corpo é trazido de volta à vida. Nesse meio-tempo, a pessoa passa por uma experiência fora do corpo geralmente marcante em que vivencia padrões de eventos e situações já bem conhecidos e mapeados pela ciência, tais como visualizar um túnel com uma luz ao fundo, encontrar-se com parentes ou conhecidos que já morreram e perceber os procedimentos de ressuscitação do seu corpo físico.

60 – O que ocorre durante uma EQM típica?

Dentre os inúmeros eventos possíveis, são relatados com frequência:

- Ouvir outras pessoas declararem que ela está morta;
- Encontrar-se diante de um túnel iluminado;
- Sentir que possui um "corpo" um pouco diferente do corpo físico;
- Passar por uma sensação de profunda paz e tranquilidade;
- Perceber a presença de amigos e parentes falecidos que vem para ajudá-las a atravessar para o outro lado ou que avisam que ainda não é hora de fazer isso;
- Perceber a presença de uma entidade luminosa (amparador), que conduz um processo de revisão e análise de sua existência até aquele momento;
- A opção de a consciência retornar ao corpo físico e retomar sua vida ou não, conforme sua escolha, apresentada de forma simbolizada pela passagem por um córrego d'água, uma cerca, um portal ou coisa parecida.

61 – O que é o túnel visto por pessoas que passam por EQM?

O túnel que parece em várias EQM seria um duto ou portal energético que conduz a consciência de uma dimensão para outra. Ele parece surgir automaticamente quando uma pessoa sai do corpo durante a EQM e, quando ela se move para seu interior, ele se fecha imediatamente após sua passagem.

62 – É preciso passar por uma EQM para ter uma EFC?

Não. A EFC pode ser alcançada por meio de técnicas projetivas assim como ocorrer espontaneamente sem que ocorra qualquer EQM.

63 – Estando projetado, pode o projetor mover seu corpo físico?

É possível se o projetor estiver vivenciando um fenômeno de consciência dupla. Nesse tipo de condição, estando parcialmente projetado, ele percebe a dimensão extrafísica e ainda consegue mover seu corpo físico.

64 – Um projetor pode ser fisicamente percebido?

Pode acontecer em casos excepcionais, quando seu psicossoma estiver muito denso em virtude de energias ectoplásmicas presentes no ambiente e que se aglutinam em seu energossoama.

65 – O que é uma hemiprojeção?

É a projeção de apenas metade do psicossoma para fora do corpo físico, por exemplo, da cintura para cima. Nesse tipo de EFC, estando com seu soma repousando, o

projektor levanta o tronco do psicossoma, ficando sentado, enquanto seu corpo físico permanece deitado.



Fig. 7: A mais antiga representação do “Efeito Túnel” descrito durante as EQMs. “Ascensão dos Abençoados”, obra de Hieronymus Boch, (1450-1516).

66 – Existem filmes do cinema que abordam as EFCs?

Sim, vários, com destaque para os seguintes: *Linha Mortal*, *A Morte nos Sonhos* e *A Origem*, dentre outros.

67 – A habilidade de ter EFCs pode ser herdada geneticamente?

Sim. Um projetor ou projetora, com frequência, passa essa habilidade para seus descendentes, seja por meio da genética, seja por meio da paragenética ou ainda por meio de uma combinação de ambas.

68 – Crianças têm mais facilidade para realizar EFCs do que adultos?

Recentes pesquisas indicaram que a ocorrência de sonhos lúcidos chega a 58% das crianças com até 6 anos de idade. A frequência de sonhos lúcidos diminui de forma constante até os 16 anos, quando ela cai drasticamente. Cerca de 18% dos jovens com 16 anos de idade afirmaram ter sonhos lúcidos frequentemente, caindo esse percentual para 7,1% para aqueles que tem 19 anos de idade.

69 – Como lidar com uma criança que tem EFCs lúcidas?

Os pais devem procurar entender mais sobre o assunto para esclarecer a criança de uma forma madura, sem preconceito ou misticismo. Na dúvida, devem procurar a assistência de pessoas que possam fazer isso. Jamais devemos encarar as EFCs lúcidas como distúrbios comportamentais ou mentais, porque isso pode levar a criança a ser tratada de forma incorreta, com graves consequências para seu desenvolvimento psíquico e emocional.

70 – Existe relação entre as EFCs e a cognição?

Estudos recentes apontam para o fato de que sonhos lúcidos são mais comuns em alunos mais destacados nos estudos, sugerindo, com isso, que o sonho lúcido pode estar ligado ao desenvolvimento cognitivo.

71 – Pode-se desenvolver a projetabilidade quando adulto ou em idade avançada sem ter passado por EFCs durante a infância ou adolescência?

Certamente. Robert Monroe, um dos mais famosos projetores, teve suas primeiras EFCs lúcidas quando já era adulto.

72 – Qual é o maior projetor conhecido?

Não existem registros que permitam afirmar qual é ou qual foi o maior praticante de EFCs. Certamente, as pessoas ou tem o mais alto grau de desenvolvimento quanto a projetabilidade, por já estarem em um patamar evolutivo muito maior que a média da humanidade, não e interessam mais em divulgar suas experiências. Quando mais evoluída é a consciência, mais discreta ela é.

73 – Pessoas que tem muitas EFCs são mais evoluídas?

São mais evoluídas no que diz respeito à projetabilidade, que é apenas um dos inúmeros aspectos ou atributos da consciência. Ter uma projetabilidade mais evoluída, contudo, não implica necessariamente em superioridade ética, moral ou mesmo cognitiva.

74 – Que tipo de pessoa tem muitas EFCs?

As pessoas que desenvolveram a projetabilidade em existências intrafísicas anteriores são aquelas que tendem a ter muitas EFCs desde a infância.

75 – A projeção lúcida é a iluminação espiritual?

Sabemos que a projeção da consciência pode trazer uma série de benefícios e esclarecimentos ao seu praticante, tais como o aumento da liberdade, da percepção e da vivência de outras realidades transcendentais. Contudo, esses benefícios não são a iluminação, tanto no sentido religioso quanto no secular.

76 – Uma EFC poderá mudar minhas crenças religiosas?

Segundo um estudo realizado com 350 pessoas que passaram por EFCs, publicado em 1992 pelo Dr. Melvin Morse, a ocorrência de EFCs parece não alterar os valores

professados de forma significativa. Muitas dessas pessoas chegaram inclusive a relatar que suas crenças religiosas foram confirmadas e reforçadas por meio de suas experiências fora do corpo.

77 – Se a dimensão extrafísica é real, qual é o propósito da existência intrafísica?

A existência intrafísica nos permite aprender e consolidar atributos conscienciais com as experiências vivenciadas. Em certo sentido, a dimensão intrafísica é um ambiente desacelerado e sujeito a mudanças, por vezes profundas e rápidas, ideal para o desenvolvimento da consciência. Por fim, os desafios relacionados à sobrevivência impõem hábitos e situações que movem as consciências na direção do processo evolutivo.

78 – Se as pessoas precisam nascer na dimensão intrafísica, para que então se projetam?

Até certo ponto, isso acontece para que ocorra um reabastecimento energético da consciência. Quando projetada, ela absorve com mais facilidade a energia extrafísica que lhe é essencial. Com o tempo, a projetabilidade lúcida faculta a consciência superar todas as amarras e imposições da dimensão intrafísica, esgotando as oportunidades de aprendizado nessa dimensão, tornando-a, por fim, dispensável para a consciência. Nessa etapa, ela deixa de renascer na dimensão intrafísica.

79 – Pode-se evitar a produção de EFCs?

Sim. Por meio da atuação energética, as EFCs podem cessar temporariamente ou permanentemente. Amparadores, às vezes, fazem isso com pessoas deslumbradas com suas projeções conscientes.

80 – EFCs são para mim?

Qualquer pessoa que se dispuser seriamente a obter suas próprias EFCs vai conseguir isso. Em outras palavras, projetores não são pessoas especiais no sentido de serem privilegiados ou diferenciados com relação às demais.

81 – Como e quando devo relatar minhas EFCs para outras pessoas?

O melhor é não relatar nada, a não ser para pessoas com quem o projetor mantenha uma relação de confiança. A tendência da maioria das pessoas, ainda limitadas por uma visão meramente materialista da vida, é de rejeitar os relatos sobre EFCs e tomar os projetores como meros contadores de histórias, mistificadores ou até mentalmente desequilibrados.

82 – Por que eu deveria investir meu tempo e esforço com EFCs?

Essa é uma questão de foro íntimo. Ter suas próprias experiências é a única maneira de ir além da teoria, das especulações e das crenças. É possível que as experiências projetivas possam ajuda-lo de alguma maneira. Por outro lado, se a pessoa está com receio, cheio de dúvidas, é melhor informar-se mais sobre esse assunto.

Para Saber Mais:



- 2ª Edição – março de 2014
- 234 páginas
- 8 capítulos
- 16 ilustrações
- 4 índices
- 40 aspectos das EFCs
- Técnicas projetivas



[Clique aqui](#) para ler as primeiras páginas.

Capítulo 2

Estados Diferenciados de Consciência

83 – O que é estado diferenciado de consciência?

Estado diferenciado de consciência é qualquer situação em que a consciência se apresente que não seja a vigília física, que é o estado consciente, quando a pessoa está desperta, lúcida, acordada. São exemplos desses estados o sonho, o pesadelo, a EFC, o transe hipnótico, etc.

84 – O que é hipnagogia?

É um estado diferenciado de consciência que surge entre a vigília física e o sono caracterizado pela semiconsciência e pelo surgimento de imagens e sons na tela mental.

85 – O que é hipnopompia?

É um estado diferenciado de consciência que surge entre sono e o despertar para a vigília física. É um estado caracterizado, tal como na hipnagogia, pela semiconsciência e pelo surgimento de imagens e sons na tela mental.

86 – Quais são as diferenças entre sonho e EFC?

No sonho predominam imagens simbólicas, não existe uma sequência lógica e cronológica dos eventos, temos pouco ou nenhum controle sobre o que se passa e não sabemos que estamos sonhando. Na EFC predominam as imagens objetivas, existe uma sequência lógica e cronológica dos eventos, temos controle sobre o que se passa e sabemos que estamos tendo uma EFC.

87 – Sonhos vívidos são EFCs?

Sonhos não são EFCs lúcidas, conscientes. Nos sonhos, por mais vivacidade que a pessoa venha a ter, não existe lucidez suficiente, logo, a consciência não está direcionando suas ações por meio da sua vontade. Quando muito, sonhos podem ser EFCs semiconscientes, quando as criações oníricas da mente misturam-se com percepções da dimensão extrafísica.

88 – Sonhos sobre EFCs são, de fato, EFCs?

Não. Quando muito são EFCs semiconscientes, quando o projetor tem pouco ou nenhum controle sobre os eventos e a lucidez é reduzida.



Fig. 8: Sonhos criações mentais produzidas pelo subconsciente. "O Sonho do Cavaleiro", óleo de Antonio de Pereda, (1611–1678)

89 – Quais são as diferenças entre a imaginação, o devaneio e EFCs?

Quando a pessoa devaneia ou usa a imaginação, todos os eventos que vivencia são de origem interna, mental, estando inteiramente sob seu controle. Quando uma pessoa tem uma EFC, ocorrem eventos que independem da vontade da consciência. Por exemplo, ela pode querer fazer algo como deslocar-se ou voltar ao corpo e não conseguir fazer isso de imediato.

90 – EFCs conscientes substituem o sono comum?

Quem dorme é o corpo. Logo, se uma pessoa tem EFCs, o corpo fica dormindo, repousando. Assim, até onde sabemos, o sono é necessário para todas as pessoas comuns, inclusive todos os projetores conhecidos da história.

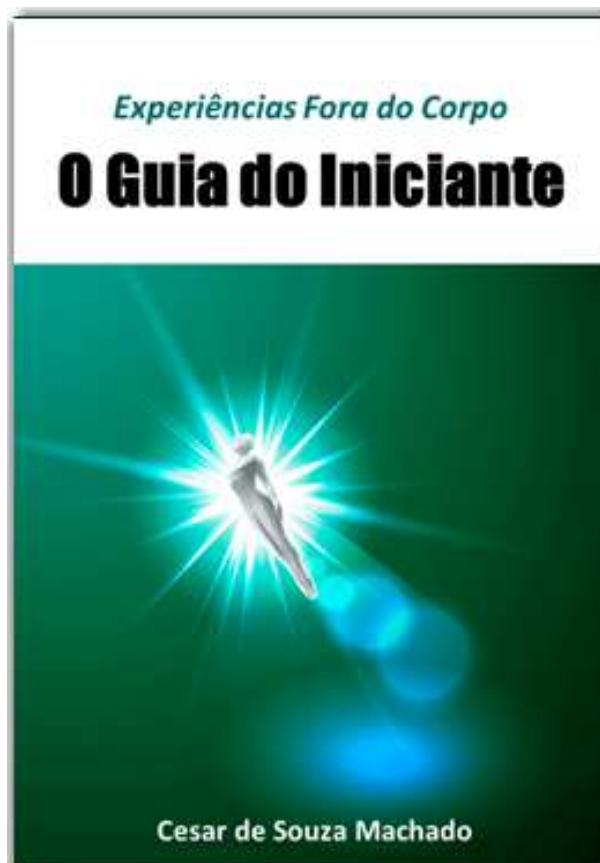
91 – Existe relação entre EFC e sonambulismo comum?

A princípio não. O sonambulismo é um estado diferenciado em que a consciência está coincidente, no corpo físico, mas com este sendo guiado por ela em um nível subconsciente.

92 – O que é sonambulismo extrafísico?

O sonambulismo extrafísico é uma condição comum para a maioria da humanidade. As pessoas têm EFCs naturais, para fisiológicas, quando vão dormir. Contudo, essas experiências são sempre inconscientes, chegando no máximo à semiconsciência. Assim, essas consciências agem na dimensão extrafísica como se fossem sonâmbulas. Quando interpeladas por consciências extrafísicas ou por projetores lúcidos, demonstram claramente que não estão raciocinando com lucidez, não se comunicam corretamente, não percebem as demais consciências e o ambiente extrafísico como de fato são.

Para Saber Mais:



[Clique aqui](#) para ler fazer o download

Capítulo 3

Utilidades das EFCs

93 – Quais são os benefícios das experiências fora do corpo?

Dentre os inúmeros benefícios possíveis pode-se destacar: obtenção de autoconhecimento; aumento da compreensão da vida; vislumbres sobre nossas origens e destinos; autopesquisa sobre vidas passadas; possibilidade de captação de ideias novas; rastreamento de pessoas ou objetos cujo paradeiro é desconhecido; reencontro com entes queridos já falecidos; encontro com amparadores; promoção de assistência extrafísica a outras consciências; preparação para a próxima intermissão e autoconscientização multidimensional.

94 – O que é autoconscientização multidimensional?

É a condição de lucidez madura da consciência intrafísica quanto à realidade em que vive, formada não somente pela dimensão intrafísica como também pelas diversas dimensões extrafísicas. É a percepção de que ela se manifesta e interage com outras consciências, intrafísicas e extrafísicas, em todas as dimensões, seja na rotina intrafísica diária, seja por meio da projetabilidade lúcida, ou ainda seja por meio de outras capacidades parapsíquicas como a clarividência, a clariaudiência, etc.

95 – Como as EFCs podem mudar positivamente o curso da vida de uma pessoa?

Fazendo com que ela seja menos materialista, menos imediatista, reduzindo vários de seus medos, como a morte, por exemplo, aumentando sua confiança e coragem, mostrando-lhe que vivemos em meio a círculos de relações com consciências muito mais amplos daqueles que encontrarmos na vida intrafísica.

96 – Como as EFCs podem contribuir no processo criativo?

De várias formas. Pintores, compositores de música, escritores, teatrólogos, dentre outros profissionais podem obter inspirações geniais durante EFCs, vislumbrando quadros, cenários e situações por vezes inconcebíveis na dimensão intrafísica que tanto podem ser adaptações de coisas que já conhecemos como, não raro, completamente inéditas.

97 – Que tipo de ideia nova pode ser captada durante EFCs?

A solução de problemas de todos os tipos: fórmulas químicas, equações matemáticas, técnicas bioenergéticas, soluções tecnológicas, tradução de textos antigos, roteiros de cinema, obras literárias e composições musicais inéditas, etc.

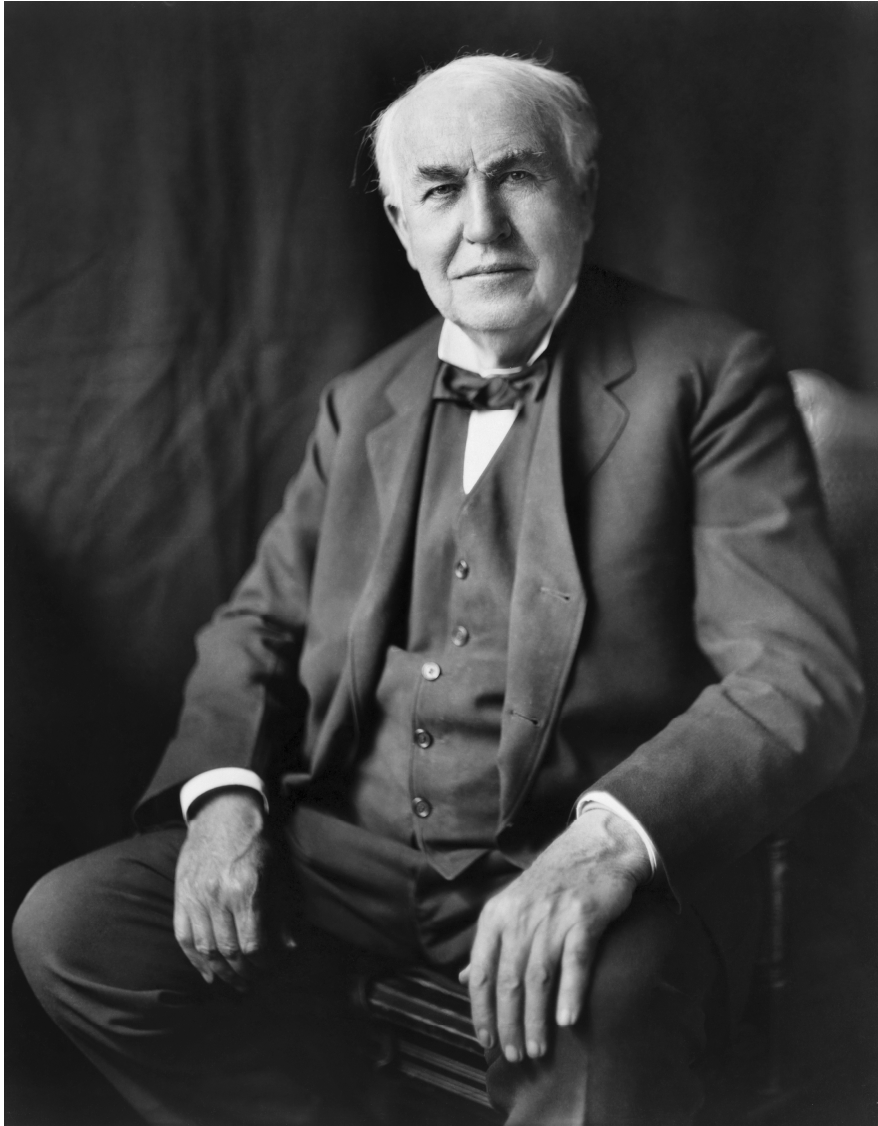


Fig. 9: O famoso inventor Thomas Edson usava uma técnica para captar inspirações durante o período da hipnagogia.

98 – Como obter informações inéditas por meio das EFCs?

Em primeiro lugar o projetor deve ter a mente aberta para novas ideias e estar relativamente livre de preconceitos de todos os tipos. Deve procurar manter uma cultura multidisciplinar, estudando assuntos diferentes e planejar qual tipo de informações deseja obter, preferencialmente relacionadas à autopesquisas que esteja realizando.

99 – EFCs podem inspirar livros, músicas, peças teatrais ou filmes do cinema?

Não só podem como isso ocorre com muito mais frequência do que se imagina. Muitas pessoas acordam pela manhã trazendo consigo inspirações sem imaginarem qual é sua origem. Certas personalidades como Thomas Edson, Salvador Dali e Albert Einstein sabiam que era durante o sono que essas inspirações surgiam e tentavam induzir suas experiências.

100 – Como as EFCs podem aumentar meu autoconhecimento?

Das mais diversas formas. Sob o patrocínio de amparadores extrafísicos, pode ser por meio da captação de informações já conhecidas, como também pela obtenção de informações novas sobre aspectos do seu ser até então não percebidos ou ignorados. Isso inclui, por exemplo, informações sobre existências passadas que afetam o presente.

101 – Como as EFCs aumentam nossa compreensão acerca da vida?

Pelo conhecimento que adquirimos na dimensão extrafísica e sobre como essa se relaciona com a dimensão intrafísica, influenciando-a e sendo por ela influenciada, sendo ao mesmo tempo causa e efeito.

102 – Como as EFCs podem ajudar nos processos de tomada de decisão?

Por meio da captação de informações capitais ou complementares na dimensão extrafísica que preenchem lacunas no conhecimento do projetor sobre algum assunto em que ele esteja envolvido, possibilitando a tomada de decisão correta sobre como deve conduzir suas ações.

103 – EFCs podem ajudar em nosso trabalho?

Diversas áreas do conhecimento podem se beneficiar com os experimentos projetivos, particularmente aquelas que estejam relacionadas com a captação de novas ideias. Assim, escritores podem obter *insights* para livros, cineastas podem obter roteiros para filmes, *designers* se inspiram para novas criações, arquitetos vislumbram novas formas, e assim por diante. Além disso, podemos obter inspiração para a resolução de problemas que vivenciamos em nosso dia a dia. Existem vários casos registrados nesse sentido.

104 – Como as EFCs podem ajudar na autopesquisa acerca dos trafores, trafores e trafores pessoais?

Na dimensão extrafísica não é possível para uma consciência esconder, mascarar a essência do que ela é. Seus pensamentos, sentimentos e energias falam por ela a todo instante. Dessa forma, seus trafores (traços forte, virtudes, aptidões), trafores (traços fardo, aspectos negativos de seu comportamento) e trafores (traços positivos desejáveis que lhe faltam, que seriam úteis se estivessem presentes) ficam evidenciados. O contato com amparadores ou mesmo com outras consciências extrafísicas vão evidenciar esses traços para o projetor durante suas EFCs lúcidas, desde que ele faça uma análise crítica, criteriosa dos eventos vivenciados.

105 – Como vislumbrar nossa origem e destino pelas EFCs?

EFCs retrocognitivas nos levam a lembrar existências anteriores, de experiências que tivemos em vidas passadas. EFCs précognitivas, por sua vez, possibilitam a preparação para eventos que ocorrerão no futuro, nessa vida ou em existências futuras. Além disso, o contato com consciências extrafísicas lúcidas e equilibradas pode fornecer inúmeras informações sobre nossa origem e sobre o que nos aguarda o futuro próximo.

106 – EFCs possibilitam o encontro com pessoas que já morreram?

Sim, é possível. O projetor pode, por exemplo, procurar um ente querido movido por sincero sentimento de afetividade. Além do mais, a iniciativa de um encontro pode partir das consciências extrafísicas, movidas pelas saudades dos entes que deixaram, ou por questões que deixaram pendentes ao desencarnarem. Deve-se ter em mente, contudo, que a pessoa procurada já pode ter reencarnado, o que torna um reencontro bem mais difícil ou, por algum outro motivo, ela pode estar inabordável.

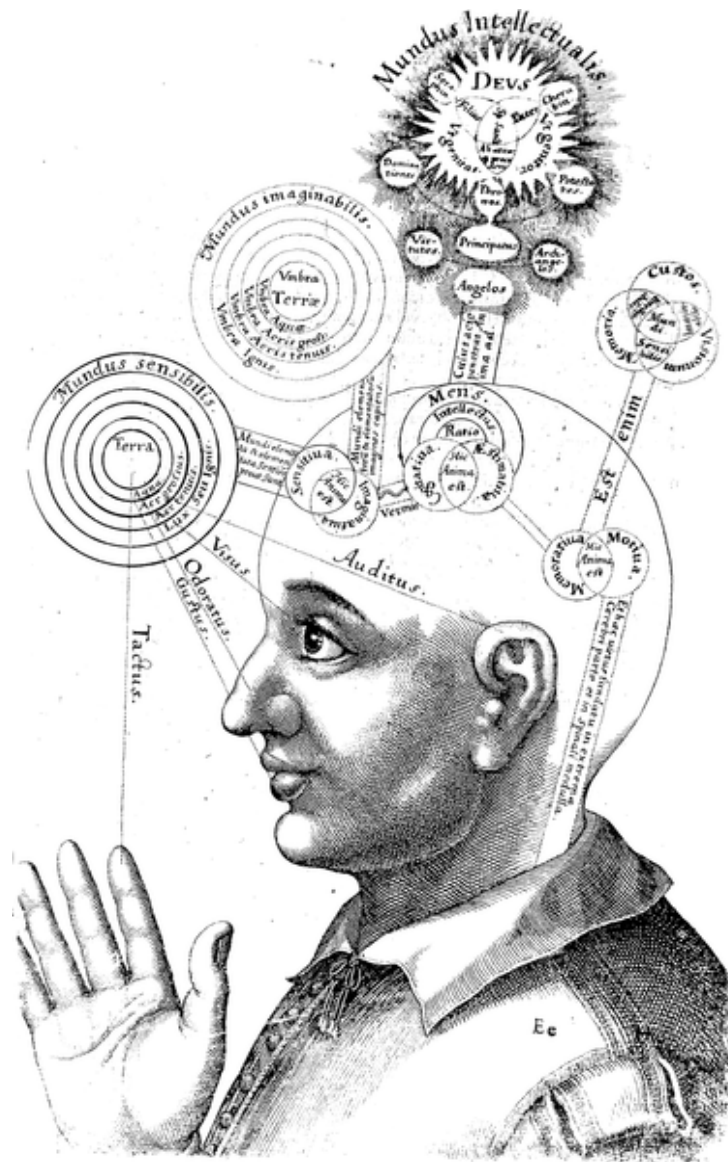


Fig. 10: Uma representação gráfica da consciência do Século XVII.

107 – É errado procurar pessoas mortas por meio de EFCs?

Encontros extrafísicos com pessoas que já morreram podem ocorrer de forma premeditada ou não. Quando planejamos um encontro desses, deve-se observar qual é a nossa motivação, se temos uma justificativa para esse encontro ou se estamos motivados por mera curiosidade ou por interesses pessoais menos nobres.

108 – Posso projetar-me com objetivo de obter informações do meu interesse com pessoas da minha família que morreram?

É possível, mas existe uma série de fatores que poderão impedir não só encontrar essas pessoas como também a obtenção das informações desejadas. A intenção de quem busca essas informações, por exemplo, é um dos fatores determinantes nessa questão. Por exemplo, se o objetivo de um encontro desse tipo for obter informações que concedam vantagens pessoais, ganhos financeiros ou algo semelhante, haverá mais dificuldade em acessar essas consciências. Pior ainda, é a possibilidade de, nesses casos, consciências extrafísicas pouco evoluídas se travestirem com a aparência de parentes que faleceram para passar informações falsas para o projetor por mera diversão.

109 – Podemos investigar personalidades do passado por meio de EFCs?

É possível, mas, quanto mais famosa for essa pessoa, provavelmente mais difícil será encontrar extrafísicamente essas consciências.

110 – EFCs podem ajudar a combater pesadelos?

O pesquisador Victor Spoormaker do Instituto Max Planck de Psiquiatria, em Munique, na Alemanha, vem desenvolvendo ao longo dos últimos anos formas diferentes para eliminar pesadelos recorrentes, empregando dentre outras técnicas, a produção de sonhos lúcidos.

111 – Como fazer assistência a outras pessoas por meio de EFCs?

A assistência extrafísica pode ser feita por um projetor de diversas maneiras, desde uma simples informação ou conversa esclarecedora prestada à outra consciência até a atuação energética do projetor na consciência assistida.

112 – Pode-se solucionar problemas e mistérios por meio de EFCs?

Nem sempre isso é possível, principalmente se as respostas buscadas afetarem os destinos de outras pessoas. Existe ainda certos fatos que muitas consciências, intrafísicas e extrafísicas, não querem que sejam divulgados. Nesses casos, pode ocorrer um embate energético promovido por consciências doentes no intuito de manter certas situações inabordáveis.

113 – É possível empregar a EFC para rastrear pessoas e objetos?

Sim. Esse procedimento é empregado, por exemplo, para localizar pessoas sequestradas, mas nem sempre tem sucesso. Por exemplo, às vezes, é até possível chegar ao cativo de uma pessoa que foi sequestrada, mas não se consegue determinar qual é a localização geográfica exata do local.

114 – Se é possível fazer o rastreamento extrafísico, por que pessoas e objetos permanecem desaparecidos?

Assim como pode existir a motivação para encontrar-se algo ou alguém, pode existir a motivação em contrário também, ou seja, pode haver por parte de consciências intrafísicas e extrafísicas o interesse de que pessoas e objetos não sejam encontrados. Nesse jogo de

forças, inúmeras variáveis entram em jogo levando alguns rastreamentos a resultados positivos e outros a resultados negativos.

115 – *Existem técnicas para facilitar esse rastreamento?*

Sim. A técnica fundamental é irradiar energia para a pessoa ou objeto que desejamos encontrar. Isso pode ser feito anteriormente ou durante a EFC.

Capítulo 4

Riscos das EFCs

116 – Existe risco envolvendo a realização de uma EFC?

Existem riscos em todas as atividades humanas. O simples ato de acordar e levantar-se da cama envolve alguns riscos. Podemos nos desequilibrar e cair, dar uma topada no pé da cama, bater com a cabeça em algo, e por aí vai. As EFCs, portanto, têm os seus riscos, muito baixos, diga-se de passagem. O risco de perder-se a vida durante uma EFC é tão remoto que não existem registros sobre um fato desse tipo.

117 – EFCs fazem mal a saúde do corpo físico?

Não existe qualquer evidência ou indicação nesse sentido.

118 – EFCs podem prejudicar a saúde mental?

Segundo Ursula Voss, pesquisadora de sonhos da Universidade de Bonn (Alemanha), dentre os benefícios potenciais dos sonhos lúcidos está à melhoria da saúde mental em geral.

119 – EFCs provocam “desequilíbrios”?

Não. A crença de que a projeção consciente lúcida causa “desequilíbrios” é fruto da falta de estudo de toda a vasta casuística registrada em milhares de livros e artigos escritos sobre EFCs e, principalmente, a ausência das práticas das projeções lúcidas propriamente ditas.

120 – Se tentarmos provocar EFCs sozinhos podemos ficar “abertos”, “desequilibrados” e “vulneráveis”?

Como a maioria das pessoas têm EFCs espontâneas, inconscientes, quando estão dormindo, essa afirmação não faz sentido. Quem afirma que esses riscos existem não vivenciou EFCs lúcidas. Pior ainda, certamente não estudou o assunto por meio da vasta bibliografia já existente sobre esse tema.

121 – EFCs podem deixar a pessoa alienada?

Certas pessoas podem desenvolver uma projetabilidade lúcida muito intensa sem ter um bom nível de maturidade consciencial. Nessa situação, ela pode, por exemplo, querer passar a maior parte do tempo projetada por motivos óbvios (a vida extrafísica, nesse caso, é muito melhor do que a vida intrafísica). Ela pode até mesmo não querer mais voltar ao

corpo, passando a desejar que esse morra. Isso caracteriza uma situação de alienação, geralmente não permitida pelos amparadores extrafísicos.

122 – Que fazem os amparadores diante de um projetor alienado?

Se o projetor começar a se alienar em função de suas EFCs, provavelmente os amparadores extrafísicos vão restringir sua projetabilidade, fazendo-a diminuir ou mesmo cessar de vez, por algum tempo, ou, conforme o caso, pelo resto da vida.

123 – Quais seriam os possíveis malefícios das EFCs?

A princípio, não existem malefícios diretamente relacionados às EFCs. Contudo, não se pode afirmar que não existam riscos para a vida ou a saúde do praticante, pois todas as atividades humanas envolvem algum tipo de risco. O simples ato de respirar ou beber um copo d'água pode, por exemplo, envolver algum risco de doença por contaminação. Deve-se, portanto, tomar-se certos cuidados: Evitar lugares poluídos e água contaminada. O mesmo se aplica as EFCs: deve-se manter um elevado nível de ética evitando-se prejudicar outras pessoas em benefício próprio.



Fig.11: A grande maioria das EFCs ocorre durante o sono do corpo físico

124 – O que acontecerá se, durante uma EFC, alguém tocar meu corpo físico?

É quase certo que isso provocará o retorno imediato do projetor ao corpo físico.

125 – É possível tocar o próprio corpo físico quando se está projetado?

Sim, é muito difícil, mas é possível. A dificuldade vem do fato de que quando se aproxima muito do soma, o projetor tende a ser tragado para dentro dele, fazendo com que ele desperte. Com muito controle e várias tentativas, o projetor pode superar esse desafio, tocar seu corpo físico, sem retornar a coincidência, o que caracteriza um alto controle do processo projetivo. É algo que difere o projetor veterano de um projetor iniciante.

126 – Pode-se empregar as EFCs para prejudicar outras pessoas?

Sim é possível. Por exemplo, um projetor pode vampirizar as energias conscienciais de uma pessoa, estando ela projetada ou não, atuando tal qual um assediador, ou ainda pode tentar influenciar decisões dessa pessoa ou obter informações que lhe proporcionem vantagens como ganhos financeiros em negócios que deseje realizar. Ações como estas trarão certamente consequências danosas para o projetor que assim agir.

127 – Os projetores extrafísicos podem invadir a privacidade ou interferir na vida de uma pessoa?

Sim, isso é possível. Ele pode, por exemplo, obter informações sobre situações pelas quais uma pessoa esteja passando para depois usá-las em benefício próprio. Também nesses casos, o projetor terá que arcar, invariavelmente, com as consequências de suas ações.



Fig. 12: “A alma sendo levada para o céu”, óleo de William Bouguereau (1878)

128 – O que é a EFC final?

É a última e derradeira EFC. É aquela que fazemos quando o corpo físico esgota sua capacidade de manter-se vivo. A EFC final geralmente ocorre inconscientemente. Pessoas que praticaram EFCs ao longo da vida são candidatos a fazerem sua EFC final lúcida, um fenômeno ainda muito raro na Terra.

129 – Pode-se morrer durante uma EFC?

Se é possível morrer dormindo, porque não seria possível morrer durante uma EFC? O fato é que não existem casos registrados de pessoas que morreram quando, sabidamente, estavam realizando um experimento projetivo.

130 – Pode-se sofrer ferimentos durante uma EFC?

Em princípio não. Digamos que uma consciência extrafísica brincalhona atinja um projetor com uma para-bala disparada de uma para-arma. Mesmo que ele sinta algo na dimensão extrafísica em função disso, quando retornar ao corpo físico, provavelmente nada sentirá no local em que foi atingido. Existem relatos, contudo, de certos tipos de ataques extrafísicos que, de alguma forma, repercutem no corpo físico, causando dores, desconforto e marcas temporárias devido a repercussões energéticas que são transferidas pelo energossoma (o corpo energético) para o corpo físico.

131 – Se o projetor afastar-se para longe do corpo ou demorar muito a retornar ele pode morrer?

Não. Quem afirmou ou escreveu isso sequer leu a bibliografia existente sobre EFCs, pois, existem muitos relatos de exoprojeções quando projetores se deslocam para locais muito além do nosso planeta, em outros sistemas solares e mais além. Quanto à duração da EFC, algumas vezes podem ocorrer experiências que duram toda a noite e às vezes até mais sem que exista prejuízo para o corpo físico.

132 – Posso ficar perdido e sem saber como voltar ao corpo físico?

Embora alguns projetores tenham feito relatos nesse sentido, tais sensações são resultado de uma confusão mental. Geralmente, basta pensar no corpo físico para retornar ao mesmo. Seja como for, a existência do cordão de prata que une o corpo físico ao psicossoma garante que o retorno ao corpo físico ocorrerá.

133 – As EFCs podem ser usadas para a espionagem?

Sim, podem com grau relativo de sucesso. Existem registros sobre organizações e governos que fizeram isso. É importante ressaltar que o emprego de EFCs para espionagem, sabotagem ou outros fins pouco éticos também leva os praticantes a arcarem com as consequências de seus atos.

134 – É verdade que os chacras ficam fechados durante uma EFC para proteger o corpo físico?

Uma situação assim não tem fundamentação. Ocorre justamente o contrário. A tendência é dos chacras ficarem mais abertos do que o normal durante uma EFC.

135 – Durante uma EFC, alguém pode ocupar meu corpo?

Em princípio não. A mera proximidade de uma consciência extrafísica do corpo do projetor já é suficiente para chamá-lo de volta à coincidência. Existem exceções como o caso de certos processos mediúnicos como os que ocorrem em casas de tratamento espírita quando os médiuns se projetam para que outras consciências se manifestem por meio de seus corpos físicos. Nesses casos, amparadores extrafísicos promovem, com elevado nível de controle, a projeção do médium e o acoplamento da consciência a ser assistida.

136 – Durante uma EFC, posso ocupar o corpo de outra pessoa?

É possível apesar de ser um evento raro. Assim como uma consciência extrafísica, um projetor pode, temporariamente, fazer um acoplamento mediúnico com uma consciência intrafísica e controlar seu corpo, ainda que parcialmente, podendo manifestar-se por meio desse, seja por meio de psicografia como por psicofonia. Isso pode acontecer, por exemplo, durante certos trabalhos mediúnicos realizados em centros espíritas quando uma pessoa que está sendo assistida no local ou mesmo a distância passa por esse processo, “incorporando” em um médium.

137 – Entrantes existem?

Entrantes ou *Walkins* seriam consciências extrafísicas que tomariam posse do corpo físico de uma pessoa permanentemente, tal como relatado nos livros de Lobsang Rampa, um autor que afirmava ser um tibetano que trocou de corpo com um cidadão inglês. Esses seres, a luz da razão, não existem, embora algumas pessoas afirmem serem entrantes, como o referido autor, sem que possam, contudo, comprovar isso. O fato de o corpo físico ser unido, átomo a átomo, com o psicossoma e ter sido moldado a partir desse último torna a ideia de uma entrante, impossível, pois seu psicossoma seria diferente em inúmeros aspectos e, portanto, incompatível com o corpo físico de outra pessoa.

Capítulo 5

Técnicas Projetivas

138 – Qual é a utilidade de desenvolver a capacidade de ter EFCs lúcidas?

Praticar EFCs nos permite interagir diretamente com outras consciências na dimensão extrafísica que engloba, por assim dizer, a dimensão intrafísica, influenciando-a de várias maneiras. Em outras palavras, com EFCs temos mais possibilidades de ação, aprendizado e evolução.

139 – É preciso ter um mestre ou fazer um curso para ter uma EFC?

De forma alguma. A assistência de pessoas que orientem o novato assim como a participação em cursos sobre o assunto são recursos que ajudam, contudo, não são imprescindíveis.

140 – Que tipo de preparação devo fazer antes de tentar uma EFC?

Deve-se observar os fatores que possam otimizar a produção da EFC relacionados à alimentação, ao relaxamento do corpo, ao isolamento de fontes de interferência externas e a prática de técnicas projetivas.

141 – O que são técnicas projetivas?

São procedimentos psicológicos, fisiológicos ou energéticos que possibilitam obter EFCs com maior frequência do que as experiências normais, rotineiras ou acidentais. Em outras palavras, sem o uso de técnicas projetivas provavelmente teremos poucas EFCs ao longo da vida. Com o uso de técnicas podemos elevar esse número para centenas ou milhares de EFCs.

142 – Quantas técnicas projetivas existem e como se classificam?

São conhecidas centenas de técnicas projetivas que podem ser divididas em vários tipos, conforme os procedimentos adotados. Temos assim as técnicas fisiológicas, as técnicas psicológicas e as técnicas energéticas, por exemplo.

143 – Existem técnicas projetivas fáceis? Quais são?

Sim existem. É o caso, por exemplo, da técnica de dormir em decúbito dorsal, da técnica da EFC assistida, quando o projetor simplesmente roga mentalmente a seus amparadores que lhe assistam em uma EFC e da técnica da autoprogramação básica, quando o projetor repete para si mesmo, antes de dormir, que vai ter uma EFC lúcida.

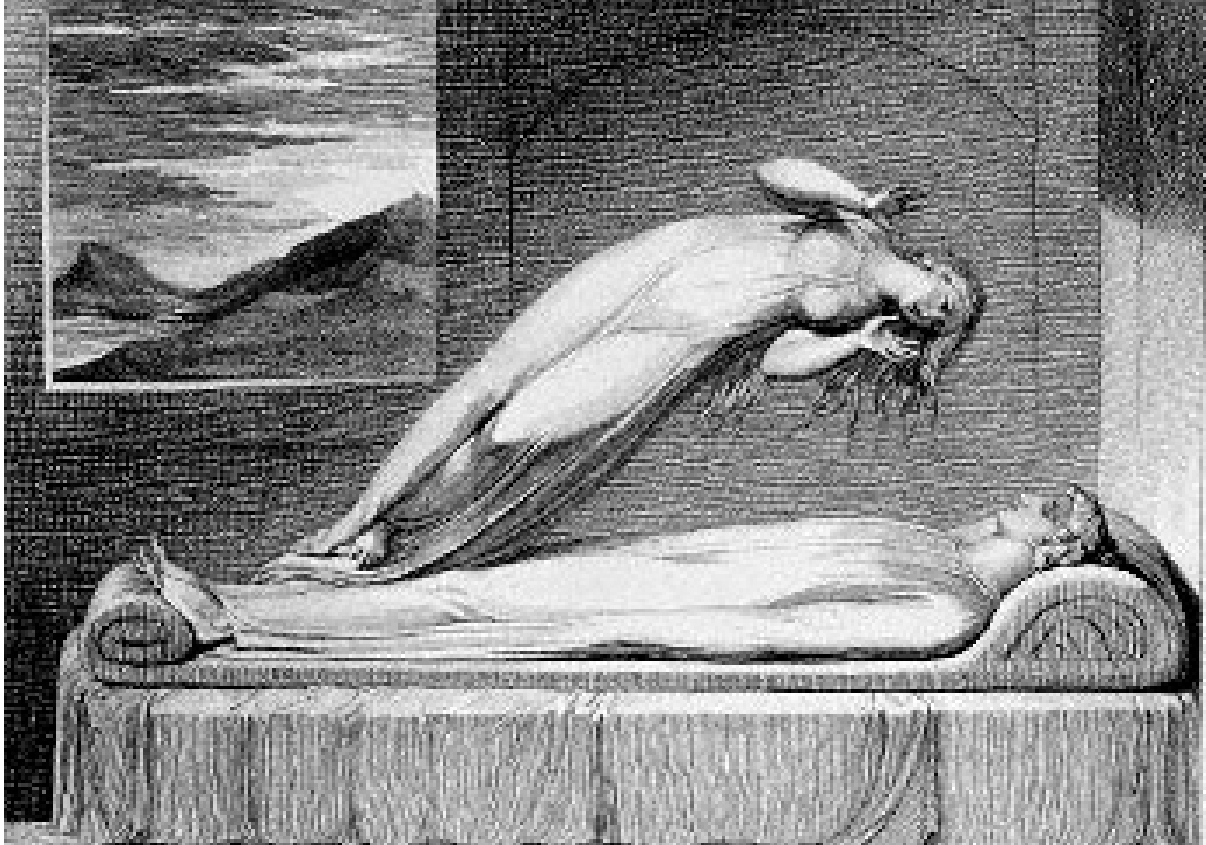


Fig. 13: “A Alma Deixando o Corpo”, gravura Alemã de 1808

144 – Qual é a técnica projetiva mais simples?

É a técnica da postura projetiva. Basta que a pessoa vá dormir na posição de decúbito dorsal (de barriga para cima) com braços e pernas estendidos e ligeiramente separados do corpo. Essa postura favorece a ocorrência de EFCs espontâneas, assim como, EFCs de consciência contínua e a rememoração das experiências projetivas.

145 – Qual é a melhor técnica projetiva?

Não existe uma técnica melhor. Cada pessoa tem suas próprias características fisiológicas e psicológicas, além das condições ambientais e físicas que podem variar muito. Cada um desses fatores influencia, ajudando ou atrapalhando na eficiência das técnicas projetivas. O correto é dizer que cada pessoa tem uma ou mais técnicas que são melhores para si.

146 – O que são as técnicas projetivas radicais?

São as que se baseiam em privações de água ou oxigênio para induzir projeções conscientes. Algumas dessas técnicas podem ser perigosas, acarretando inclusive risco de vida, motivo pelo qual devem ser evitadas.

147 – Como fazer para descobrir qual é a melhor técnica projetiva para mim?

A única forma é experimentando várias delas e tirando suas próprias conclusões.

148 – Qual é o melhor momento para praticar a EFC? Durante o dia, à noite ou no início da manhã?

Isso vai depender do projetor, da sua rotina diária, da sua fisiologia. Um projetor poderá, por exemplo, em determinado período de sua vida projetar-se mais durante uma hora do dia em em outro período, em outro horário.

149 – Quanto tempo devo experimentar uma técnica projetiva até obter resultado?

Não existe um tempo pré-determinado estabelecido. Cada caso é um caso. Em um extremo, há pessoas que conseguem sucesso na primeira tentativa e, no outro, pessoas que precisam tentar durante meses ou até mesmo anos até conseguirem. A maioria das pessoas fica em no meio termo, ou seja, é necessário tentar algumas dezenas de vezes, ao longo de semanas ou meses, até obter sucesso com uma técnica.

150 – É possível criar minha própria técnica projetiva?

Certamente. Qualquer pessoa pode pesquisar a forma como reage aos diversos estímulos psicofisiológicos e criar técnicas projetivas baseadas em suas reações.

151 – Existem pessoas que não precisam usar técnicas para ter EFCs?

Sim. São pessoas que, em outras existências, praticaram tanto as EFCs que, na vida atual, a experiência passa a ocorrer de forma espontânea e com grande frequência. A partir de certo ponto, bem avançado para os atuais padrões humanos, sempre que o projetor desejar, com o mínimo de esforço, ele consegue projetar-se.

152 – Quais fatores facilitam a obtenção de uma EFC?

Ler sobre o assunto, dormir na posição de decúbito dorsal (barriga para cima), apresentar um baixo nível de estresse, ter uma alimentação saudável, sem excessos, não ingerir álcool em quantidade ou remédios que afetem o sistema nervoso, ter motivação para obter a experiência, ter boas intenções, satisfazer todas as necessidades fisiológicas antes de realizar o experimento, livrar-se da ansiedade, meditar em torno do tema EFC; mobilizar as bioenergias.

153 – Quais fatores atrapalham a obtenção de uma EFC?

Ansiedade, egocentrismo e estresse, dentre outros.

154 – O jejum auxilia na prática das EFCs?

Provavelmente, cada pessoa terá uma reação diferente à privação de comida com relação a facilitar a produção de EFCs. Algumas práticas projetivas baseiam-se em jejuar para, com fome, o projetor ser levado a buscar extrafisicamente por comida de tal forma que, quando a encontrar, em sua geladeira por exemplo, o choque ao perceber que não pode tocar nos alimentos intrafísicos, fará com que ele perceba que está projetado.

155 – Existe algum tipo de alimentação que possa ser considerada projetiva?

Sim. Por exemplo, o chá de Camomila, provavelmente em virtude de suas propriedades relaxantes, pode facilitar a ocorrência de EFCs lúcidas espontâneas.

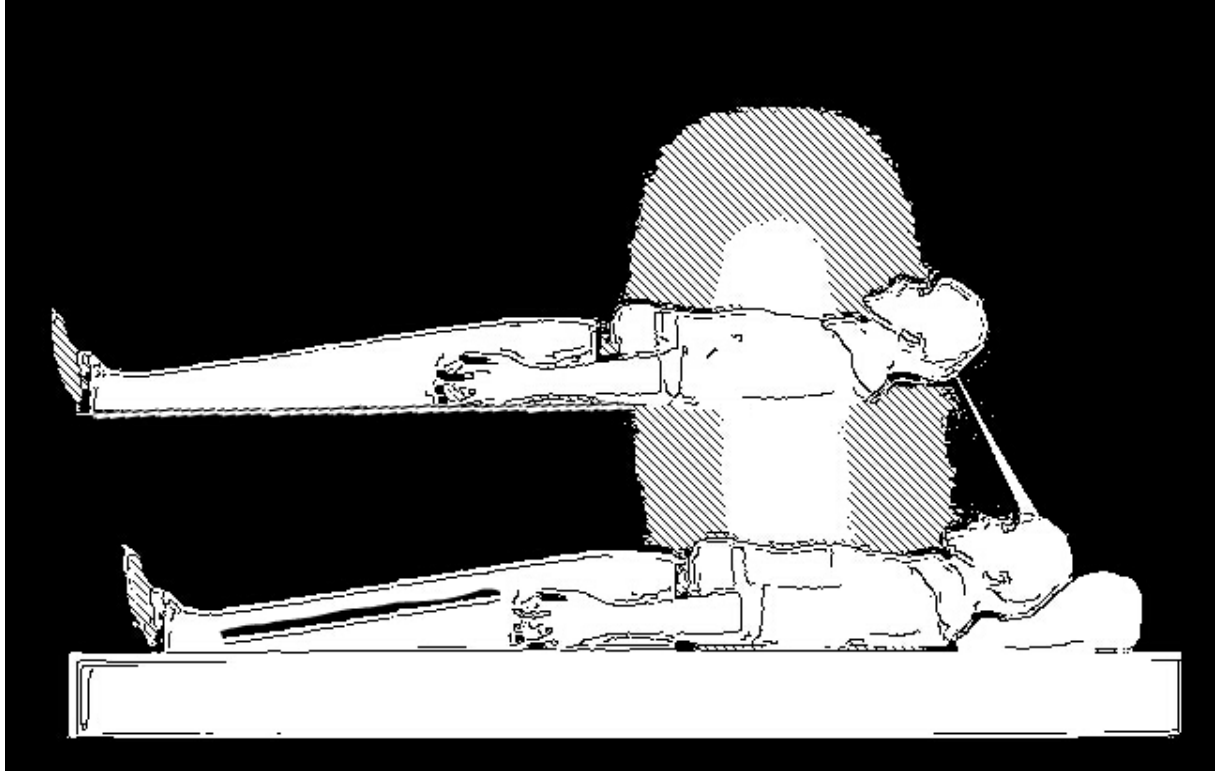


Fig. 14: O decúbito dorsal é a posição do corpo que mais favorece a EFC

156 – Por que temos dificuldade para relaxar e produzir uma EFC?

A vida agitada das grandes cidades torna nossas rotinas repletas de atividades, gerando inquietação e ansiedade. A maioria das pessoas não reserva tempo para relaxar e, somado a isso, muitos desenvolvem couraças musculares para se protegerem (um mecanismo de defesa natural), dificultando mais ainda o relaxamento. Contudo, com prática e disciplina, essas dificuldades podem ser superadas. Soma-se a isso o fato de as bioenergias nos centros urbanos estarem carregadas de energias conscienciais que interferem com as energias do projetor, dificultando sua lucidez extrafísica.

157 – Qual a importância da respiração durante um experimento projetivo?

Muitas técnicas projetivas são baseadas no controle da respiração, aumentando ou reduzindo a absorção de oxigênio de forma a induzir estados diferenciados de consciência e possivelmente uma EFC, se a pessoa estiver suficientemente relaxada e com o corpo devidamente acomodado.

158 – Músicas podem ser usadas para induzir EFCs?

Sim. Algumas músicas que ajudem a relaxar ou que evoquem temas espirituais podem ajudar na produção das EFCs em algumas pessoas. Essas músicas, contudo, têm

que ser escolhidas com muito cuidado, pois a maioria provavelmente não vai ajudar em nada, podendo, com maior probabilidade, atrapalhar de alguma forma os experimentos projetivos.

159 – A projeção da consciência por meio de hipnotismo funciona?

Nem sempre. Experimentos demonstraram que às vezes a pessoa hipnotizada cria uma fantasia em torno de uma hipotética EFC que acredita ter produzido.

160 – A projeção por meio de hipnotismo não é boa?

Como experimento científico a projeção lúcida é válida. O uso da heterohipnose tem como desvantagem cercear a lucidez e livre arbítrio do projetor, logo, deve-se evitar a hipnose como prática rotineira.

161 – Como prolongar a duração de uma EFC?

Não pensando no corpo físico e mantendo a serenidade das emoções quando projetado.

162 – Como melhorar a lucidez durante uma EFC?

Existem várias técnicas para isso. Uma delas é praticar o uso da concentração em um alvo, objeto ou ideia. O estudo sobre assuntos projetivos e a prática de mobilização de energias conscienciais antes do experimento projetivo também ajudam.

163 – Uma pessoa pode provocar uma EFC em outra?

Sim. É possível por meio da manipulação das energias conscienciais ou por meio de indução hipnótica, por exemplo. Em instituições espíritas, especialmente as que trabalham com a Apometria, esse tipo de ocorrência é relativamente comum.

164 – O que é Apometria?

Apometria é uma técnica que consiste em promover a projeção da consciência em uma pessoa por meio de uma sequência de pulsos ou por comandos energéticos e mentais. Na dimensão extrafísica, a consciência é então tratada por uma equipe de amparadores extrafísicos.

165 – Aparelhos eletrônicos interferem nas EFCs?

Acredita-se que as ondas eletromagnéticas irradiadas por dispositivos eletrônicos possam interferir na produção de EFCs. Portanto, o ideal seria não ter esses dispositivos na base física, o local em que o projetor realiza seus experimentos projetivos.

166 – É preciso fazer relaxamento para ter uma EFC?

Na grande maioria dos casos sim, mas isso não é obrigatório. Há pessoas que se projetam rapidamente dirigindo automóveis e até andando, com todos os riscos que essas situações possam apresentar.

167 – Como a meditação se relaciona com as EFCs?

O estado meditativo é uma das possíveis portas para a projeção lúcida. Deve-se observar que existem práticas meditativas, como a Raja Yoga, que são mais propensas a produzir projeções do que outras.

168 – A meditação é eficiente para promover EFCs?

A meditação facilita a produção de EFCs, mas, como não tem esse objetivo, experiências projetivas ocorrem como um efeito inesperado do processo meditativo. Os pesquisadores Twemlow, Gabbard e Jones constataram que em 399 casos reportados de EFCs que estudaram, cerca de 88 pessoas (27%) relataram que a experiência ocorreu durante a prática de meditação.

169 – O que é EFC assistida?

É uma EFC promovida ou auxiliada por amparadores extrafísicos. Esse auxílio pode ocorrer seja em uma das fases da EFC, seja ao longo de todo o processo. A EFC assistida ocorre por vários motivos. Os amparadores extrafísicos podem querer ajudar o praticante a dominar suas habilidades projetivas ou podem desejar o seu auxílio para um trabalho de assistência extrafísica.

170 – Como pedir a ajuda aos amparadores para ter uma EFC assistida?

Ao deitar-se para dormir, concentre-se mentalmente, dirigindo-lhes seu pedido de assistência para ter uma EFC lúcida. Repita esse procedimento por várias noites seguidas. O ideal seria repetir esse procedimento por um período de, pelo menos 30 noites seguidas.

171 – O que é a técnica de LaBerge?

É uma técnica projetiva relativamente eficiente que consiste em acordar bem cedo ou no meio da madrugada, levantar-se da cama, caminhar dentro da residência, ir ao banheiro, fazer alguma atividade leve e, depois de alguns minutos, retornar ao leito e adormecer novamente, tendo em mente o desejo de se projetar.

172 – Qual é a relação da glândula pineal com as EFCs?

Pineal é uma pequena glândula situada próxima ao centro do crânio relacionada à liberação de hormônios responsáveis pela regulação do sono. Algumas técnicas projetivas baseiam-se na estimulação da pineal, sendo esse um dos motivos pelos quais se acredita estar ela relacionada ao parapsiquismo humano.

173 – Aparelhos para promover EFCs funcionam?

Dispositivos de baixo custo à venda na Internet que alegam produzir sonhos lúcidos ou EFCs, segundo depoimentos de seus usuários, geralmente não funcionam. Outros dispositivos, disponíveis em algumas instituições nos EUA e na Europa que operam com base em frequências sonoras ou *flashes* de luzes parecem ter algum efeito em seus usuários, levando-os a entrarem em estados diferenciados de consciência, contudo, a falta de dados estatísticos sobre sua utilização impede a verificação de sua eficácia.

174 – A posição do corpo físico facilita a produção de EFCs?

Aparentemente, a posição de decúbito dorsal (barriga para cima) com braços e pernas separados é a posição que mais facilita uma EFC. Justamente por esse motivo, muitas pessoas evitam dormir nessa posição, pois começam a sentir “sensações estranhas”.

175 – Existem fatores fisiológicos que facilitam as EFCs?

Sim. Pessoas com frequência cardíaca mais baixa (atletas, por exemplo) parecem possuir maior facilidade para ter EFCs. Suspeita-se que existam vários outros fatores fisiológicos menos óbvios e, portanto, ainda pouco estudados que podem facilitar as EFCs e que alguns dos quais poderiam, inclusive, ser transmitidos geneticamente.



Fig. 15: Pesquisas indicam que a meditação é uma porta para a EFC

176 – O que é uma base física?

É o local em que o projetor deixa seu corpo repousando quando tem uma EFC. A base física mais comum é o quarto de dormir.

177 – O que é um projetarium?

O projetarium é um laboratório projetivo, um espaço tecnicamente preparado para facilitar a prática das EFCs.

178 – Quais são as características de um projetarium?

Dentre as diversas características, destacam-se essas seis: paredes pintadas de azul ou branco com tinta sem brilho; o uso de um forro ou revestimento antirruído ou à prova de som; uma grande área construída de tal forma que exista um raio de quatro metros de distância a partir da cabeça do praticante; o emprego de aparelho de ar condicionado indireto e silencioso; a utilização de móveis internos funcionais; a existência de uma sala anexa auxiliar e instrumentação para registro das variáveis fisiológicas.

179 – Qual é a diferença entre base física e projetarium?

A base física pode ser qualquer lugar em que o corpo físico fique repousando enquanto o projetor desloca-se pela dimensão extrafísica, enquanto o projetarium é um local em que todas as possíveis condições físicas são otimizadas para facilitar, apoiar e monitorar a EFC.

180 – O que são muletas conscienciais projetivas?

São procedimentos ou artefatos usados com a finalidade de produzir ou facilitar projeções conscientes. Alguns, tais como cristais, incensos e amuletos parecem ser inúteis, atuando de forma meramente psicológica no projetor. Outras ainda podem ter um efeito mais efetivo, como por exemplo, certas músicas tocadas antes dos experimentos projetivos. O ideal é que o projetor não empregue qualquer tipo de muleta de forma a desenvolver suas próprias habilidades projetivas.

181 – O lugar no qual dormimos pode atrapalhar as EFCs?

Sim, pode. As energias conscienciais do local, oriundas das consciências que residem ali e de possíveis consciências extrafísicas que frequentem o local podem ajudar quando forem positivas, mas podem atrapalhar quando forem negativas.

182 – Como saber se no local em que durmo as energias são negativas?

Se o local for sujo, poluído, mal cuidado, barulhento, quente ou frio demais, as energias dificilmente serão positivas. Se as pessoas que ali residem forem desequilibradas emocionalmente, depressivas, antiéticas, as energias conscienciais do local também serão negativas.

183 – O que é antitécnica projetiva?

Antitécnica projetiva é uma ação ou procedimento equivocado, errôneo, desnecessário, que não produz os resultados esperados, podendo inclusive dificultar mais

ainda a obtenção da EFC. Presentes nas mais diversas áreas da vida humana, antitécnicas são comuns no campo do parapsiquismo em decorrência do baixo nível de discernimento e criticidade, assim como a deficiência nas pesquisas e autopesquisas. Com relação à EFCs, algumas das antitécnicas mais conhecidas, que tem efeito meramente psicológico, são:

- 1 - Água fluidificada;
- 2 - Amuletos;
- 3 - Apanhador de Sonhos;
- 4 - Cristais;
- 5 - Colchão ou travesseiro com magnetos;
- 6 - Dia do mês ou do ano;
- 7 - Fase da lua;
- 8 - Incenso;
- 9 - Pirâmides;
- 10 - Posição do corpo físico quanto ao eixo magnético ou geográfico da Terra.



Fig. 16: O Peyote é uma das inúmeras fontes de alucinógenos usados para provocar experiências místicas baseadas na abertura forçada do parapsiquismo.

184 – O que é recesso projetivo?

É um período mais ou menos longo durante o qual cessam as EFCs.

185 – Quais são as causas do recesso projetivo?

As causas para isso podem ser várias: Mudanças na rotina diária; muitas atividades no dia a dia consumindo seu tempo e suas energias; mudanças neurofisiológicas produzidas pela mudança na atividade hormonal; mudança do padrão energético de um ou mais centros energéticos (chacras); mudança da base física (sua moradia); etc. Enfim, o projetor deve analisar o que mudou em sua rotina ou dentro dele mesmo, em termos de padrão de pensamentos, emoções e comportamentos para identificar a causa e, a partir daí, empregar algum procedimento ou mudança de comportamento para contrabalançar e reativar as projeções se for isso o que você deseja.

186 – Traumas ocorridos durante EFCs podem bloquear novas experiências projetivas?

Sim. Emoções fortes como medo e pânico, muitas vezes sem o menor sentido, ocorrido simplesmente porque a pessoa está vivenciando situações novas como flutuar ou ver seu próprio corpo podem prejudicar a ocorrência de novas projeções lúcidas.

187 – A ingestão de álcool atrapalha na obtenção de uma EFC?

Geralmente a ingestão de álcool impede a obtenção de EFCs ou, por outro lado, a obtenção de EFCs lúcidas. Contudo, em certos casos, o relaxamento do corpo que ocorre com a ingestão de uma pequena quantidade de bebida alcoólica pode facilitar na obtenção de uma EFC. Enfim, o ideal é não ingerir bebidas alcoólicas antes do experimento.

188 – Drogas e remédios facilitam ou atrapalham as EFCs?

Conforme a atuação de certas drogas nos neurotransmissores do sistema nervoso, tais como o cacto *Peyote* e os chás de *Mariri* e *Chacrona*, podem até facilitar a realização de EFCs, mas, por outro lado, muitas vezes proporcionam experiências confusas e com pouca lucidez, motivo pelo qual é desaconselhável seu uso com objetivo de provocar EFCs. A ingestão dessas substâncias também pode trazer diversas consequências para a saúde da pessoa.

189 – Antidepressivos ou outros psicotrópicos dificultam as EFCs?

Sim. Eles diminuem a capacidade da consciência obter lucidez extrafísica.

190 – Como ter uma EFC se, ao deitar, acabo adormecendo?

Deve-se deitar mais cedo, antes de o corpo estar “implorando” pelo sono. Ao invés de deitar-se, pode-se sentar na cama para ler um livro sobre EFCs, para fazer um trabalho energético ou executar uma técnica projetiva para só depois deitar-se de vez.

191 – Quanto tempo é preciso para aprender a fazer EFCs conscientes?

A maioria das pessoas precisa de alguns meses de experimentos para ter suas primeiras EFCs. Algumas pessoas conseguem isso em menos tempo e outras demoram mais. Há livros que prometem ensinar técnicas para as pessoas se projetarem, por exemplo, em 30 dias, mas, isso é puro marketing baseado em estatísticas quanto ao tempo e número de tentativas que uma pessoa precisa para ter suas primeiras projeções.

192 – Quanto tempo é preciso para se dominar a produção de EFCs?

São necessárias muitas vidas de aprendizado e experimentação. Uma vez iniciado esse processo, a cada existência intrafísica, a consciência desenvolve as habilidades projetivas mais rapidamente e evolui um pouco mais até dominar completamente todos os processos envolvidos nas EFCs.

193 – Não consigo realizar minha primeira EFC. O que devo fazer?

Não deve desanimar. Avalie seriamente quais foram os esforços que empregou para obter sua primeira EFC e levante quais fatores teriam impedido o seu sucesso: ansiedade, indisciplina, etc. Depois trabalhe esses pontos e, se for o caso, tente outras técnicas.

194 – Qual é a chave para que eu possa deixar o corpo físico?

É possível que exista uma chave, um gatilho ou procedimento que faça você sair fora do corpo com grande eficácia. Contudo, por ser algo muito pessoal, cada pessoa terá uma chave que funciona somente para si. Cabe a você, portanto, descobrir qual é a sua por meio de uma rigorosa observação e análise de seus experimentos pessoais.

195 – Por mais que eu tente, não consigo promover uma EFC. O que devo fazer?

Deve continuar insistindo e, se for o caso, avaliar criticamente, em detalhes, quais são os fatores que poderiam estar atrapalhando e quais fatores otimizadores estariam sendo negligenciados nas suas tentativas de produzir suas EFCs. É importante lembrar que produzir EFCs é tarefa, via de regra, de difícil execução para a maioria das pessoas. O sucesso pode exigir um grande número de tentativas. Caso não obtenha resultado com uma técnica projetiva, use outras ou modifique as existentes e observe atentamente os resultados. Esteja atento para a produção de projeções semiconscientes ou outros indicadores que mostrem que seus esforços estão na direção certa.



Fig. 17: O relaxamento do corpo físico facilita a produção das EFCs

Capítulo 6

Os Sentidos e as EFCs

196 – Quais sensações antecedem uma EFC?

São muitas as sensações possíveis. Pode-se inclusive não sentir coisa alguma. São comuns sensações de formigamento, frio, flutuação, alheamento em relação a si e torpor.

197 – O que é aura projetiva?

São justamente as sensações que ocorrem imediatamente antes de uma projeção e que servem de aviso para o projetor de que uma EFC é iminente.

198 – O que é catalepsia projetiva?

Também conhecida por paralisia do sono, é um estado em que a consciência está desperta, mas não coincide totalmente com o corpo físico. Nessa situação, que nada tem a ver com a catalepsia mórbida, a pessoa fica temporariamente sem poder se mexer. Nesse caso, ela pode se concentrar para sair inteiramente para fora do corpo e aproveitar a EFC ou pode mover uma parte mínima do corpo e voltar à coincidência de vez.

199 – Todas as pessoas têm catalepsia projetiva?

Não. Muitos projetores nunca tiveram essa experiência, assim como há pessoas que têm essa experiência, mas que não têm EFCs lúcidas e rememoradas.

200 – Corro o risco de, durante uma EFC, alguém pensar que estou morto e assim me enterrarem vivo?

Não, porque a catalepsia projetiva não produz a redução dos sinais de vida corporais a ponto de se acreditar que a pessoa esteja morta, tal como ocorre na catalepsia mórbida. Além disso, uma pessoa acometida de catalepsia projetiva provavelmente irá reinteriorizar-se imediatamente assim que seu corpo for tocado por alguém.

201 – O que é taquicardia e o que faço se isso acontecer?

Taquicardia são batimentos acelerados do coração. Pode surgir quando se pratica a circulação fechada de energias com a finalidade promover o EV – Estado Vibracional – e, a partir daí, uma EFC. Se ocorrer taquicardia durante a circulação de energias, deve-se parar a circulação e, quando o coração voltar ao normal, pode-se retomar o exercício, se desejado. A taquicardia também pode ocorrer após a interiorização total, súbita e violenta no corpo físico.

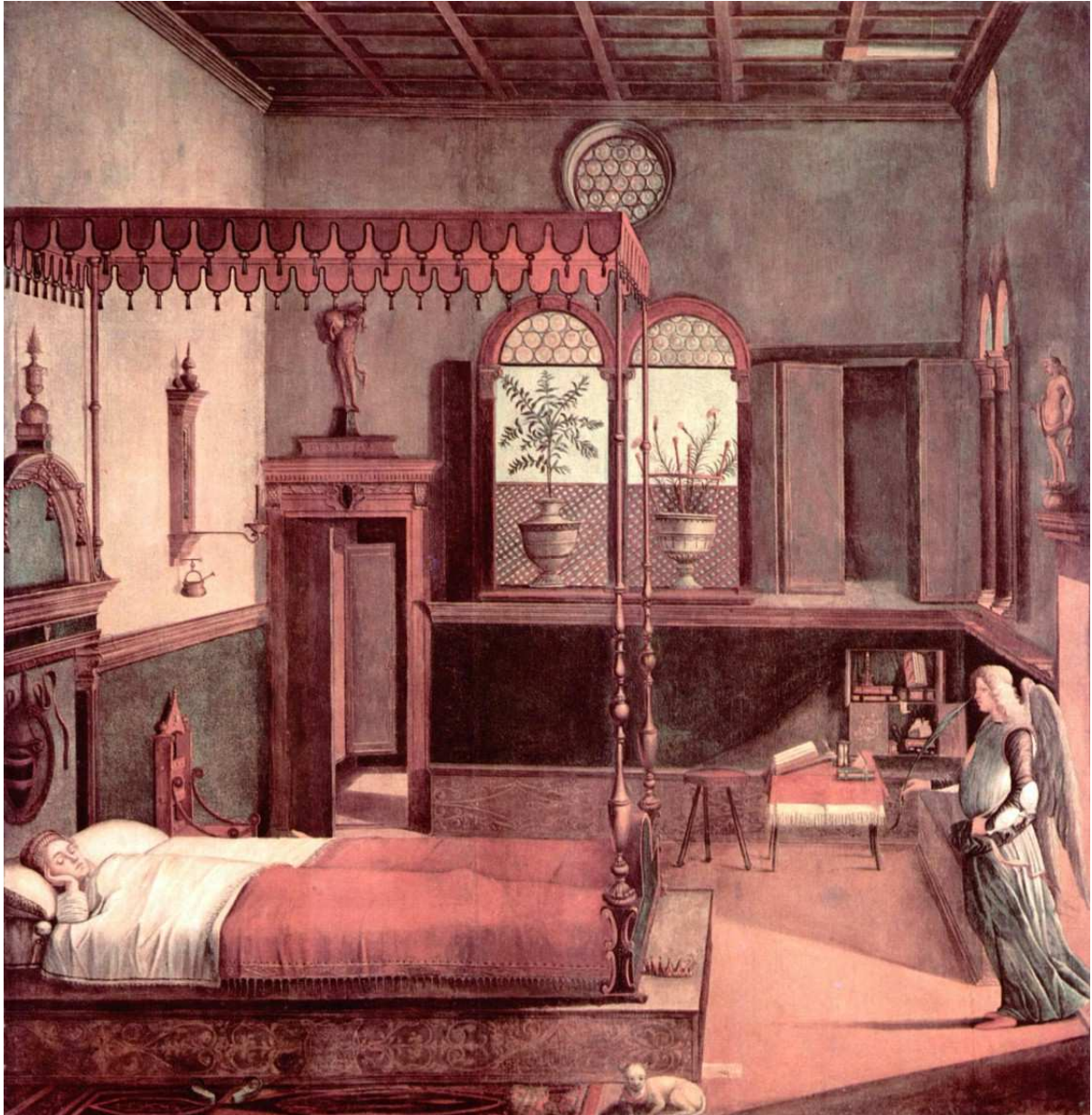


Fig. 18: “O Sonho de Santa Úrsula”, de Vittore Carpaccio (1465 – 1526).
A presença de Amparadores extrafísicos era vista como “aparições angelicais”.

202 – Durante uma EFC, todos os nossos sentidos manifestam-se como no corpo físico?

Todos os sentidos podem estar presentes em uma EFC, de forma que os sentimos isolada ou conjuntamente, conforme o grau de lucidez e atenção que apresentamos.

203 – Como é a visão do projetor na dimensão extrafísica?

A visão manifesta-se, às vezes, tal qual é no corpo físico; outras vezes, quando se tem baixo nível de lucidez, de forma turva e confusa, misturando nossas próprias criações mentais com a realidade extrafísica. Pode, ainda, manifestar-se, quando se tem maior nível de lucidez, de forma ampliada sob diversos aspectos.

204 – O que fazer se, durante uma EFC, nada enxergar além de escuridão?

Isso pode ocorrer devido ao acúmulo de energias densas na região da paracabeça. Nesse caso, é preciso trabalhar as energias pessoais nesse local, mobilizando as energias nessa região. Para isso pode-se usar as paramãos dispostas em frente a paracabeça ou mesmo tocando esta e usar a vontade decidida para exteriorizar energias por elas para dissolver as energias densas e desbloquear a paravisão.

205 – Posso ver meu corpo físico quando projetado?

Sim, isso é possível, mas, com frequência, a proximidade necessária para ter essa visão faz com que o projetor reinteriorize-se rapidamente.

206 – É possível ver a si mesmo durante uma EFC?

Sim. Isso é possível porque a paravisão extrafísica não é limitada como a visão intrafísica. Ela pode ser mais abrangente, pode ser omnidirecional e permitir esse tipo de visão aparentemente deslocada do psicossoma.

207 – Que aparência temos na dimensão extrafísica?

Geralmente temos a mesma aparência do corpo físico, mas, não raro, podemos apresentar outra aparência devido à sintonia com os pensamentos, sentimentos e energias de existências pregressas. O projetor também pode modificar a forma, tamanho e densidade de seu psicossoma usando sua vontade.

208 – Usamos roupas na dimensão extrafísica, durante uma EFC?

O projetor plasma com a mente as roupas que desejar. Muitas vezes ele faz isso inconscientemente. Se não prestar atenção a isso, ele pode inclusive manifestar-se sem roupa na dimensão extrafísica.

209 – Como identificar uma pessoa na dimensão extrafísica?

Muitas vezes, o reconhecimento é intuitivo, devido a identificação energética. É dessa forma que, às vezes, reconhecemos uma pessoa conhecida na dimensão extrafísica, mesmo que ela esteja com uma aparência bem diferente. Fora isso, será como na dimensão intrafísica, predominantemente, pela sua aparência.

210 – Deficientes físicos podem locomover-se em uma EFC?

Sim, pois o que impede seus movimentos são restrições que somente existem em seus corpos físicos.

211 – Cegos podem ver durante uma EFC?

Pessoas que ficaram cegas em um determinado ponto de suas vidas podem ter tanto sonhos quanto EFCs em que conseguem empregar novamente o sentido da visão. Comenta-se sobre pessoas que, embora tenham nascido cegas, teriam a capacidade de ver fora do corpo físico, mas ainda não há registros de experimentos que comprovem isso.

212 – O que é autoscopia e qual é a diferença para EFC?

Autoscopia é a visão que uma pessoa pode ter do interior do próprio corpo, estando na vigília física. Frequentemente atribuída a distúrbios psiquiátricos, a autoscopia seria causada, na realidade, pela exacerbação momentânea da capacidade da paravisão.

213 – O que é volitação?

Volitação ou volição é a capacidade das consciências de se deslocar, na dimensão extrafísica, em alta velocidade, como se estivessem flutuando ou voando.

214 – Sonhar que está voando ou caindo é um indício de uma EFC?

Muitas vezes sim. A sensação de reinteriorização no corpo físico pode ser traduzida pelo cérebro intrafísico dessa forma.

215 – A sensação da ação da gravidade durante uma EFC é igual a da vigília?

Geralmente não é a mesma coisa, pois o projetor quase sempre sente que seu psicossoma é muito leve, podendo dar saltos, flutuar ou voar com grande facilidade. Aparentemente, a força da gravidade atua de forma diferente na dimensão extrafísica.

216 - É possível ouvir sons na dimensão extrafísica?

Sim. Tanto ocorrem vibrações no extrafísico análogas a nossos sons quanto é possível para o projetor ouvir sons da dimensão intrafísica, pois o som nada mais é do que uma forma de energia que pode ser captada sob certas circunstâncias.

217 – Como ocorre a comunicação na dimensão extrafísica?

Por meio da transmissão de pensamentos (telepatia). Por questões de condicionamento, podemos mover os lábios a articular palavras, mas, isso não é necessário. Fora isso, existe outras formas de comunicação como a escrita e a linguagem simbólica.

218 – Qual é a linguagem ou idioma usado nesses casos?

A linguagem utilizada pode ser o idioma do projetor ou outro, de outro país ou cultura. Consciências muito evoluídas empregam uma metalinguagem telepática que transcende os idiomas existentes na dimensão intrafísica.

219 – Posso sentir-me mal durante ou após uma EFC?

Sim, é possível. Isso dependerá fundamentalmente do que ocorrer durante a EFC. Por exemplo, o contato com situações de dor e sofrimento pode afetar psicologicamente e mesmo energeticamente o projetor.

220 – EFCs podem provocar euforia?

Sim. Todas as sensações são possíveis durante e depois de uma EFC. Ao perceber que está fora do corpo, o projetor pode ter uma explosão de satisfação e euforia com essa situação a qual ele talvez estivesse buscando há tempos. Isso pode causar a aceleração da atividade do soma, provocando a reinteriorização do projetor e encerrando a EFC.

221 – EFCs podem provocar medo?

Sim, podem, dependendo do grau de maturidade do projetor e da natureza das experiências que vivenciar.

222 – Como superar o medo que sinto ao pressentir que estou saindo do corpo?

Estude e leia o máximo que puder sobre o assunto. Prepare o ambiente antes de realizar seu experimento (iluminação, temperatura, isolamento etc). Invoque a presença e o auxílio de consciência amparadoras antes de realizar seus experimentos ou mesmo antes de dormir.

223 – Como reduzir ou eliminar a subjetividade das experiências projetivas?

Todas as sensações e experiências ocorridas durante uma EFC, sejam pensamentos, sentimentos ou percepções, são de caráter individual. Essas sensações, percepções ou experiências, portanto, não podem ser plenamente entendidas por qualquer outra pessoa, pois cada um cria sua própria interpretação da realidade. Dessa forma, não é possível eliminar a subjetividade das experiências projetivas. A redução da subjetividade é possível quando a experiência é analisada por um conjunto de especialistas em EFCs ou à luz da base de conhecimentos já existentes sobre a fenomenologia projetiva que podem permitir que se chegue a conclusões consensuais sobre os experimentos projetivos.

Para Saber Mais:



[Clique aqui](#) para acessar



Capítulo 7

Rememoração das EFCs

224 – Por que muitas vezes não lembramos de nossas EFCs?

A maioria das EFCs não é rememorada. A causa raiz está na falta de transposição das informações relacionadas às experiências extrafísicas do paracérebro do psicossoma para o cérebro físico. Vários fatores podem provocar essa não transferência, tais como a falta de “pontos de contato” entre as experiências extrafísicas vivenciadas e a realidade da vida intrafísica do projetor e a utilização de áreas da memória integral durante a EFC que não são acessadas durante a vigília física.

225 – Por que esquecemos facilmente as nossas EFCs?

Porque as experiências extrafísicas são registradas no paracérebro, precisando ser adequadamente passadas para o cérebro físico para que possamos rememorar-las.

226 – É possível ter uma EFC e não se lembrar disso ao retornar ao corpo?

Essa situação é a regra. Ou seja, algumas pessoas têm EFCs e, enquanto estão na dimensão extrafísica, têm perfeita lucidez quanto à condição em que se encontram, mas, ao retornar ao corpo físico, apagam completamente a lembrança da experiência da memória. Quando muito, têm lampejos dessas experiências ou recordam as experiências vivenciadas como se fossem sonhos. As técnicas projetivas visam, portanto, promover EFCs lúcidas e rememoradas.

227 – Projetores lúcidos sonham?

Certamente. Mesmo os projetores mais famosos pelas suas capacidades não se projetavam o tempo todo. Assim, quando não estão projetados lucidamente, eles têm sonhos, pesadelos e outros estados diferenciados como quaisquer outras pessoas. Acredita-se que consciências intrafísicas extremamente evoluídas ficam projetadas lucidamente todas as noites (além de outros períodos), mas essas são tão raras quanto desconhecidas dos registros históricos.

228 – Por que algumas pessoas não se lembram dos seus sonhos?

Experimentos realizados com pessoas que alegavam não lembrar-se de seus sonhos indicaram que eles ocorriam, mas eram simples repetições da rotina diária da pessoa, sugerindo haver uma relação entre o tipo de sonho produzido e sua rememoração.

229 – É possível ter uma EFC com alto nível de lucidez e de rememoração?

É possível, mas, no atual estado evolutivo da humanidade, é relativamente raro. Geralmente, durante uma EFC, ou se tem muita lucidez e pouca rememoração ou se tem pouca lucidez e muita rememoração.

230 – Que tipo de pessoas lembram de suas EFCs com mais facilidade?

Pesquisas recentes realizadas com jovens até 16 anos constataram que a recordação de sonhos lúcidos é significativamente maior em meninas do que meninos de todas as idades.

231 – O que é rememoração retardada da EFC e como ela ocorre?

Tudo o que é vivenciado pelo projetor é registrado em seu paracérebro. Quando ele retorna ao corpo físico, algumas memórias são transferidas para o cérebro físico e outras não. Algumas dessas memórias não transferidas parecem ficar armazenadas em uma “zona de transferência” por algum tempo, de tal forma que eventos ao longo da rotina diária podem, de alguma maneira, evocá-las e, assim, completar sua transferência para o cérebro físico. Após algum tempo, se a transferência não for feita, a rememoração torna-se impossível.

232 – O que é memória integral?

É o somatório de todas as lembranças de todas as existências da consciência. Outro termo para designá-la é holomemória. Ela fica armazenada no paracérebro da consciência.

233 – Existem procedimentos que facilitam a rememoração das EFCs?

Sim. Ao despertar e movimentar o corpo, ocorre uma completa reinteriorização da consciência e as experiências extrafísicas tendem a se perder. O mais importante, portanto, é manter-se imóvel ao despertar e, nessa condição, repassar todas as experiências vivenciadas durante o período do experimento ou de sono anterior de forma a trazer as lembranças para a memória intrafísica do cérebro.

234 – Pode-se lembrar uma EFC que foi completamente esquecida?

Sim. Durante uma EFC, livres do restringimento do cérebro físico e acessando mais facilmente a memória integral, é possível que lembremos de EFCs ocorridas anteriormente. Outra possibilidade é acontecer alguma experiência durante a vigília física que, por similaridade com a experiência projetiva, acarrete na sua rememoração. Esse tipo de experiência denomina-se rememoração retardada.

Capítulo 8

Tipos de EFCs

235 – Podem ocorrer EFCs envolvendo apenas uma parte do corpo?

Sim, podem ocorrer descoincidências parciais de braços, pernas, do tronco etc.

236 – Qual é o nível de lucidez durante uma EFC?

O nível de lucidez varia muito de uma EFC para outra, de um projetor para outro e mesmo durante uma EFC, quando podem ocorrer momentos de maior ou menor lucidez. A maioria dos projetores, inclusive aqueles que escreveram livros relatando suas experiências, tem projeções com um nível de lucidez abaixo daquele que possuem durante a vigília física. EFCs em que temos o mesmo nível de lucidez da vigília física são, portanto, raras. Há ainda as EFCs em que o nível de lucidez fica acima daquele verificado na vigília. Essas experiências são mais raras ainda.

237 – O que é uma EFC semiconsciente?

Também conhecida como sonho lúcido, é um estado diferenciado de consciência que se situa entre o sonho e a EFC em que a consciência tem controle parcial sobre os acontecimentos. Imagens simbólicas de sonhos se misturam a imagens objetivas da EFC de tal forma que não temos certeza se estamos acordados ou se estamos sonhando.

238 – Sonho lúcido é o mesmo que EFC?

Não. O sonho lúcido é aquilo a que se denomina EFC semiconsciente.

239 – Um projetor pode mover objetos físicos?

Sim. É algo raro, mas, sob certas circunstâncias, é possível.

240 – O que é intuição extrafísica e como ela ocorre?

É a captação de ideias inspiradoras que orientam o curso que o projetor deve dar a suas ações ou de informações sobre objetos, consciências ou locais percebidos pelo projetor. A captação pode se dar pela assimilação por parte do projetor das energias relacionadas a um objeto, local ou consciência extrafísica que traz consigo informações agregadas ou, ainda, pela telepatização dessas informações para o projetor por amparadores extrafísicos.

241 – O que é bilocação?

É um fenômeno raro, mas registrado em diversos momentos na história, quando uma pessoa se projeta e, devido à aglutinação de grande quantidade de ectoplasma em seu psicossoma, consegue ser vista na dimensão intrafísica, fotografada e, mais raramente, até se comunicar com outras pessoas por meio da fala. No cristianismo, numerosos santos e monges supostamente tiveram bilocações: Antônio de Pádua, Ambrósio de Milão, Severo de Ravena e Padre Pio da Itália.

242 – O que é exoprojeção?

Uma EFC para fora do planeta Terra, tal como para outro planeta do nosso sistema solar ou ainda mais distante.

243 – O que é EFC de corpo mental?

É uma experiência em que empregamos um corpo mais sutil do que o psicossoma. Nessa condição, podemos nos manifestar na dimensão intrafísica, na dimensão extrafísica comum ou em dimensões extrafísicas mais elevadas. É comum ocorrer, durante essas experiências, grande expansão da lucidez, do discernimento e de outras faculdades.

244 – O corpo mental tem uma forma definida?

Os relatos de projetores que encontraram com consciências que possuem apenas corpo mental e sobre suas próprias projeções usando apenas esse corpo levam a crer que ele não possui uma forma definida, assemelhando-se mais a um foco ou ponto de luz.

245 – EFCs de corpo mental são comuns?

São as experiências mais raras, mesmo para projetores veteranos com larga experiência projetiva.

246 – O que é paraprojeção?

Qualquer EFC que emprega um corpo extrafísico mais sutil do que o psicossoma. Geralmente, ela é percebida quando o projetor já está fora do corpo e nota que está deixando seu psicossoma usando outro veículo, mais sutil.

247 – O que é uma EFC lastreada?

É uma experiência em que a consciência descoincide o psicossoma do corpo físico, carregando consigo uma grande quantidade de energia densa proveniente do energossoma (duplo etérico). Nessa condição, a consciência tende a ter pouca lucidez e a sentir seu corpo extrafísico lento e pesado.

248 – Podemos transitar por várias dimensões durante uma EFC?

Sim. Podemos passar da dimensão intrafísica, onde está nosso corpo físico, para uma ou mais dimensões com grandes diferenças vibratórias, seja pela própria vontade, seja pela atuação de amparadores extrafísicos.

249 – O que é uma EFC assistida?

É a EFC na qual o projetor é assistido por um amparador que o guia, mesmo sem que o projetor perceba. Praticamente todas as EFCs são assistidas, pois, em geral, não temos maturidade para manifestarmo-nos na dimensão extrafísica de forma consciente.

250 – O que é visualização remota?

É a projeção da capacidade visual da consciência que lhe permite perceber objetos ou cenas de eventos localizados a curta ou grande distância. Experimentos de visualização remota realizados a partir de 1970 (Projeto Stargate) demonstraram que é possível estender a capacidade visual até outros planetas do nosso sistema solar.

251 – O que é descoincidência vígil?

É uma condição em que o projetor fica parcialmente projetado, especialmente no que se refere a sua capacidade de percepção visual, facultando-lhe, enquanto na vigília física, também perceber a dimensão extrafísica. A sensação pode durar minutos, horas ou mesmo alguns dias. Isso pode acontecer após uma cirurgia com anestesia geral ou após uma projeção de corpo mental.

252 – O que é EFC Final?

É a projeção que ocorre com a morte do corpo físico, quando não existe mais o retorno a esse veículo de manifestação e a consciência torna-se extrafísica.

253 – O que é EFC do adeus?

Muitas pessoas, momentos antes da morte do corpo físico, movidas pelo desejo de se despedir de algum ente querido, conseguem se projetar, uma vez que os laços energéticos com o corpo já se encontram enfraquecidos. Deslocam-se então até a presença de quem desejam se despedir e, caso carreguem consigo ectoplasma suficiente, podem até ser percebidas.

Capítulo 9

A Dimensão Extrafísica

254 – Qual é o aspecto da dimensão extrafísica?

Existem muitas dimensões extrafísicas. As mais próximas da dimensão intrafísica, são muito parecidas com esta, em inúmeros aspectos, tanto que podem confundir os projetores quanto a sua real localização. As dimensões evolutivamente mais distantes são muito diferentes. Pode-se dizer que somente em algumas gerações ou séculos, a dimensão intrafísica será parecida com essas dimensões mais evoluídas de hoje.

255 – Aquilo que um projetor percebe na dimensão extrafísica existe mesmo, pode ser percebido por outros projetores, ou é fruto das crenças individuais de cada indivíduo?

Quando o projetor está com alto grau de lucidez, ele consegue perceber a realidade extrafísica sem distorções. Dessa forma, outros projetores com o mesmo nível de lucidez perceberão os mesmos locais, situações e objetos. Projetores com menor lucidez perceberão menos e de forma distorcida, assim como projetores com nível de lucidez mais elevado poderão captar certos aspectos não percebidos pelo projetor em questão.

256 – O que são formas-pensamento e qual é sua relação com as EFCs?

Formas-pensamento ou morfopensamentos são formas de energia condensada existentes na dimensão extrafísica formadas pelos pensamentos de consciências intrafísicas, consciências extrafísicas e projetores. Os morfopensamentos são as primeiras coisas que os projetores vão encontrar ao saírem do corpo, podendo atrapalhar na percepção da dimensão extrafísica como ela realmente é.

257 – Como diferenciar as formas-pensamentos das imagens extrafísicas reais?

As formas-pensamento ou morfopensamentos geralmente são efêmeras, desvanecendo-se rapidamente, principalmente se o projetor tentar interagir com elas, tocando-os por exemplo. Também podem ser diferenciadas por serem, em geral, estáticas, semitransparentes, pouco definidas, distorcidas ou por ter a aparência de miniaturas de objetos muito maiores.

258 – O que é parageografia?

São os distritos existentes nas diversas dimensões extrafísicas, sua descrição e localização, exata ou presumida.

259 – A dimensão extrafísica é idêntica à dimensão física, tem cópias das mesmas cidades e recantos?

No que diz respeito à dimensão extrafísica crostal que faz fronteira direta com a dimensão intrafísica, sim, elas são semelhantes em princípio. Contudo, a questão espacial pode apresentar-se de forma distinta, assim como, podem existir objetos e estruturas extrafísicas sem contrapartes intrafísicas.

260 – Que tipos de consciências podem ser encontradas na dimensão crostal, próxima da Terra?

Normalmente serão encontradas consciências ainda presas às questões intrafísicas, pessoas que morreram e que estão em situação de sonâmbulos, consciências doentias, guias cegos, assediadores e projetores. Podem ser encontradas também consciências mais evoluídas que não habitam essa dimensão, mas que fazem excursões até a mesma.

261 – Como o projetor pode determinar a dimensão em que se encontra?

Às vezes isso é difícil. De um modo geral, quanto mais semelhante for à dimensão extrafísica com a dimensão intrafísica, mais próximo desta última o projetor está. Se identificar um ambiente intrafísico conhecido, ele estará na dimensão extrafísica crostal. Se o ambiente for repleto de consciências e energias doentias, poderá estar na baratrofera, uma dimensão caracterizada por energias densas e desequilibradas. Se o ambiente for equilibrado e com aparência bem diversa do intrafísico, ele poderá estar em uma dimensão extrafísica mais elevada.

262 – É possível encontrar outros projetores durante uma EFC?

Certamente. Isso é relativamente comum. Pode-se encontrar tanto projetores lúcidos como projetores sonâmbulos que não tem nem lucidez nem rememoração de suas experiências extrafísicas.

263 – Como podemos distinguir projetores de consciências extrafísicas?

Isso pode ser feito pela aparência, padrão de comportamento ou pelas energias das consciências. Alguns projetores inexperientes afirmam que identificam outros projetores ao observar seu cordão de prata. Na realidade, o cordão de prata na maioria das vezes é tão tênue que nem as consciências extrafísicas conseguem percebê-lo.

264 – Quantas consciências extrafísicas podemos conhecer e interagir por meio das EFCs?

Não existe um número definido para isso. Podem ser poucas ou muitas. Isso vai depender de quantas projeções lúcidas a pessoa terá ao longo de sua vida e da sua capacidade em interagir com outras consciências.

265 – Com qual frequência encontramos outras consciências durante EFCs?

Não existe uma regra ou estatística sobre esses tipos de encontros. Tudo depende da nossa sintonia mental, das nossas ações na dimensão intrafísica. Podemos nos projetar e não encontrar ninguém visível ou podemos encontrar uma, duas ou várias consciências, extrafísicas ou projetadas.

266 – O que é Paraelencologia?

É o elenco de consciências que um projetor encontra ao longo de suas projeções lúcidas, que podem ser outros projetores, amparadores, assediadores, consciências ligadas a suas vidas passadas, etc.

267 – O que é um amparador?

É uma consciência extrafísica ou uma consciência intrafísica projetada que presta algum tipo de auxílio a outras consciências com objetivo de ajudá-las. Os amparadores são verdadeiramente bons e, portanto, jamais prejudicam alguém, mesmo que seja para ajudar outras consciências. Pessoas que regularmente exploram ou enganam outras dificilmente se encontram com seus amparadores durante uma EFC. Quando isso ocorre, os amparadores pedem que elas mudem sua maneira de agir e de pensar.



*Fig. 19: “Dante e Virgílio no inferno”, óleo de Delacroix (1798-1863).
No passado, projetores acreditavam que as dimensões extrafísicas baratroféricas eram o inferno.*

268 – O que é um assediador?

É o oposto do amparador. Um assediador é uma consciência extrafísica ou uma consciência intrafísica projetada que, movida por distúrbios psicológicos ou emocionais ou

ainda por interesses pessoais, promove algum tipo de interferência ou prejuízo a outras consciências, tentando influenciá-las em seu benefício ou deliberadamente prejudicá-las.

269 – O que é um aliado?

Aliado é uma consciência extrafísica que simpatiza, toma partido de uma consciência intrafísica, sem ser, contudo, seu amparador. O aliado é capaz de prejudicar outras consciências com objetivo de ajudar ou satisfazer seus protegidos intrafísicos.

270 – Existem consciências extrafísicas vampirizadoras?

Sim, existem. Vampirizadores tem por objetivo drenar energias de outras consciências das quais se alimentam. Normalmente eles atuam em pessoas com vida sexual desequilibrada, viciados em álcool e drogas.

271 – Como consciências vampirizadoras atuam?

Fazendo acoplamentos energéticos com as consciências intrafísicas desequilibradas ou, quando estas estão projetadas, aparecendo para elas disfarçadas com aparências sedutoras, oferecendo contato sexual ou alguma outra coisa. Quando o projetor volta ao corpo, sente-se cansado, frustrado, abalado.

272 – Um projetor pode vampirizar outro?

Sim, pode. Da mesma forma que uma consciência extrafísica, uma pessoa carente de certo tipo de energia pode sair do corpo e, consciente ou inconscientemente, partir em busca de satisfazer sua carência por energia densa.

273 – O que são Incubus e Succubus?

Conforme crenças surgidas na Europa durante a Idade Média, *Incubus* seriam demônios masculinos que afetam as mulheres e *Succubus* seriam demônios femininos que afetam os homens, agindo à noite enquanto suas vítimas dormem, sugando suas forças vitais através do ato sexual e apresentando-se com aparência sedutora de acordo com o padrão de beleza da época. Essas são na realidade representações dadas às consciências extrafísicas ou projetores vampirizadores de energias conscienciais de teor sexual. Essas consciências podem modificar seu psicossoma aparecendo como *Incubus* ou *Succubus*, conforme a preferência da vítima, com a finalidade de facilitar a abordagem extrafísica. A carência sexual da vítima é o que atrai essas consciências.

274 – Como obter o auxílio de um amparador durante uma EFC?

Se o projetor estiver imbuído de boas intenções, ou, por outro lado, se não tiver intenção alguma, no caso de uma EFC não premeditada, não precisa fazer nada, pois, no atual nível evolutivo da humanidade, os projetores conscientes, a sua revelia, são monitorados por amparadores. Isso é necessário para que não cometam atos que possam causar prejuízos a outrem ou a si próprios.

275 – Como evitar consciências extrafísicas negativas, assediadores e guias cegos?

Em primeiro lugar, mantendo um padrão de pensamentos, sentimentos e energias saudável, equilibrado, positivo. Em segundo lugar fazendo um trabalho energético que

afaste seu padrão vibratório daqueles apresentados por essas consciências, tal como o Estado Vibracional – EV, previamente, antes da projeção, e, se necessário, extrafísicamente também.

276 – Somente amparadores podem retirar o projetor do corpo ou assediadores também podem fazê-lo?

Qualquer consciência com certo grau de domínio energético, seja um amparador, seja um assediador ou mesmo outro projetor, podem atuar para retirar uma consciência para fora do corpo.



Fig. 20: “Pesadelo no Espelho” de Terry Marks

277 – Como ocorre o aprendizado na dimensão extrafísica?

De várias formas. Por meio da experimentação, através de aulas sistematicamente preparadas para esclarecer consciências extrafísicas e projetores, por meio da preceptoria realizada por amparadores, pela recuperação de competências desenvolvidas em existências anteriores.

278 – A monitoração das EFCs pelos amparadores é por toda a vida?

Nem sempre. À medida que o projetor ganha maturidade extrafísica, o que pode ocorrer após centenas de EFCs, ele vai conquistando a confiança dos amparadores e vai ganhando autonomia.

279 – Existem pessoas que não precisam de amparadores?

Sim, existem umas poucas pessoas extremamente evoluídas encarnadas no planeta que não carecem de amparo extrafísico uma vez que dispõe de grande domínio das EFCs, das energias extrafísicas e do seu elevado nível de maturidade.

280 – Quanto tempo é preciso para não mais se precisar de amparadores?

Muitas e muitas vidas de trabalho contínuo priorizando o processo evolutivo. Na Terra existem poucas com esse nível evolutivo.

281 – O que são serenões?

São consciências das mais evoluídas existentes no planeta que trabalham anonimamente em benefício de toda a humanidade, atuando em várias dimensões simultaneamente.

282 – É difícil encontrar-se com serenões?

Muitos serenões encontram-se encarnados, mas nunca se dão a conhecer. Fora do corpo é possível encontrá-los sim. Para isso é necessário estar em sintonia com seus propósitos que são assistir a humanidade.

283 – Como avaliar algo que me informaram ou que captei fora do corpo?

Avalie seus sentimentos e emoções perante as informações recebidas e conclua por si só. Amparadores passam informações para projetores de forma serena, tranquila e esclarecedora. Assediadores e guias cegos passam informações que causam desconforto, dúvidas, insegurança, ansiedade e medo, às vezes atijando nossa cobiça, arrogância ou outras tendências menos dignas que ainda cultivamos.

284 – Como explicar os encontros extrafísicos com pessoas que sabemos estarem despertas, em plena vigília física?

Nesse caso trata-se provavelmente de uma distorção da percepção do projetor que faz com que ele acredite que outra consciência é aquela que está desperta. Isso quando a pessoa percebida pelo projetor não for uma criação mental dele mesmo.

285 – O que é o umbral?

Umbra é uma denominação romantizada de dimensões extrafísicas habitadas por consciências em estado de perturbação mental, doentias e negativas. Um termo análogo, mais técnico e preciso para descrever essas dimensões é *baratrosfera*.

286 – É possível ocultar meus pensamentos e emoções durante uma EFC?

Na dimensão intrafísica o corpo atua como um escudo que enclausura e limita nossos pensamentos e emoções de tal forma que podemos até falseá-los. Na dimensão extrafísica, isso é muito mais difícil de acontecer, pois, nossos pensamentos e emoções se materializam na forma de campos energéticos facilmente perceptíveis. Quanto mais egocêntricos, primitivos e densos forem os pensamentos e sentimentos, mais facilmente poderão ser percebidos por outras consciências na dimensão extrafísica.

287 – Como as consciências extrafísicas se disfarçam?

Da mesma forma que o projetor, usando a vontade para alterar a aparência do psicossoma, que, por ser bastante sensível ao pensamento, facilmente assume a forma desejada. Dessa forma, uma consciência extrafísica pode assumir a aparência que desejar, seja a de outra consciência, seja de um objeto ou ser vivo qualquer.



Fig.21: “Jacó e a escada para o céu”. obra de Michael Lukas Lepold Willmman (1630-1706).

288 – Como avaliar a condição evolutiva de outra consciência durante uma EFC?

De várias maneiras. Consciências pouco evoluídas apresentam a aparência de pessoas velhas, cansadas, alquebradas, mal vestidas; as energias ou sensações que irradiam não são agradáveis; as ideias ou informações que nos passam denotam perturbação mental, não são éticas, ou não esclarecem nada, pelo contrário, causam perturbação e confusão ao projetor.

289 – Plantas e animais também têm EFCs?

Sim. Plantas projetam seu energossoma e animais projetam seu energossoma e também o psicossoma. Em outras palavras, é possível ao projetor, por exemplo, encontrar seu animal de estimação fora do corpo.

290 – Existem animais e plantas extrafísicos?

Sim, tal como na Terra.

291 – Animais extrafísicos são reais ou são fruto da criação mental dos projetores ou ainda de outras consciências?

Podem acontecer as duas coisas. Somente a observação atenta pode esclarecer para o projetor o que ele está percebendo, se é um animal de fato ou uma criação mental.

292 – É possível encontrar extraterrestres durante uma EFC?

Sim. Isso acontece com certa frequência. A maioria dos casos de encontros ou abduções de pessoas por extraterrestres pode ser explicada dessa forma, ou seja, trata-se de experiências vividas fora do corpo físico.

Capítulo 10

EFCs e Retrovidas

293 – É possível lembrar-se de vidas passadas durante uma EFC?

Sim, isso ocorre com frequência, mas, historicamente, nem sempre os projetores relacionam essas lembranças com vidas passadas, interpretando-as de outras maneiras.

294 – O que é retrocognição?

Retrocognição é um estado diferenciado de consciência em que a memória toma conta da pessoa e ela relembra um episódio de uma vida passada. Esse fenômeno pode ocorrer durante a vigília física, quando estamos acordados, mas é mais comum durante as EFCs. As retrocognições podem limitar-se a rápidos flashes visuais ou *insights* ou podem ser mais longas, amplas e detalhadas.

295 – EFCs em que nos vemos com outra aparência têm relação com vidas passadas?

É comum assumirmos a aparência que tínhamos em outras vidas durante uma EFC. Isso ocorre devido à atividade mental do paracérebro, que molda com grande facilidade a forma do psicossoma. Isso explica por que projetores muitas vezes se veem na dimensão extrafísica com uma aparência completamente diversa da atual.

296 – A facilidade em se ter EFCs tem relação com vidas passadas?

Geralmente quem tem facilidade para promover EFCs já desenvolveu essa capacidade em uma ou mais vidas anteriores. Pode-se dizer que essa habilidade faz parte da paragenética da consciência.

297 – Podemos usar as EFCs para deliberadamente lembrar vidas passadas?

Sim. É possível programar-se mentalmente para lembrar uma vida passada, principalmente se o projetor já possuir um foco definido, por exemplo, um local ou período da história no qual ele desconfia ter vivido. Uma vez fora do corpo, livre do restringimento imposto pelo cérebro físico, ele pode deslocar-se até esse local (ou não) e lembrar-se do que vivenciou ali. Deve-se, contudo, ter bastante critério em realizar esse tipo de experiência, pois a lembrança de certos episódios do passado pode acarretar perturbações de ordem psicológica e energética.

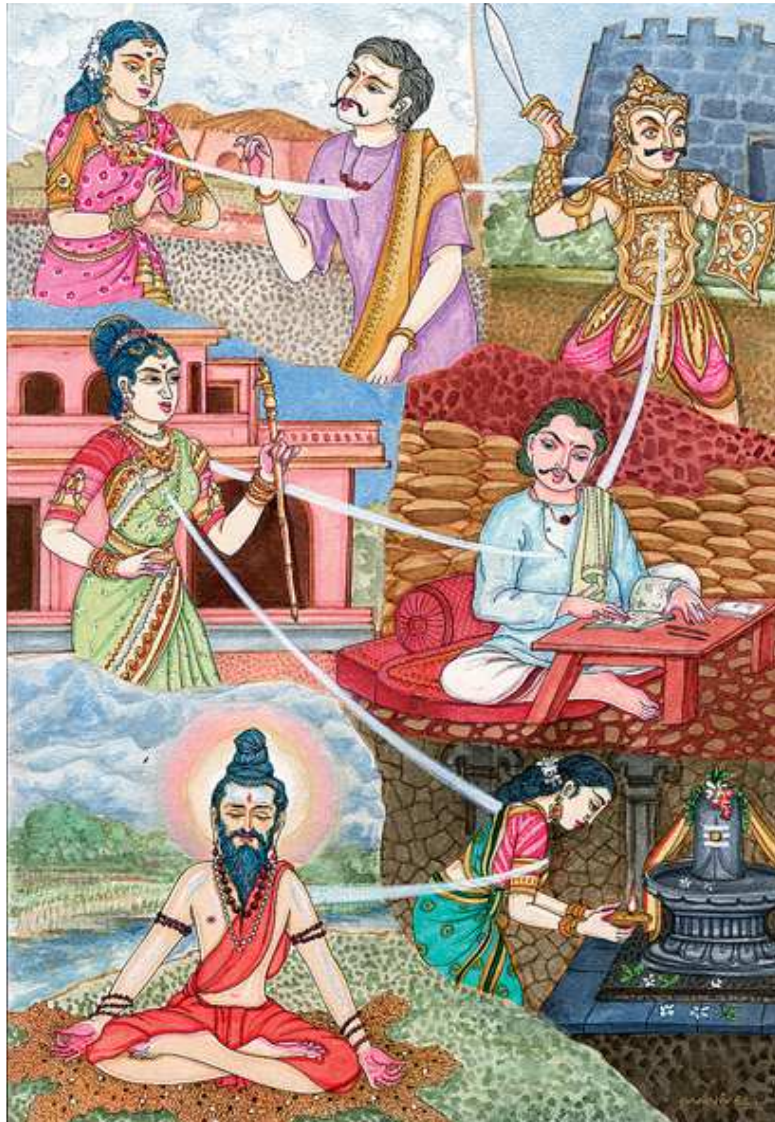


Fig. 22: A reencarnação faz parte da cultura da Índia a milênios

298 – Qual é a melhor postura quanto às EFCs e vidas passadas?

O melhor a fazer é deixar que as lembranças de vidas passadas surjam espontaneamente. Experimentos deliberados para invocar lembranças de vidas passadas devem ser feitos, de preferência, por projetores veteranos que já possuam boa experiência no trato das questões extrafísicas e energéticas.

299 – Ocorrem retrocognições relativas aos períodos entre vidas?

Sim, ocorrem, mas são raras.

300 – A terapia de vidas passadas é prejudicial?

O uso dessa técnica por um terapeuta competente dificilmente prejudicará a pessoa.

301 – Pessoas que encontramos durante EFCs podem ser nossas conhecidas de vidas passadas?

Sim, isso ocorre com frequência.

302 – Se as vidas passadas são um fato, por que alguns projetores nunca têm retrocognições?

Talvez tenham tido, mas não tiveram lembrança. Podem ter tido e preferiram não relatá-las. Por fim, se a pessoa rejeita a ideia de vidas passadas, ela pode tornar-se refratária a tudo o que diz respeito a isso, bloqueando, assim, experiências retrocognitivas.

303 – Podemos recuperar, por meio de EFCs, competências desenvolvidas em outras vidas ou na intermissão?

Sim, é possível. Ao acessar a memória integral ou holomemória, o projetor pode se lembrar de alguma coisa que sabia fazer antes e, com algum trabalho, desenvolver essa competência na dimensão extrafísica, caso seja do seu interesse.

Capítulo 11

EFCs e Programação Existencial

304 – O que é programação existencial?

Programação existencial é um planejamento que consciências extrafísicamente lúcidas fazem antes de nascer com relação a sua missão na dimensão intrafísica. Geralmente a programação existencial envolve metas de autorealização e assistência à coletividade. Seu objetivo é acelerar a evolução da consciência.

305 – Ter EFCs seria parte dessa programação?

Desenvolver as EFCs poderia ser um dos inúmeros itens de uma programação existencial. As EFCs são mais um instrumento para ajudar no cumprimento da programação existencial.

306 – Todas as pessoas têm programação existencial?

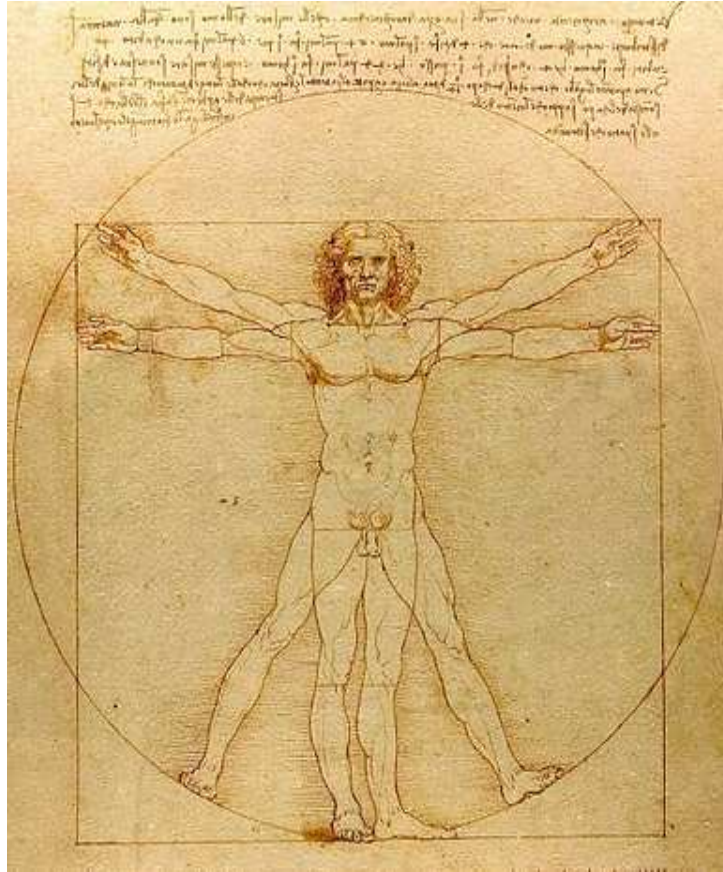
Não. A maioria dos habitantes do nosso planeta não têm uma programação existencial, mas certamente as terão a partir de alguma de suas próximas vidas. Isso ocorre porque eles ainda não têm lucidez suficiente para elaborarem essa programação antes de retornarem ao corpo físico. Nesses casos, outras consciências mais evoluídas, os orientadores evolutivos, definem o que elas deverão fazer durante suas vidas intrafísicas.

307 – O que é um “orientador evolutivo”?

Orientador evolutivo é uma consciência bem mais evoluída que a média da humanidade que ajuda a elaborar e, posteriormente, acompanha a execução das programações existenciais de grupos relativamente grandes de consciências.

308 – Quais são os itens mais comuns em uma programação existencial?

Eliminar ou pelo menos reduzir significativamente seus próprios defeitos; desenvolver novas competências e capacidades, tais como prestar assistência a outras pessoas; realizar reconciliações com outras consciências com as quais existem pendências evolutivas oriundas de outras existências intrafísicas.



*Fig. 23: "Homem Vitruviano", de Leonardo da Vinci (1452-1519).
A programação de um macrossoma é comum durante o processo de elaboração da programação existencial.*

309 – Como usar a EFC para pesquisar minha programação existencial?

Por meio das EFCs podemos começar a levantar qual seria nossa programação existencial. Não é regra, mas é possível lembrar-se de alguns pontos da programação existencial durante uma EFC. Pode-se ainda acessar o local extrafísico onde ela foi elaborada e receber orientação dos seus amparadores.

310 – Posso fazer um levantamento completo de minha programação existencial?

Geralmente isso não é possível em função ao nosso grau de maturidade, geralmente ainda pequeno. A antecipação de certos detalhes de nossa programação pode mais atrapalhar do que ajudar.

311 – Que tipo de preparação preciso fazer para fazer esse levantamento durante uma projeção?

É fundamental fazer um bom trabalho energético prévio de forma a utilizar suas energias e reforçar suas defesas. Também é conveniente solicitar previamente a assistência de seus amparadores nesse sentido, direcionando seus pensamentos para eles.

312 – Que faço se não conseguir descobrir nada sobre minha programação durante minhas projeções conscientes?

Em primeiro lugar, analise minuciosamente todos os detalhes de suas projeções, com bastante atenção para as sutilezas que podem indicar o que você procura. Depois, continue insistindo, pois as respostas podem demorar a surgir.

313 – EFCs são a única forma de levantar minha programação existencial?

Não. Existem outras técnicas para isso. Avalie quais são suas inclinações, do que gosta de fazer, do que sente paixão por fazer e que possa, ao mesmo tempo, auxiliar outras pessoas de alguma maneira. Avalie seus pontos fortes e fracos. Toda programação existencial envolve a utilização de seus traços fortes e a superação de seus traços fracos. Faça um detalhado levantamento autobiográfico, registrando tudo o que você recebeu da vida e, portanto, para o que você foi capacitado a fazer. Essas coisas estão intimamente relacionadas à sua programação existencial.

314 – O que é macrossoma?

Macrossoma é um termo empregado para descrever o corpo físico de uma pessoa que teve certos detalhes especialmente engendrados e modificados no momento do nascimento ou pouco depois do mesmo. A finalidade do macrossoma é otimizar desempenhos específicos da consciência de modo a auxiliar na execução de sua programação existencial. Acredita-se que apenas pequena parcela da população tenha macrossoma. Além disso, existem inúmeros tipos e com graus variados de sofisticação quanto as suas finalidades e efeitos de potencialização. A facilidade de produzir EFCs lúcidas, por exemplo, pode estar relacionada à existência de um macrossoma específico para isso.

315 – Posso modificar minha programação existencial?

Sim, pode. Na realidade fazemos isso o tempo todo à medida que vamos tomando decisões ao longo de nosso dia a dia. Geralmente mudamos nossa programação para pior, deixando de fazer o que é mais importante e fazendo coisas erradas. Poucas pessoas conseguem mudar sua programação para melhor. Pode acontecer ainda da programação mudar para melhor ou para pior em decorrência de outros fatos ou pessoas, alheios a vontade da pessoa.

316 – O que acontecerá se não cumprir com minha programação?

Perderá oportunidades e terá de concluí-la, da forma que for possível, em outra existência intrafísica. Equivale, portanto, a repetência de ano na escola formal.

317 – O que é um completista existencial?

É a pessoa que cumpriu integralmente sua programação existencial. É uma condição rara nos dias atuais.

Capítulo 12

EFCs e Paratecnologia

318 – O que é paratecnologia?

Paratecnologia é o emprego de tecnologia na dimensão extrafísica com objetivo de, por exemplo, facilitar o deslocamento, a comunicação, a percepção e os desempenhos energéticos das consciências, sejam elas intrafísicas, extrafísicas ou projetores.

319 – Como artefatos paratecnológicos são construídos?

De forma análoga aos nossos artefatos intrafísicos, empregando componentes mecânicos, químicos, físicos e eletrônicos construídos com a matéria extrafísica e usando-se energia extrafísica para ativá-los.

320 – Existe paratecnologia para auxiliar as EFCs?

Sim, existe. Muitas vezes os projetores percebem que a assistência extrafísica emprega artefatos semelhantes a nossos equipamentos eletrônicos ou outros, mais avançados, para promover não somente EFCs como para obter outros resultados, como, por exemplo, criar ou melhorar campos energéticos de pessoas ou locais.

321 – O que são implantes e paraimplantes?

Implantes são objetos físicos inseridos no corpo físico com algum objetivo. A medicina faz uso de implantes com fins terapêuticos. Pessoas que alegam terem sido abduzidas, às vezes, descobrem que possuem estranhos implantes localizados em certas partes do corpo. Paraimplantes são os que são inseridos no psicossoma, sendo, portanto, extrafísicos, e podem ter tanto o objetivo de equilibrar ou potencializar algo na pessoa como podem ter por objetivo monitorá-la, controlá-la ou vampirizá-la. No primeiro caso, os paraimplantes são resultado da ação de amparadores e no segundo caso, de assediadores. Tudo depende, portanto, de quem inseriu esse implante e qual era sua intenção.

322 – O que é transdimensionador?

Transdimensionador é um artefato tecnológico extrafísico que possibilita o deslocamento de uma consciência projetada ou extrafísica de um distrito extrafísico para outro ou mesmo entre dimensões extrafísicas. É um recurso empregado por amparadores para facilitar e agilizar seu deslocamento extrafísico assim como o de projetores por eles assistidos. O transdimensionador também pode ser entendido como um tipo de portal que se abre para possibilitar o deslocamento das consciências através da dimensão extrafísica.

323 – Pode-se encontrar UFOs e ETs durante uma EFC?

Sim, é possível. Considere-se, contudo, que, às vezes, aquilo o que percebemos em uma EFC e que julgamos serem UFOs são, na realidade, veículos das dimensões extrafísicas da Terra empregados para deslocamento. Da mesma forma, consciências extrafísicas que julgamos serem ETs podem ser consciências terrestres com o psicossoma modificado.



Fig. 24: Inúmeros dispositivos foram criados com a finalidade de induzir EFCs. Além de a maioria deles não produzir resultados, podem prejudicar o sistema neurológico do usuário.

324 – O que desejam os ETs em nosso planeta?

Projetores conscientes relatam que os ETs que encontram vêm ao nosso planeta para realizar pesquisas, visando descobrir algum tipo de conhecimento que possam levar para seus mundos, e para prestar assistência às consciências terrestres, tal qual fazem os amparadores extrafísicos de nosso mundo. Às vezes, os projetores encontram-se com ETs que vão renascer em nosso mundo e que ainda guardam a aparência que tinham em seus mundos de origem.

325 – Porque ETs viriam renascer em nosso planeta?

Na realidade, isso sempre ocorreu. Praticamente todas as consciências que habitam a Terra vieram de outros planetas em outras épocas. Nos dias atuais, há algumas consciências extraplanetárias que renascem na Terra em missão de assistência à humanidade, sendo que a maioria vem para cá oriunda de planetas mais primitivos, seja

porque elas atingiram um nível evolutivo melhor do que a média de seus mundos de origem, seja porque esses mundos não têm mais condições de sustentar a vida intrafísica.

326 – UFOs e ETs que encontramos em EFCs são intrafísicos ou extrafísicos?

Aparentemente, ocorrem as duas coisas.

327 – Todas as abduções são realizadas por extraterrestres na dimensão extrafísica?

Tudo indica que a grande maioria delas sim, mas não todas. Algumas parecem ocorrer com o corpo físico.



Fig. 25: Na dimensão extrafísica, pode ser difícil, senão impossível diferenciar veículos usados para deslocamento entre distritos extrafísicos da Terra com UFOs de origem extraplanetária.

Capítulo 13

EFCs, o Espaço e o Tempo

328 – Quantas dimensões e corpos extrafísicos existem?

Não existe um número definido de dimensões ou mesmo de corpos extrafísicos. Nas culturas orientais encontramos várias referências à existência de 7 corpos (o corpo físico mais seis corpos extrafísicos). Projetores conscientes constatarem com facilidade a existência de pelo menos três corpos além do soma (corpo físico): o energossoma (duplo etérico), o psicossoma (corpo astral) e o mentalsoma (corpo mental).

329 – Como é possível vários corpos ocuparem um mesmo espaço-tempo?

Cada um dos veículos de manifestação da consciência, o corpo físico, o energossoma, o psicossoma e o mentalsoma coexistem em uma frequência vibratória específica, dentre os quais soma é o veículo de menor frequência e o mentalsoma é o de maior frequência vibratória.

330 – O que mantém cada um desses corpos conectados ao outro?

Cada molécula do corpo físico é conectada energeticamente, pelo energossoma, ao psicossoma. O psicossoma, por sua vez, mantém-se conectado ao mentalsoma pelo que se convencionou chamar cordão de ouro, uma ligação energética.

331 – Posso ir aonde desejar em uma EFC?

Em princípio sim, a menos que existam restrições de acesso no lugar desejado que pode ocorrer em função de barreiras energéticas produzidas por outras consciências. O acesso a certas dimensões, muito evoluídas, normalmente exige uma sintonia difícil de conseguir.

332 – Pode-se levar algo da dimensão extrafísica para a dimensão intrafísica e vice-versa?

Até onde sabemos não é possível. Existem casos de “transporte” em que objetos e até mesmo pessoas transitam entre pontos da dimensão intrafísica, aparentemente tomando atalhos na dimensão extrafísica, mas, sem que de fato exista um processo de materialização e desmaterialização envolvendo a decomposição atômica.



Fig. 26: Antiga representação das dimensões extrafísicas

333 – Podemos viajar no tempo por meio de uma EFC?

Fora do corpo não podemos fazer viagens no tempo como sugerem alguns filmes de ficção científica. Podemos, contudo, passar por estados diferenciados de consciência e termos simulcognições (o conhecimento da realidade presente), precognições (o conhecimento do futuro) e retrocognições (o conhecimento do passado).

334 – A EFC retrocognitiva não é uma volta ao passado?

Essa experiência é uma EFC na qual ocorre a rememoração de episódios vividos pela consciência em existências passadas. Por mais real que possa parecer, são apenas lembranças.

335 – Existem realidades paralelas acessíveis por meio de EFCs?

Aparentemente não. Alguns projetores acessam locais na dimensão extrafísica que sugerem estarem vivendo em realidades paralelas. Trata-se de distritos extrafísicos próximos à crosta planetária onde o projetor interage com projetores e consciências extrafísicas que criam “realidades alternativas”.

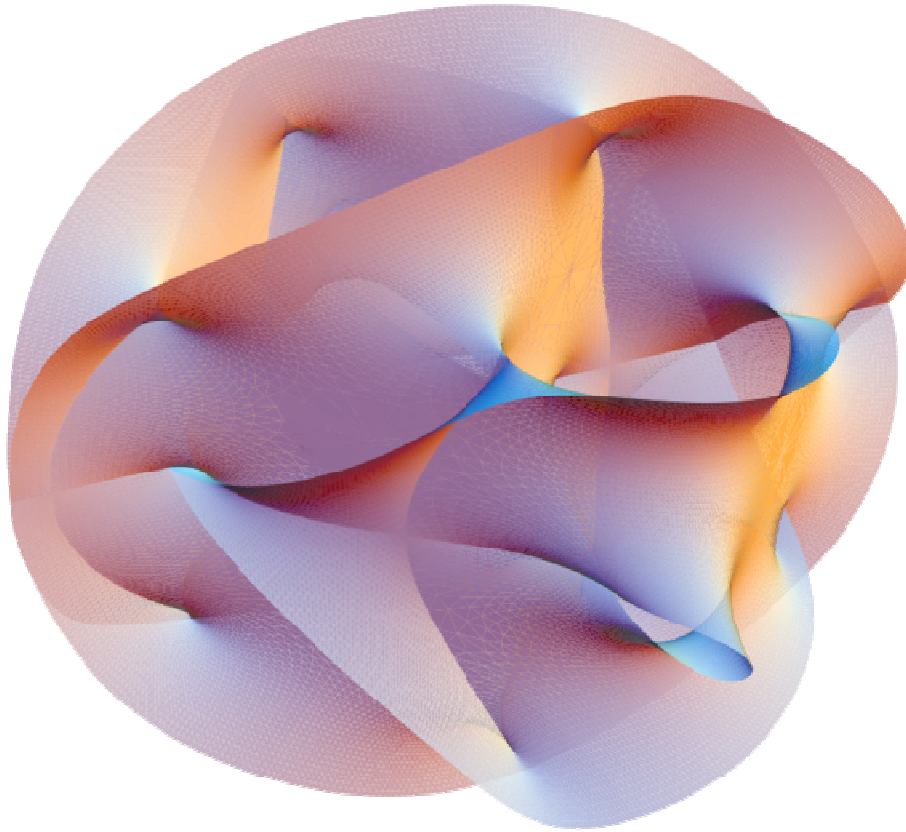


Fig. 27: Grande parte dos físicos modernos aposta na existência de outras dimensões, de difícil detecção para nós, que explicariam uma série de fenômenos do universo.

336 – Como explicar as realidades alternativas que alguns projetores relatam?

Aparentemente são construções mentais existentes na dimensão extrafísica, sustentadas por consciências que habitam aquela dimensão e por projetores lúcidos.

337 – O que é EFC precognitiva?

É uma EFC em que ocorre a captação de episódios que supostamente serão vivenciados pela consciência nessa existência ou em existências futuras.

338 – Como pode ser explicada a EFC precognitiva?

Existem várias formas de ocorrer essa experiência. Antes de tudo é preciso entender que na dimensão extrafísica a sensação do tempo não se passa sempre da mesma forma que na dimensão intrafísica. Fora a capacidade de a consciência perceber eventos que ocorrerão no futuro, existe duas explicações principais para as précognições, que seriam o ensaio extrafísico de eventos que ocorrerão na dimensão intrafísica e meras projeções animadas de futuros prováveis, realizadas com intuito educativo ou para prevenir problemas futuros.

339 – O que é déjà vu e qual é sua relação com EFCs?

O termo *déjà vu* provém do francês e significa "já visto". É o fenômeno em que uma pessoa sente a nítida sensação de já ter visto anteriormente uma pessoa, um lugar ou vivenciado uma situação sem que isto tenha ocorrido de fato. A explicação para o *déjà vu* é que a consciência em uma projeção lúcida ou semiconsciente não rememorada conheceu a pessoa, visitou o local ou vivenciou a situação que depois se repete na dimensão intrafísica.

340 – Por que ensaiar no extrafísico algo que ocorrerá no intrafísico?

Para diminuir o impacto de certos eventos traumáticos sobre as consciências ou, para melhorar seu desempenho em situações de crise ou de extenso estresse.

341 – EFCs précognitivas não contrariam a questão do tempo?

O tempo é uma dimensão da qual temos necessidade para nos orientar e que deixará de ser necessário em um futuro distante. Em antecipação a isso, para os projetores lúcidos, na dimensão extrafísica, os limites impostos pelo tempo tendem a desaparecer.

342 – A relação espaço-tempo muda durante uma EFC?

Em certas ocasiões pode ser idêntica a dimensão intrafísica e noutras não.

343 – O que dizer de livros que relatam projeções que parecem durar horas ou mesmo dias?

Quase sempre essas descrições são, na realidade, uma série de projeções espaçadas que os autores de livros condensam como se fosse uma única experiência para dar um senso de continuidade à história que escreveram.

344 – O projetor pode ver visto na dimensão extrafísica?

Sim, ele pode ver e ser visto, ou pode não ver e não ser visto. Isso vai depender da frequência vibratória do veículo que estiver usando assim como a frequência vibratória das outras consciências extrafísicas ou projetores.

345 – O projetor pode ser visto ou sentido na dimensão intrafísica?

Em casos excepcionais sim, quando estiver com o psicossoma muito denso, lastreado com ectoplasma. Existem vários registros ao longo da história sobre aparições de pessoas a uma longa distância de seus corpos físicos.

346 – O projetor pode interagir com o mundo físico?

É raro, mas, é possível. Para isso o projetor deve estar com seu psicossoma carregado com uma boa quantidade de energia densa, denominada ectoplasma. Nessa condição, ele pode provocar efeitos físicos, movendo objetos físicos, por exemplo.

347 – Barreiras físicas atuam sobre o projetor?

Isso depende. Se o projetor acreditar que uma porta ou parede intrafísica vão detê-lo, essa crença pode tornar-se verdadeira, pois a contraparte extrafísica da matéria é muito

sensível à força da mente. Por outro lado, a densidade da contraparte extrafísica de uma parede ou porta pode ser propositadamente aumentada para impedir a livre passagem de projetores e consciências extrafísicas.

348 – O projetor pode atravessar portas e paredes físicas?

Geralmente isso é possível, contudo, existem locais energeticamente inabordáveis cujas portas e paredes não podem ser transpostas pelo projetor.

349 – Barreiras energéticas, extrafísicas, atuam sobre o projetor?

Certas barreiras energéticas são intransponíveis para o projetor.

350 – Como sair de um ambiente fechado durante uma EFC?

Se o projetor tiver dificuldade de sair de um local, deve procurar as janelas ou portas que são locais onde, naturalmente, surgem energovias com o entrar e sair das pessoas, consciências extrafísicas e projetores.

351 – Um projetor pode passar de uma dimensão extrafísica para outra?

Sim, isso é possível pelo emprego da vontade.



Fig. 28: “O Pressentimento”, retratado por Kazimir Malevich (1928-1932)

Capítulo 14

EFCs e o Cordão de Prata

352 – O que é cordão de prata?

É uma prolongação do energossoma (duplo etérico) que se distende do corpo físico para o psicossoma. Ele atua como elemento de interligação entre esses dois corpos, mantendo a consciência na condição intrafísica (encarnada). Com a morte do corpo físico, esse cordão se rompe, por assim dizer. Apesar do nome romântico, o cordão de prata pode não se apresentar como um cordão e não ter a cor prateada.

353 – O cordão de prata pode ser visto ou tocado pelo projetor?

Sim, o projetor pode ver e até tocar o seu cordão de prata, mas isso não é comum. Considere-se que, quanto mais distante o projetor se encontra do corpo físico, mais sutil e imperceptível é o cordão de prata.

354 – O cordão de prata pode romper-se?

O cordão de prata somente se rompe com a morte do corpo físico.

355 – O cordão de prata pode dar voltas ou enroscar-se em algo?

O cordão de prata pode assumir um formato em curva, mas não pode enroscar-se em nada pois sua natureza é energética.

356 – Um cordão de prata é visível por outras consciências?

Se, para o projetor, perceber o próprio cordão de prata já não é algo corriqueiro, ser visto por outro projetor torna-se algo realmente difícil. O mesmo não se aplica às consciências extrafísicas lúcidas. Essas sim têm a capacidade perceptiva para poder ver o cordão de prata de um projetor. Mesmo assim, se ele estiver suficientemente tênue, pode passar despercebido por elas.

357 – É possível alguém cortar o meu cordão de prata?

Isso é um mito. Mesmo com a morte do corpo físico, amparadores extrafísicos têm de trabalhar em equipe, às vezes por horas, para liberar os vestígios de cordão de prata que ainda prendem a consciência ao corpo, para que essa possa afastar-se definitivamente do corpo.

358 – Existe um limite de distância para projetar-se?

Não existe. Projetores já foram com seus psicossomas a planetas de outros sistemas solares. Quando projetados de mentalsoma, é possível chegar ao limite do universo físico que conhecemos.

359 – O que é o cordão de ouro?

Uma ligação energética que mantém o psicossoma ligado ao mentalsoma.

360 – Existem outros cordões além desses?

Possivelmente existem outras conexões energéticas análogas ao cordão de prata.

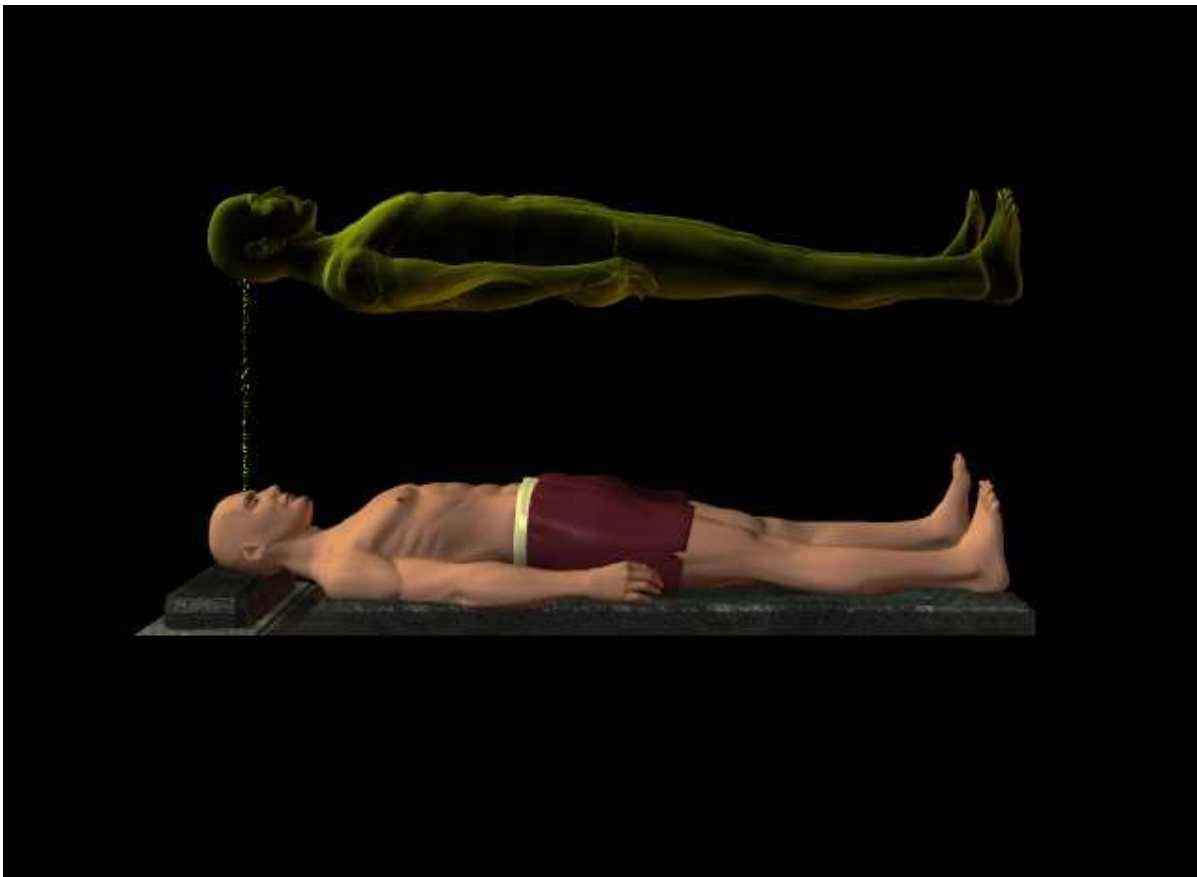


Fig. 29: O cordão de prata pode ser visível próximo ao corpo físico

Capítulo 15

EFCs e Sexo

361 – Relações sexuais atrapalham as EFCs?

De forma alguma, pelo contrário. O relaxamento físico que ocorre após uma experiência sexual pode ajudar na obtenção de uma EFC.

362 – Sexo solitário (masturbação) atrapalha as EFCs?

Não, pelo contrário. Valem, para esse caso, as mesmas considerações sobre as relações sexuais convencionais.

363 – Quando o sexo poderia atrapalhar as EFCs?

Quando praticado com excesso de promiscuidade, ou excessos de todos os tipos.

364 – Podem ocorrer relações sexuais durante uma EFC?

Sim, mas na dimensão extrafísica a base das relações sexuais é a troca energética entre as consciências e não os atos físicos que praticamos na dimensão intrafísica.

365 – É prejudicial para um projetor ter relações sexuais na dimensão extrafísica?

Geralmente é prejudicial, pois somente consciências doentias ou pouco evoluídas ou mesmo outros projetores carentes de energia sexual estarão dispostos a ter relações com o projetor. O prejuízo no caso será uma possível descompensação energética do projetor, que doará sua energia e não receberá nenhuma em troca.

366 – Existem projetores que vampirizam energias sexuais de outras pessoas?

Sim, existem. Essa condição trás uma série de consequências e que recairão sobre ele.

367 – Consciências evoluídas têm relações sexuais?

Sim, mas não como a praticamos na dimensão intrafísica. A base dessas relações sexuais é a troca energética em nível, intensidade e compensação que desconhecemos na Terra.

368 – Uma mulher pode-se conceber (engravidar) extrafisicamente?

Não. Parece incrível, mas, existem pessoas que tem esse tipo de dúvida. A concepção é uma atividade estritamente intrafísica.



Fig. 30: "Incubus", obra de Charles Walker (1870)

Capítulo 16

EFCs e Interassistencialidade

369 – O que é interassistencialidade?

É o ato de assistir e ser assistido ao mesmo tempo. Não existe uma condição de superioridade de quem assiste, mas sim uma relação de troca, de interdependência entre assistente e assistido.

370 – Que tipo de consciências podemos assistir por meio das EFCs?

Consciências extrafísicas e intrafísicas, estando essas últimas projetadas ou não.

371 – Somos amparados quando assistimos outras consciências?

Sim, sempre.

372 – A assistência extrafísica ajuda nossa vida ou nossa evolução?

Sem dúvida alguma. Quanto mais ajudamos, mais aprendemos, mais somos amparados e mais evoluímos.

373 – Podemos evocar os amparadores para auxiliar em uma assistência extrafísica?

Sim, podemos, e eles sempre virão.

374 – Dois ou mais projetores podem atuar conjuntamente em um trabalho assistencial?

Sim. Isso acontece com frequência.

375 – Qual é a relação entre EFCs e Mediunidade?

O médium passa por descoincidência de algum grau quando passa pelo processo mediúnico. Em certos casos, a projeção do psicossoma do médium pode ser total, e ele, na maioria das vezes, permanece inconsciente quanto a esse processo. Nesse estado, uma consciência extrafísica ou até mesmo um projetor pode se manifestar pelo corpo físico do médium. Estes fenômenos ocorrem dentro do contexto de atividades interassistenciais.

376 – O que é mediunidade extrafísica?

É a manifestação de uma consciência mais evoluída, de psicossoma mais sutil usando para isso o psicossoma de um projetor, ou ainda, de outra consciência extrafísica. É um recurso usado para que consciências de psicossoma muito sutil não tenham que dispendir muito tempo e energia para poderem se manifestar para outras consciências situadas em dimensões mais densas. Durante essas manifestações estas consciências evoluídas podem passar esclarecimentos e instruções para projetores e outras consciências extrafísicas.

377 – Existe algum tipo de assistência extrafísica que se deve evitar?

Aqueles casos que superarem nossa capacidade ou conhecimento. Por exemplo, tomar a iniciativa de assistir um terrorista ou criminoso notório para que ele mude sua maneira de agir pode estar além da nossa capacidade. É diferente, contudo, quando são os amparadores que nos convocam para esse tipo de atividade. Nesses casos, todo um esquema foi previamente montado para facultar esse trabalho.

378 – Como proceder para tornar a minha assistência extrafísica melhor, mais efetiva?

Estudar tudo o que existir sobre EFCs, mais especificamente sobre o trato das energias conscienciais e sobre a interassistencialidade. Depois, pôr o que aprender em prática. A intencionalidade também é muito importante.

379 – O que é cosmoética e qual é a sua relação com EFCs e assistência?

A Cosmoética é um conjunto de leis que rege a manifestação das consciências no universo. Tudo o que fazemos e pensamos está diretamente relacionado a ela. A cosmoética vai além da ética humana, que, muitas vezes, é limitada e ajustada às conveniências humanas de diversos tipos, variando, por exemplo de cultura para cultura, de país para país, ao passo que a cosmoética é sempre a mesma para todos. Nossas atitudes podem ser mais ou menos cosmoéticas. Quando a consciência passa a ter EFCs lúcidas, ela começa a ter mais condições de analisar o efeito de todas as suas ações à luz da cosmoética. Certas ações que podem ser aceitáveis sob o ponto de vista da humanidade terrestre, como, por exemplo, comercializar o fumo e quaisquer produtos a ele relacionados, podem não ser justificáveis pela cosmoética e, assim, gerar efeitos cármicos para a consciência que executa essas ações.

Para Saber Mais:



[Clique aqui](#) para acessar



Capítulo 17

EFCs e Energias Extrafísicas

380 – O que são energias extrafísicas?

São energias diferentes das existentes no universo físico e que transcendem as quatro forças básicas da natureza admitidas pela ciência tradicional (eletromagnética, gravitacional, nuclear forte e nuclear fraca). Por esse motivo, as energias extrafísicas não podem ser detectadas por meio da atual instrumentação científica, mas, elas podem ser percebidas pelas consciências intrafísicas e extrafísicas. Energias extrafísicas podem ser naturais ou conscienciais.

381 – O que são energias conscienciais?

São as energias extrafísicas ou bioenergias que são absorvidas, processadas e exteriorizadas por seres vivos, vegetais e animais, além de consciências intrafísicas e extrafísicas. As energias conscienciais possuem padrões que são impressos pelos pensamentos e sentimentos das consciências que as produzem.

382 – O que são energias naturais?

Energias naturais ou bioenergias são formas distintas de energias extrafísicas oriundas de fontes diversas, tais como o solo, a água, o ar, assim como de seres vivos como plantas, animais e as próprias consciências. Os termos bioenergias e energias extrafísicas são usadas com frequência como sinônimos.

383 – Como as pessoas percebem as energias extrafísicas?

Por meio de parapercepções em seu campo ou centros energéticos e que podem, inclusive, gerar sensações no corpo físico. Essas energias podem ser irradiadas por outras consciências ou podem formar campos ao redor de pessoas, locais e objetos. A interação de nossos corpos com essas energias pode provocar inúmeras reações físicas que variam muito de pessoa para pessoa: arrepios, comichões, pontadas, agulhadas, pressão sobre alguma região do corpo, calor, frio, além de sensações de bem estar ou de mal estar, conforme as energias sejam positivas ou negativas.

384 – É possível controlar nossas próprias energias conscienciais?

Sim. Por meio de exercícios regulares de absorção, exteriorização e circulação fechada de energias e da aplicação de técnicas para manobrar essas energias, tais como a técnica do Estado Vibracional, pode-se obter razoável domínio sobre as mesmas.

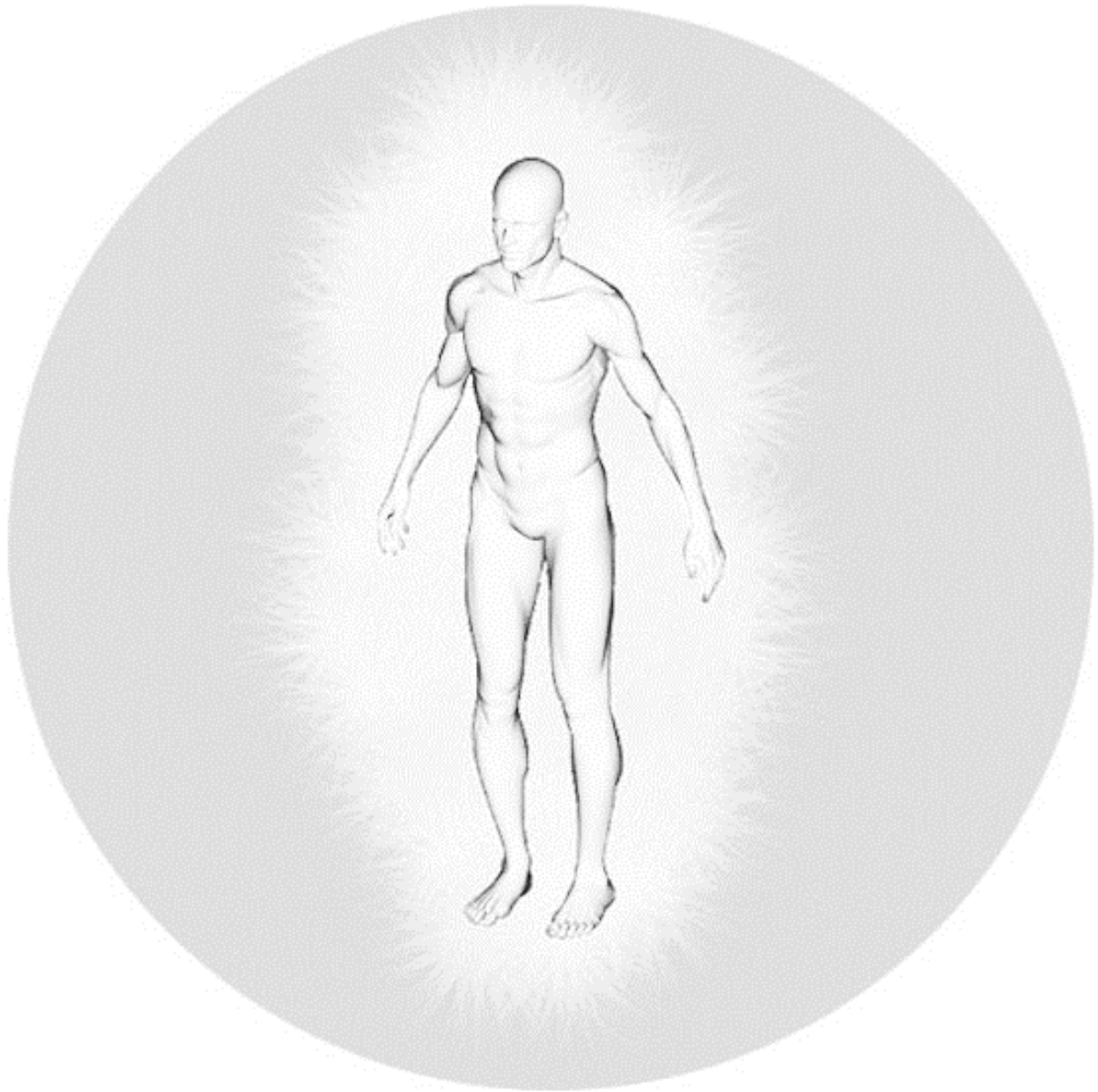


Fig. 31: O EV – Estado Vibracional instalado

385 - Exercícios de mobilização de energias auxiliam na produção de uma EFC?

Sim ajudam. Qualquer mobilização energética que promova a liberação de energias densas acumuladas em nosso holossoma e que promova a captação de energias mais neutras ou mais sutis, ajudam o processo projetivo, desbloqueando os centros energéticos do psicossoma, facilitando a descoincidência dos veículos e obtenção de maior lucidez extrafísica.

386 – Qual é a vantagem de saber controlar as energias durante uma EFC?

As energias conscienciais podem ser usadas para auxiliar outras consciências ou para promover a autodefesa energética.

387 – O que é autodefesa energética?

São procedimentos empregados tanto na dimensão intrafísica quanto na dimensão extrafísica para impedir que bionergias de outras consciências nos dominem.

388 – Com qual frequência precisamos usar essas defesas?

Não existe regra, mas, certamente, para a maioria dos projetores, não será preciso empregá-las na maioria das suas EFCs.

389 – O que é circulação fechada de energias?

É a circulação das próprias energias do alto da cabeça até a ponta dos pés e vice-versa, continuamente e em alta velocidade. Esse procedimento leva ao EV – Estado Vibracional – uma condição capaz de romper com acoplamentos energéticos invasivos e dispersar energias nocivas agregadas ao corpo físico. Além do mais, o EV facilita a obtenção de EFCs.

390 – O que é EV e qual é a sua relação com as EFCs?

EV ou estado vibracional é um fenômeno em que as energias conscienciais do corpo são ativadas, elevam sua frequência vibratória e provocam, dessa forma, o rompimento com acoplamentos energéticos com energias mais densas e promovem uma sensação de bem estar. Pode ocorrer antes ou depois de um EFC, mas, pode ser provocado a qualquer hora por meio da circulação fechada das próprias energias.

391 – Como o EV facilita as EFCs?

Após um EV intenso, a consciência pode, relaxando, ter uma experiência de EFC. É uma das inúmeras técnicas existentes para promover EFCs.

392 – Como exatamente se promove um EV?

Mantendo o corpo relaxado, aglutinando suas próprias energias no alto da cabeça por meio da concentração mental da vontade, deslocando o foco da atenção e, por conseguinte, sua própria energia, por dentro do corpo até chegar à ponta dos pés e retornando em seguida o foco da atenção dali para o alto da cabeça novamente. Esse processo deve ser repetido seguidamente. A princípio o deslocamento deve ser lento, sendo então acelerado progressivamente, até o máximo possível, quando o EV pode ser instalado. Ao atingir o EV, a circulação para (fica impossível prosseguir com a circulação). Se O EV não fora tingido, deve-se parar com a circulação lentamente. Não se deve sincronizar esse deslocamento com a respiração para evitar taquicardia. O exercício deve ser repetido muitas vezes, ao longo de algumas semanas para que seja possível dominar a técnica. Dominar a técnica implica em sempre chegar-se ao EV no final do processo.

393 – Qual é a sensação que o EV provoca?

Formigamento, agulhadas indolores, calor ou frio intenso, sensação de expansão do corpo, dentre outras. As sensações variam de pessoa para pessoa.

394 – Por que algumas pessoas não conseguem chegar ao EV?

É necessário praticar certo número de vezes até conseguir o primeiro EV. Daí em diante os demais serão obtidos mais facilmente, pois a pessoa aprende a provocá-lo, ou seja, ela sabe o quanto deve se concentrar e circular energias até chegar lá. Uma boa dica para facilitar o processo é “pôr vontade, sentimento, emoção” durante o processo de circulação.

395 – As energias consciências ou extrafísicas têm o mesmo poder na dimensão intrafísica e extrafísica?

Sim, têm. Contudo, na dimensão intrafísica, o corpo mascara as sensações que elas provocam assim como os efeitos de sua manipulação. Na dimensão extrafísica, contudo, é exatamente o contrário.



Fig. 32: A médium Helen Duncan (1897-1953) expelindo ectoplasma

396 – O que é ectoplasma?

Uma forma de energia que tem componentes físicos e extrafísicos oriundas dos seres vivos.

397 – Em que circunstâncias o ectoplasma se manifesta?

O ectoplasma origina-se das consciências intrafísicas, dos animais (zooectoplasma) e dos vegetais (fitoectoplasma). Existem dois fatores a serem considerados nesse caso: a capacidade de fornecimento do ectoplasma (o quanto ele está disponível) e a capacidade de aglutiná-lo, focalizá-lo com um determinado propósito, o que depende das consciências, sejam intrafísicas, sejam extrafísicas ou projetadas.

398 – O que são chacras e quais são suas relações com EFCs?

Chacras são centro energéticos que existem nos corpos e paracorpos das consciências e animais. Eles absorvem e emitem energia de forma discriminada, ou seja, cada chacra age como um filtro para energias de certo tipo. Relacionados aos órgãos do corpo físico e paraórgãos do psicossoma, respectivamente, seu equilíbrio em absorver e emitir energias interfere diretamente na saúde e em certos desempenhos da consciência.

399 – Como se comportam os chacras durante uma EFC?

Os chacras comportam-se normalmente, tendendo a abrir-se ou expandir-se na medida em que ocorrem trocas energéticas entre o psicossoma e o soma por meio do energossoma. Algumas pessoas acham, erroneamente, que os chacras “se fecham” durante uma EFC. Se isso ocorresse a produção e qualidade da EFC seriam prejudicadas.



Fig. 33: Antiga tapeçaria Tibetana mostrando seis dos principais chacras

Capítulo 18

O Estudo das EFCs

400 – Quando começou o estudo das EFCs?

Nos tempos modernos esses estudos tiveram início com a publicação dos primeiros livros descrevendo as EFCs no século XIX. Emanuel Swedenborg foi o primeiro autor a escrever sobre o assunto. Posteriormente, outros autores, como Alan Kardec, fundador do espiritismo, também passaram a abordar o tema em sua obra “O Livro dos Espíritos”.

401 – Quais foram os primeiros livros sobre EFCs?

Os primeiros livros sobre o assunto surgiram no ocidente, em meados do século XIX. Dentre eles destaca-se, O Livro dos Espíritos, de Alan Kardec, que traz um capítulo inteiro sobre o assunto.

402 – Qual é o melhor livro sobre EFCs?

Não existe um livro melhor ou mais definitivo sobre o tema. São milhares de obras em muitos idiomas e livros de todos os matizes. A relação apresentada a seguir elenca os 10 títulos mais conhecidos no Brasil e que estão entre as melhores publicações do gênero. A ordem de classificação foi feita baseada no volume de vendas e no número de ocorrências em ferramentas de busca na Internet.

Obras de Autores Brasileiros

- 1º - Projeciologia – *Waldo Vieira*
- 2º - Projeções da Consciência – *Waldo Vieira*
- 3º - Viagem Espiritual II – *Wagner D’Eloi Borges*
- 4º - Iniciação – Viagem Astral – *João Nunes Maia*

Obras de Autores Americanos

- 1º - A Projeção do Corpo Astral – *Sylvan Muldoon*
- 2º - A Última Jornada – *Robert Alan Monroe*
- 3º - Viagem Fora do Corpo – *Robert Alan Monroe*
- 4º - O Segredo da Alma – *William Bhulman*
- 5º - Aventuras Fora do Corpo – *William Buhlman*
- 6º - Viagens Além do Universo – *Robert Alan Monroe*



Fig. 34: Emanuel Swedenborg (1688-1772) foi o primeiro autor a publicar livros sobre EFCs motivo pelo qual é considerado o “Pai das EFCs”

403 – Como a leitura de um livro pode ajudar na produção de EFCs?

Quando lemos um livro de forma atenta, sistemática, interessada, parte de nossa atenção fica como que conectada nas ideias do livro. Isso está relacionado ao holopensene (o conjunto de pensamentos, sentimentos e energias) que a leitura do livro evoca. Se o livro for sobre EFCs e a leitura ocorrer antes da pessoa dormir, isso, por si só vai predispor a pessoa a ter uma projeção consciente.

404 – Existem cursos regulares sobre EFCs?

Sim, existem vários cursos nas principais capitais brasileiras e em outras cidades de médio porte, assim como nas principais cidades da Europa, dos Estados Unidos da América e algumas capitais de países latino americanos.

405 – Qual é a melhor forma de estudar as EFCs?

Naturalmente, tendo suas próprias experiências projetivas e tirando suas próprias conclusões sobre elas.

406 – Como analisar ou avaliar uma EFC?

Praticando a projeciocrítica e, se for necessário, em caso de dúvidas, submetendo as EFCs pessoais para análise de especialidades em EFCs, que podem esclarecer certos aspectos de suas experiência que ainda não foram entendidos pelo projetor.

407 – O que é projeciocrítica?

É a autoanálise rigorosa dos experimentos projetivos buscando entender os fenômenos vivenciados, identificando incoerências, distorções, lições, causas e consequências do que foi vivenciado, analisando os pontos nos quais teve bom e mal desempenho para que possa aprimorar-se ao longo das próximas experiências.

408 – Porque a maioria dos projetores descreve experiências muito parecidas, com poucas novidades e sem informações novas e reveladoras?

Em primeiro lugar porque pessoas leigas interessadas em EFCs surgem o tempo todo. Essas pessoas precisam ser atendidas com informações básicas, fundamentais. Em segundo lugar porque as EFCs mais transcendentais e que trazem informações novas e reveladoras são experiências relativamente raras. Por fim, frequentemente, os projetores tem reserva em divulgar experiências e informações antes de verificar sua correção, algo que geralmente demora um tempo considerável.

409 – Todas as informações obtidas durante EFCs são corretas e verdadeiras?

Com certeza não. Existem muitos relatos projetivos registrados que descrevem fenômenos ou situações que não são corretos ou que não correspondem a realidade. Isso ocorre por vários motivos: limitações na capacidade de percepção do projetor; erros de interpretação dos eventos por parte do projetor; pouca experiência do projetor com relação a toda fenomenologia das EFCs e, inclusive, informações equivocadas transmitidas extrafisicamente por outras consciências, de forma intencional ou não.

410 – Como avaliar a precisão das informações obtidas durante EFCs?

Por meio de uma análise criteriosa dessas informações à luz de toda a base de conhecimentos existente sobre a fenomenologia projetiva, avaliando as circunstâncias em que as informações foram obtidas e, em caso de dúvida, consultando um ou mais especialistas no assunto, projetores veteranos, que poderão avaliar com mais propriedade sobre sua veracidade.

411 – Por pessoas leigas tem a sensação de, ao ouvirem algo sobre EFCs, sentirem que já conhecem esse assunto de alguma forma?

Provavelmente porque esse assunto ressoa em sua memória integral, invocando sensações vivenciadas em outras vidas ou durante a última intermissão.

412 – Quais crenças atrapalham as EFCs?

Todos os preconceitos e dogmas religiosos, sociais, políticos e outros mais que escravizem nosso pensamento, impondo limites e proibições, podem atrapalhar as EFCs.

413 – Pessoas que se interessam por EFCs são mais lúcidas do que as demais?

Em certo sentido sim. São muitos os atributos que determinam o grau de lucidez de uma pessoa. Quem tem lucidez fora do corpo, tende a ser mais lúcido na dimensão intrafísica e vice versa.

414 – O simples estudo teórico das EFCs levará uma pessoa a um maior nível de lucidez após a morte do corpo físico?

Certamente. O ideal, contudo, é praticar, ter as suas próprias experiências.

415 – Por que a ciência oficial não tem interesse nas EFCs?

Porque admitir a existência das EFCs implica pôr em cheque o paradigma cartesiano e materialista no qual toda a sociedade está estruturada, provocando uma revolução que exigirá mudanças políticas, sociais, econômicas e científicas, contrariando os interesses, portanto, daqueles que hoje tiram proveito desse sistema do jeito que ele é.

416 – Quando a ciência admitirá as EFCs como algo real?

Com o passar do tempo, o acúmulo de evidências e o próprio avanço do pensamento científico acabarão por demonstrar, de forma irrefutável, que as EFCs são reais. No futuro, os avanços da ciência acabarão por “descobrir” as energias conscienciais e evidências sobre as dimensões extrafísicas.

417 – Projeciologia é a ciência que estuda as EFCs?

Não. Trata-se de mais uma das inúmeras abordagens do fenômeno, mas, que não preenche ainda os requisitos para ser, de fato, uma ciência. Não obstante, tal como outras abordagens, a Projeciologia contribui significativamente para o aumento do conhecimento sobre o tema.

418 – Porque algumas pessoas se autoapregoam como os melhores ou mais entendidos sobre EFCs?

Quem se considera o melhor em EFCs automaticamente está demonstrando sua condição evolutiva deficiente, ainda centrada nas necessidades mesquinhas da satisfação do ego. Os maiores entendidos em EFCs são pessoas que jamais se declaram como tal, pelo contrário, evitam demonstrar o profundo conhecimento que possuem sobre o assunto pois são consciências evolutivamente amadurecidas.

419 – Existem pesquisas acadêmicas sobre EFCs?

Sim existem, mas, via de regra essas pesquisas tentam provar que as EFCs são algum tipo de distorção da percepção ou distúrbio mental.

420 – Como estudar minhas EFCs?

Registre por escrito, detalhadamente, todas as suas experiências, sejam projeções conscientes, semiconscientes e até mesmo os sonhos mais marcantes. Com o passar dos anos, você terá um verdadeiro banco de dados textual sobre si mesmo. As informações poderão ser aglutinadas, ordenadas e separadas de diversas formas, gerando um maior proveito desses registros. A análise posterior dos experimentos projetivos, anos depois de ocorridos, frequentemente nos levam a novas conclusões sobre os mesmos. Muitas experiências que esquecemos com o tempo, podem ser resgatadas, reestudadas e gerar novos conhecimentos sobre o assunto.

421 – Quais são os caminhos para o desenvolvimento das projeções conscientes?

Basicamente existem dois caminhos possíveis para desenvolver a projetabilidade lúcida saudável. Um deles é pela prática contínua de técnicas projetivas para produzir o maior número de projeções lúcidas. O outro caminho é pela prática da interassistencialidade lúcida em alto nível que vai colocar a consciência intrafísica em contato com amparadores extrafísicos e, por conseguinte, as projeções acabarão acontecendo como forma de preparar, executar e consolidar os processos assistenciais realizados ao longo da rotina diária.

422 – Qual é o Maior Obstáculo ao Desenvolvimento do Projetor?

A maioria das pessoas que conhecem o assunto EFCs e mesmo aquelas que já tiveram algumas experiências projetivas, costuma ter poucos conhecimentos sobre a fundamentação teórica e científica da fenomenologia projetiva, assim como apresentam com frequência um baixo nível de maturidade quanto ao teor de suas experiências pessoais.

423 – Como devo tratar as informações que obtenho em minhas EFCs?

Nem tudo o que percebemos em uma EFC pode ser corretamente compreendido, de imediato, pelo projetor. Informações de qualquer tipo transmitidas a nós por meio de EFCs devem ser analisadas sob o crivo de uma crítica lúcida. Consciências pouco evoluídas frequentemente passam informações que nos causam confusão ou que têm por objetivo criar obstáculos ao nosso crescimento. Certas informações que recebemos não devem ser comunicadas a mais ninguém, pois nos foram confiadas para nosso processo de aprendizagem, especificamente.

424 – Posso contar a alguém algo que descobri durante uma EFC?

Se não houver proveito para a pessoa, é melhor que não. Se a descoberta envolver outra pessoa e a informação puder ajudá-la, é algo a se considerar. Deve-se levar em conta também a possibilidade de usar-se outro método para passar a informação que não seja o puro e simples relato da EFC que pode chocar a pessoa envolvida ou, por outro lado, levá-la a desprezar a informação.

425 – Por que minhas EFCs são tão simples ou limitadas quando comparadas àquelas descritas nos livros sobre o assunto?

Considere que os autores de livros sobre EFCs são, muitas vezes, projetores excepcionais, que se dedicam ao assunto de forma ímpar, muitas vezes impossível para quem tem uma rotina normal de trabalho, estudo e compromissos sociais ou familiares.

Ainda assim, esses autores relatam apenas as suas melhores experiências, por serem mais úteis, por trazerem algum tipo de aprendizado, deixando de mencionar muitas outras, mais simples ou fugazes. Alguns autores também relatam diversas experiências como se fossem uma só, resultando em uma única, longa, complexa e completa experiência. Existem alguns poucos autores que são projetores, mas que tem baixo nível de criticidade, fantasiando suas experiências extrafísicas e tirando falsas conclusões sobre as mesmas. Por fim, também existem uns poucos autores que falseiam com a verdade e inventam experiências que nunca tiveram. Os autores com baixo nível de criticidade e os que faltam com a verdade acabam cometendo erros em seus relatos, descrevendo situações ou fenômenos incompatíveis com o que realmente ocorre na dimensão extrafísica e que contrariam a base de conhecimentos consensuais sobre EFCs.

426 – Como convencer outras pessoas que EFCs são reais?

Cada pessoa tem seu momento de despertar para EFCs assim como para uma série de outras coisas. Dessa maneira, a menos que alguma pessoa peça isso de forma séria e sincera, não devemos buscar promover esse convencimento. Mesmo que apelemos para textos, livros ou depoimentos; mesmo que possamos produzir algum tipo de fenômeno projetivo para a pessoa, a única maneira dela se convencer será ela mesma realizando suas próprias EFCs lúcidas.

Capítulo 19

Diferentes Abordagens

427 – Qual é a melhor abordagem acerca das EFCs?

Existem abordagens esotéricas, místicas, religiosas, pseudocientíficas e científicas. Nenhuma delas é melhor ou pior do que as demais, pois cada uma delas aborda as EFCs sob determinado ponto de vista, sendo, portanto, limitada.

428 – A Bíblia aborda as EFCs?

Em diversas passagens, são descritos fenômenos parapsíquicos, incluindo as EFCs. A mais notória dessas passagens está em *II Coríntios 12:2-4*, quando o apóstolo Paulo diz:

“Conheço um homem em Cristo que há catorze anos [se no corpo, não sei; se fora do corpo, não sei; Deus o sabe] foi arrebatado ao terceiro céu. E sei que o tal homem foi arrebatado ao paraíso; e ouviu palavras inefáveis, que ao homem não é lícito falar”.

429 – Como a Igreja Católica aborda as EFCs?

A Igreja Católica não tem posição oficial sobre a EFC, assim como sobre qualquer outro fenômeno parapsíquico, embora sejam muitos os casos de religiosos e santos que tinham essas habilidades, consideradas milagres pela Igreja. Alguns religiosos encaram as EFCs como uma experiência mística, profundamente pessoal, ao passo que outros são totalmente contrários ao fenômeno.

430 – Como as igrejas protestantes abordam as EFCs?

No Brasil, a EFC é frequentemente denominada *arrebatamento*, termo oriundo da crença cristã de que Jesus resgataria os salvos para o reino dos céus. A EFC é aceita nessas igrejas, portanto, desde que colocada como uma intervenção divina.

431 – Como o Islamismo aborda as EFCs?

A lenda islâmica *Miraj* descreve “A viagem noturna até os sete céus” feita pelo profeta Maomé, quando ele foi levado pelo anjo Gabriel para visitar os sete céus, recebendo, em cada um deles, esclarecimentos sobre várias questões. Ao longo de todo o relato, percebe-se vários elementos comuns às EFCs. Fora essa referência isolada, ainda não existem outras abordagens do islamismo sobre EFCs.

432 – Como o Budismo aborda as EFCs?

São muitas as referências às EFCs no budismo tântrico, uma subdivisão do Budismo Mahayana, existente no Tibete e na Mongólia. As EFCs são consideradas como uma marca de devoção ao Buda. O Livro Tibetano dos Mortos faz muitas alusões ao sistema de múltiplos corpos. A Yoga dos Sonhos, compilada no Tibete por volta do século VIII, emprega técnicas bioenergéticas para promover sonhos lúcidos e EFCs.

433 – Como as EFCs eram abordadas na antiga China?

Antigas práticas alquímicas Taoístas incluíam movimentação de energia, meditação e experiências de EFCs. A principal obra chinesa a tratar do assunto é uma compilação de antigos textos aglutinados em um único livro denominado “O Segredo da Flor Dourada” (veja a figura 5 desse livro).



Fig. 35: “A Separação do Espírito do Corpo”, uma das ilustrações do livro “O Segredo da Flor Dourada”

434 – Como as EFCs são abordadas pela Teosofia?

Os principais teosofistas, com destaque para Elena Petrovna Blavatskaya, Charles Webster Leadbeater, Annie Wood Besant, Henry Steel Olcott e Arthur E. Powell, abordaram as EFCs em obras escritas entre o final do século XIX e início do século XX. A popularização das EFCs, em grande parte, deve-se aos livros escritos pelos primeiros teosofistas. Muitos termos e informações que hoje circulam sobre o assunto vieram dos livros escritos por esses pioneiros, que se fundamentaram em obras oriundas do oriente, principalmente da Índia.

435 – Como o Espiritismo aborda as EFCs?

Allan Kardec, criador do espiritismo, dedicou um capítulo inteiro do Livro dos Espíritos às EFCs, que ele denominou “estado de emancipação da alma”. No Brasil, os espíritas empregam o termo “desdobramento” para descrever as EFCs, cuja origem remonta aos metapsiquistas do final do Século XIX. Geralmente, os espíritas dão pouco valor as EFCs e desconhecem o assunto quase por completo. Uma exceção ocorre com a Apometria, uma linha heterodoxa de espiritismo que emprega a EFC junto com a mediunidade como forma de realizar tratamentos terapêuticos.

436 – Como a Gnose aborda as EFCs?

A Gnose, Gnosis, Escola Gnóstica ou Gnosticismo Samaelino, uma seita religiosa criada a partir das obras do escritor ocultista colombiano Samael Aun Weor (pseudônimo de Victor Manuel Gómez Rodríguez, 06/03/1917-24/12/1977), que aceita e promove o desenvolvimento das EFCs. Contudo, em algum momento, poderão surgir conflitos entre os fatos (as EFCs, sua fenomenologia e suas implicações) e os dogmas seguidos por essa seita.

437 – Como a Ordem Rosacruz aborda as EFCs?

Para a Ordem Rosacruz, a EFC é um fenômeno natural a qual denomina “projeção psíquica”. Os conhecimentos da Ordem são disseminados para os adeptos conforme o grau de iniciação em que se encontram. As EFCs são descritas para os adeptos do rosacrucianismo a partir do sétimo grau de iniciação.

438 – Como a Projeciologia aborda as EFCs?

A Projeciologia é uma abordagem que se apresenta como uma nova ciência com o objetivo de pesquisar as EFCs. Para as demais ciências convencionais, contudo, conforme admite seu proponente, os procedimentos da Projeciologia caracterizam-na como uma pseudociência (*Tertúlia Conscienciológica* 2173, Crescendo Eletrônica-Conscienciológica, com trecho específico disponível em: <http://www.youtube.com/watch?v=VQi1INKKbn0>).

Isso decorre do fato de a Projeciologia fundamentar-se em um paradigma diferente das ciências convencionais. As principais características da abordagem projeciológica são a objetividade na descrição dos fenômenos, a autopesquisa e o emprego de uma vasta terminologia própria criada para descrever todos os processos relacionados às EFCs.

A Projeciologia é uma disciplina da *Conscienciológica*, empregando, ambas, um arcabouço de proposições estruturados a partir de um paradigma consciencial. A divulgação da Projeciologia é feita fundamentalmente por meio de cursos e palestras realizadas em diversas cidades do Brasil e também do exterior.

439 – Como a Parapsicologia aborda as EFCs?

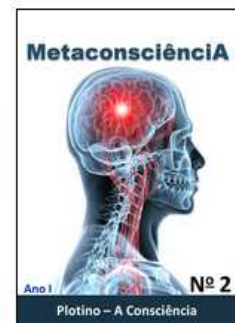
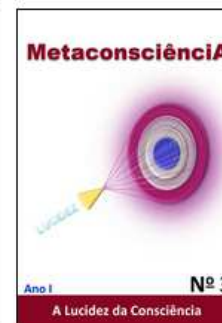
A parapsicologia é uma ciência criada com o propósito de pesquisar os fenômenos extraordinários em relação ao psiquismo humano comum estudado pela psicologia. Nos fenômenos paranormais, denomina-se *agente psi* qualquer pessoa que produza um fenômeno paranormal tal como a EFC. Tendo gozado por um curto período de tempo do status de ciência oficial nos EUA (1953 a 1969), a parapsicologia é questionada por não ter conseguido demonstrar de forma científica e irrefutável, conforme as metodologias científicas convencionais, seus pressupostos, tais como a PES – Percepção Extra-Sensorial, a telepatia e às EFCs.

440 – Como a Ciência aborda as EFCs?

A ciência não tem como explicar as EFCs, pois essas não cabem no paradigma vigente, materialista e cartesiano; logo, a postura comum é simplesmente ignorar o assunto. Quando muito, as EFCs são encaradas como desvios comportamentais, distúrbios neurológicos ou esquizofrenia. Pesquisas laboratoriais são realizadas de tempos em tempos, sempre com o objetivo de demonstrar que o fenômeno não passa de uma alucinação. EFCs conjuntas (dois ou mais projetores que se encontram fora do corpo e relatam as mesmas vivências) são fenômenos rigorosamente ignorados pela Ciência, pois põem em xeque o paradigma vigente.

Para Saber Mais:

Metaconsciência



[Clique aqui para acessar](#)

