

Prólogo

3 Prefacio Cuarta Parte - Salir de proyección y
4 Introducción Técnica

Primera parte - Elementos de proyección 97 Capítulo 18 - Preparaciones para la proyección

101 Capítulo 19 - Técnica de

de proyección

6 Capítulo 1 - Teoría de dimensiones 109 Capítulo 20 - Variaciones de la técnica

10 Capítulo 2 - El proyectables doble 116 Capítulo 21 - problemas de proyección de salida

16 Capítulo 3 - La mente increíble-Split 124 Capítulo 22 - La superación de la Mente-Split

29 Capítulo 4 - Complicaciones de 135 Capítulo 23 - Copia de seguridad Sueño Lúcido
Conciencia 142 Capítulo 24 - Proyección de Realidad Virtual

32 Capítulo 5 - Visión Astral 145 Capítulo 25 - La forma astral en Movimiento

35 Capítulo 6 - Parálisis Despertar

40 Capítulo 7 - OBE y Percepción Parte Cinco - La conexión Akáshicos

Segunda parte - Nuevas formas de energía 153 Capítulo 26 - los planos astrales

167 Capítulo 27 - El Cordón

de Plata

44 Capítulo 8 - La imaginación versus 170 Capítulo 28 - El Cuerpo Etérico

Visualización 173 Capítulo 29 - Los Registros Akáshicos

47 Capítulo 9 - Conciencia del cuerpo móvil 179 Capítulo 30 - "The Pulse" Akáshicos

49 Capítulo 10 - Proyección de imagen táctil

52 Capítulo 11 - Energía de apoyo Sexta parte: - Fenómenos extraños Astral

Estructuras

55 Capítulo 12 - La estimulación de energía del cuerpo 191 Capítulo 31 - OBE y la realidad

62 Capítulo 13 - El aumento de las fluctuaciones de energía

68 Capítulo 14 - Estimular la energía primaria 197 Capítulo 32 - Mayor nivel de proyección

Centros 203 Capítulo 33 - Seres Astral y Vida Silvestre

211 Capítulo 34 - El miedo

o y ruidos Astral

La tercera parte - las competencias esenciales 222 Capítulo 35 - Astral de Autodefensa

226 Capítulo 36 - Un última

s palabras

82 Capítulo 15 - La relajación física profunda

85 Capítulo 16 - domesticar la mente 227 Glosario

90 Capítulo 17 - El estado de trance 237 Bibliografía

Prefacio

Viajar a otras dimensiones con un fino de cuerpo astral siempre ha intrigado al hombre, al igual que levitación, invisibilidad, y tiempo de viaje. A lo largo del siglo 20, muchos buenos libros han sido escrito sobre estos temas.

Desde hace más de un cuarto de siglo, he estado fascinado por el mundo astral y la posibilidad de viaje astral. Mi introducción a este tema atractivo llegó en forma de jirones de viejos ejemplares Proyección Robert Crookall de Astral: A Registro de fuera de la Consejo de Experiencias y casos prácticos para

Astral Projection.

Mi siguiente encuentro con la proyección astral era hombre HF Prevost Battersby y de fuera de sí mismo. Como Seguí leyendo sobre proyección astral y las experiencias fuera del cuerpo (OBE), obras de Fox, Muldoon, Powell, Smith, y "Yram" saturan mi escritorio y estantes. Cada libro se vislumbra en el mundo astral y niveles más altos. He leído una y otra vez cómo había hecho muchos viajes astrales, trayendo palabras de aliento, la profecía y la descripción de emocionante "mundos" más allá de la nuestra.

Pronto se hizo evidente que tanto yo como los colegas que uno más nuevo, más fácil y más confiable método de proyección fuera del cuerpo debe ser desarrollado, y un tutorial escrito, para asistir a la primera vez (y incluso los estudiantes avanzados) en su búsqueda. Es de suma importancia que este trabajo se escribirá en responder a las preguntas de los estudiantes y, además, para ayudar a los investigadores experimentados en la realización de estudios teóricos y experiencias prácticas. Por lo tanto, un autor de dicha guía debe estar bien aspectos versado en la teoría, práctica y de comportamiento de una empresa multidimensional.

Cada autor, sin embargo, me dejó un poco vacío - siempre esperando más, pero conseguir siempre menor lo que yo esperaba. Algunas obras, siempre una teoría filosófica profunda de los viajes astrales sin aplicación práctica. Otros, sin embargo expertos por escrito, dio algunas aplicaciones prácticas, pero no teoría lógica copias de seguridad de las hipótesis del autor. Por último, hay cientos de libros que contienen caso de estudio tras la anotación de las personas que de repente, y sin razón aparente, EFC experiencia. Aunque las descripciones eran meticulosos, estas guías no contenía más que una serie de buenas historias e intrigante. Yo deseaba aún más.

Finalmente, en la primavera de 1996, descubrí el trabajo del Sr. Robert Bruce en Internet. En una serie de artículos constantemente actualizados, me di cuenta de que era la introducción de un emocionante innovadoras enfoque de fuera de la proyección del cuerpo y viaje astral. Un enfoque que incluye el sonido aún teoría radicalmente diferente, detallados experimentos prácticos y, por último, los estudios de casos individuales. En estos estudios, el lector conoce a mucha gente que probó nuevas técnicas y experimentos y experimentado resultados casi inmediatos en la proyección. También descubrí, al leer sus comentarios y las correspondencias, que Robert meticulosamente tratado y vuelto a probar sus experimentos: va por muchos callejones sin salida y, a menudo en algunas situaciones aterradoras, descubrir el mejor y más segura avenida de los aspirantes a proyectador. En algunos casos, sus viajes causados ​​comoción psíquica y astral. En normal, descripciones libres de jerga, Robert deja al descubierto sus miedos, esperanzas y sueños. También da una idea general problemas potenciales y soluciones prácticas a la espera de que el estudiante de los viajes astrales.

En los meses, me convertí en un admirador de las obras de Robert y en septiemb

re de 1996 comenzó correspondientes a este investigador australiano místico y arcano. Robert, un perfeccionista cierto, es constantemente afinar sus experimentos y teorías. En esta última empresa, Astral Dynamics, Robert lleva a sus lectores en un fascinante viaje místico, científico y arcanos en el astral dimensión y más allá.

Este maravilloso libro tiene el potencial para permitir que cualquier persona, independientemente de lo espiritual o formación metafísica, para lograr una salida consciente de su cuerpo y viajar a través de los distintos niveles de los mundos más sutiles. En un formato fácil de entender y bien ilustrado, Robert lentamente guías lector de fuera del cuerpo y en este mundo de maravilla y la emoción. Dinámica Astral se compone de más de cinco años de constantes revisiones, experimentos, investigación y conocimiento personal. Es triste este libro se no existía hace veinticinco años cuando empecé mi búsqueda. Mi camino habría sido mucho menos rocoso y mis resultados y los descubrimientos más sorprendentes si hubiera.

Profesor E. C. Lindgren

D. Ed., F.C.P., F.R.S.A.

2

----- Página 4

Prólogo

Este notable libro, de valor incalculable ... Nunca he visto nada parecido. En un fascinante volumen, Robert Bruce ha reunido a una narrativa personal, un "cómo hacer", una solución de problemas guía, y un punto de vista teórico sobre la estructura no física que se basa la extraña y multidimensional de la vida que todo el plomo. Si usted es un escéptico, un proyectador veterano astral, un novato, o un viajero de sillón, no hay tesoro aquí.

En primer lugar, se encontró con Robert Bruce como una presencia en un grupo de e noticias de Internet llamado alt.out-de-cuerpo ("Experiencia fuera del cuerpo" es, por supuesto, el término moderno para lo que solía ser llamado astral proyección), por lo que reconoce su nombre cuando en contacto con nosotros en Hampton Roads para ver si nosotros tienen un interés en la publicación de su libro. Dije que lo haría, pero no estaba preparado para la calidad de la manuscrito que nos envió, por vía electrónica, de medio mundo de distancia en Australia. Está en una clase sí mismo. Lo que dice aquí suena a verdad. De hecho, lo hace mucho más que ciertas. Abre las puertas. Astral Dinámica ofrece al lector inteligente y motivado con todo lo necesario para poner la teoría en la práctica.

El libro de las seis partes se puede leer cada uno por su cuenta, pero han sido colocadas para aprovecharse muy bien uno sobre el otro. La primera parte, "Elementos de proyección", exposición de la teoría de Robert de lo que realmente se enciende cuando el proyectables doble sale del cuerpo físico. Esto en sí mismo, a

la derecha de la puerta, es terreno fascinante. Su teoría de las consecuencias de la mente de división que resulta de la proyección es sí vale la pena el precio del libro.

La segunda parte, "New Energy Ways", presenta su método increíblemente práctica de elevar la energía y sensibilización mediante el tacto, que él llama imágenes táctiles. He probado este método en una media docena personas, seleccionadas más o menos al azar, cada uno de los cuales obtuvo la deseada dentro de la conciencia segundos! Y luego, como si el nuevo método de visualización fuera poco, Robert procede a describir la naturaleza y la anatomía de los órganos de nuestra energía, una descripción firmemente arraigado en su propia exploraciones personales.

La tercera parte, "competencias esenciales", se basa en este fundamento, lo que demuestra cómo tener éxito en los tres tareas que son esenciales para el éxito en la proyección astral: relajación física profunda, domesticar la mente, y alcanzar el estado de trance. A continuación, la parte cuarta, "Salir de proyección y la técnica», le dice lo que necesita saber para dejar de leer acerca de la proyección astral y de hecho lo hacen.

Quinta parte: "La conexión Akáshicos", el producto en el reino de lo teórico, no por el bien

de perderse en la teoría, pero con el fin de dar sentido a las cosas vistas y oídas.

Particularmente interesante

es la descripción de Roberto de la naturaleza y el significado de lo que él llama el pulso Akáshico. En cuanto a su

descripción y análisis de los planos astrales, el cordón de plata, el cuerpo etérico, y el Akáshicos

Registro completo - me cabe duda de que estos se han igualado en cualquier parte del sujeto moderno amplia

la literatura. Estoy seguro de que no se han destacado.

Por último, el artículo de Robert de extraños fenómenos astrales adquiere una enigma s pocos que vale la pena

explorar. Proyección en los reinos superiores, las fluctuaciones de la realidad; astral ruido; lo que Robert llama astral

la vida silvestre ... que cubre el césped, ya que no se ha cubierto hasta la fecha

Y lo hace tan a la ligera, sin pretensiones, en la forma, su estado de ánimo que van desde lo más profundo respeto a la casualmente en broma, con todo el rango entre.

Si usted tiene algún interés en absoluto en el tema de la proyección astral, sueño lúcido - mayor

conciencia en general - que va a encantar este libro. Mi predicción es que se convierta en un clásico,

leído y valorado por muchos años.

Frank DeMarco

Presidente, Hampton Edi

torial Caminos, Inc.

3

----- Página 5

Introducción

Otros mundos y dimensiones existen a nuestro alrededor, cada minuto de cada día, que muy pocos

personas que vean, o entrar en, a pesar de que creen o saben que estar ahí. Al recoger este libro que ha tomado el primer paso hacia un nivel de comprensión de algunos aspirantes a, y mucho menos lograr.

Durante casi una década (en el momento en que se publicó este libro) que he hecho a mí mismo a disposición de la comunidad global de Internet como consultor y asesor. En este tiempo he aconsejado, asesorado y ayudado con una enorme variedad de cuestiones y problemas, incluyendo la OBE, astral proyección, la clarividencia y el desarrollo energético, por citar sólo algunos. Usted puede ser sorprendido encontramos que estas áreas, aunque en principio parece muy diferente, están muy estrechamente relacionados. Este servicio ha sido, y sigue siendo, una verdadera obra de amor para mí. Me ha dado un aumento progresivo comprensión de las áreas verdadero problema con estos temas, lo que me permite usar mi experiencia y habilidades de inspiración para encontrar soluciones prácticas e innovadoras que realmente funcionan.

En 1991, me topé con la Internet y la World Wide Web y no podía creer mi suerte. Tuve encontrado un medio electrónico que me permitió comunicar mis ideas a millones de personas todo el mundo. Rápidamente se convirtió en seriamente involucrado con OBE y paranormales noticias relacionadas-grupos, y luego escribió una serie bastante inconexo pero completa de artículos para ellos llamado "El Tratado sobre la proyección astral ". Hice estas libre disposición de la comunidad mundial de Internet como escribió ellos.

Estos artículos fueron diseñados para responder a las preguntas que se le pide continuamente, así como a disipar muchos malentendidos y problemas comunes, como los vi. La serie creció rápidamente en el hotel de longitud y se convirtió en material de referencia muy popular. Con los años, ya que, a través pública interés y la demanda, he escrito un trabajo mucho más amplio y detallado, Astral Dinámica - El libro que está leyendo. Esta se ocupa de todos los aspectos de las operaciones fuera del cuerpo, y encapsula mis conocimientos actuales sobre OBE.

Mi única motivación para la escritura viene de un deseo genuino de compartir mis conocimientos con la humanidad. El objetivo principal siempre ha sido crear un fácil de usar, fácil de leer y útil tutorial, guía y referencia de trabajo para todos los que aspiran a viajar fuera de sus cuerpos. Salvo en los sujetos la materia, Dinámica Astral tiene prácticamente ningún parecido con la serie original de los artículos. Me tomé la oportunidad al escribir este libro para actualizar y ampliar mis teorías originales, procedimientos y orientación, mientras que responder a algunas de las preguntas más interesantes que plantea para mí durante estos años. Usted Ahora lea los frutos de mi experiencia en curso, la exploración y resolución de problemas aparentemente sin fin.

La orientación que se ofrece en este libro es en gran parte procedentes de mi propia experiencia personal como manos activo en mística y patio trasero investigador metafísico-cum-científico loco, d

las operaciones.

proyección de salida consciente es, como creo, y la intención de mostrar, ni mucho menos tan difícil como es comúnmente se cree hoy en día. Es mi sincera creencia de que armados con el conocimiento dentro de este libro, casi cualquier persona es capaz de alcanzar varias veces consciente experiencias fuera del cuerpo - si sólo tendrá un poco de tiempo para aprender cómo funciona todo.

"Per Ardua Ad Astra"
A través de travail a las Estrellas

5

----- Página 7

Primera parte - Elementos de proyección

1. La Teoría

El Santo Grial para los proyectores y los investigadores OBE es una clave fiable para planeado y repetible experiencias fuera del cuerpo. He pasado una parte importante de mi vida en esta búsqueda, el estudio de la mecánica y la dinámica de OBE, tanto dentro como fuera de mi cuerpo. He llegado a creer que esta clave se encuentra sólo en parte difícil de alcanzar en la técnica de proyección y capacidad natural. La verdadera clave está, yo creo, en la comprensión de la relación entre la OBE y el cuerpo físico de almacenamiento de memoria del cerebro. Para ser más precisos, es la descarga de los recuerdos sombra proyectada doble de delicada en los niveles más accesible del cerebro físico lo que normalmente ocurre durante la integración de los proyectado matrimonio con su contraparte física.

Después de un OBE, la única parte permanente de la experiencia es la memoria de ella. Si la memoria se pierde, entonces no hay nada que indique una proyección nunca se produjo. Allí se encuentran tanto en el problema y la solución.

En primer lugar, un poco de antecedentes sobre la estructura básica del hacia fuera-de-cuerpo y el medio ambiente de la proyectables doble.

Dimensiones no físicas

Todas las dimensiones no físicas son los niveles de la existencia vibratoria (a falta de una palabra mejor) en una mayor frecuencia que el universo físico conocido. Esto los hace invisible e imperceptible para la normal de cinco sentidos ya todos los medios científicos disponibles en la actualidad. Así como los diferentes tipos de energías - La luz, la gravedad, rayos X, el calor, microondas, etc - ocupan el mismo espacio al mismo tiempo en el universo físico normal, sin interferir entre sí de forma importante, así que estos diferentes niveles dimensionales coexistir en el mismo espacio al mismo tiempo. Cada uno es de un completo tipo diferente, con sus propias propiedades únicas y el espectro de frecuencias.

Pero es muy difícil dar una descripción fácilmente comprensible que da la apariencia de dimensiones no físicas. Los planos astrales, por ejemplo, son parte de una incr

eíblemente compleja
nivel no físico tridimensional, en comparación con el relativamente predecible y estable física
dimensión. Muchas de las complejidades de los planos astrales son prácticamente desconocidos. La no físicos
leyes que rigen esta dimensión (llamar a estos física astral) son fluidas y variables en el extremo. En
Además de esto, las mentes proyectores puede afectar su percepción de la dimensión astral. Esto deja
preciosos algunos factores constantes para cualquier investigador astral o explorador para trabajar.

Cuando se trata de la dimensión astral no puedes simplemente apuntar y decir, como se puede en el
física universo: "Este es nuestro planeta, la Tierra, lo que es su atmósfera y que es el espacio exterior, etc". Usted
ni siquiera pueden señalar y decir: "No es la dimensión astral!" A pesar de la dimensión astral
impregna todo el universo físico, es, en su mayor parte, no espacial. Puertas al astral
existen en todas partes y en ninguna parte, tanto dentro como fuera de la mente humana.

Dicho esto, por favor tengan paciencia conmigo que yo analizar y exponer la naturaleza, la mecánica, y
dinámica de la OBE y dimensiones no físicas. Esto proporcionará un conocimiento práctico de la
relaciones y conflictos entre los aspectos físicos y no físicos de nuestra vasta universo multidimensional. Espero que esto le permitirá trabajar con o alrededor de
estas áreas problemáticas durante futuras misiones fuera del cuerpo.

Teoría de dimensiones tradicionales

Este libro está impregnado de la teoría ni en este ni la terminología esotérica. Me gusta mucho más el uso
Occidental términos descriptivos siempre que sea posible, y se refieren a mi propia experiencia y el razonamiento. La
moderno sistema de creencias Nueva Edad (adoptada principalmente de la teoría esotérica oriental) describe siete
grandes dimensiones o niveles de existencia, incluida la dimensión física. Estos comienzan con el
dimensión física de sólidos, líquidos, gases y cuatro subplanos etéricos. Las otras seis dimensiones
marcado el Astral, Mental, búdico, átomico, Anupadaka, y Adi. Cada dimensión tiene la reputación de
contiene siete niveles o planos internos, y cada plano tiene la reputación de contener un número menor de sub-

6

Página 8

planos o reinos. Como puede ver, un intento a la lista de los componentes internos de todos los siete principales
dimensiones haría para una lista excesivamente largo y complejo. Y hay muchas variaciones
de la estructura anterior.

No voy a tratar de elaborar estas más lejos. La teoría tradicional oriental dimensiones se puede
extremadamente complejo, y es a menudo impregnada de lo que a la media occidental parecería

Este misterioso conceptos culturales y religiosos. Lucha Libre con cualquier ext ranjero no descriptivos terminología es la última cosa que alguien necesita cuando se trata de un tema tan c omplejo como inherentemente la teoría unidimensional. Extraño que suenan las palabras y frases muy fácilmente nube de cuestiones importantes.

La Zona de Tiempo Real

Que yo llamo el nivel no físico dimensiones más cercano al universo físico de la z ona en tiempo real. Este es, naturalmente, el nivel de las dimensiones de la gran mayoría de los proyectore s se encuentran en la primera vez que proyecto fuera del cuerpo. La zona en tiempo real pueden ser mejor considerados como una zona de amortiguamiento o zona intermedia dividir el universo físico de la dimensión adecuada astral. Comparte algunas caracte rísticas de la universo físico (un reflejo directo y objetivo en tiempo real de la realidad) y al gunas propiedades de la dimensión astral (un ambiente fluido, no físico).

La zona en tiempo real, aunque técnicamente todavía una parte de la dimensión astr al, es mejor considerar un completamente independiente nivel dimensional. Esto deja de lado gran parte de l a confusión inherente al tratar de relacionar un solo conjunto de factores relacionados con la proyección y las propi edades del medio ambiente a más de un nivel dimensional. El cabo de medio ambiente-cuerpo es cualquier cosa menos simp le. Cada nivel dimensional contiene un entorno diferente, cada uno con su propio conjunto de aspectos y pro piedades.

las fluctuaciones de la realidad son el factor de confusión más notable en la zo na en tiempo real. Estos las fluctuaciones son tan coherentes en la zona en tiempo real que se forman en realidad una de sus pocas constantes. I han encontrado la zona en tiempo real a ser bastante estable y predecible en sí mi smo. La mayoría de las fluctuaciones son causado, creo yo, de las interacciones entre el medio ambiente en tiempo real ba stante sensible y el en general, la percepción de la inestabilidad en tiempo real proyectada doble.

Debido a que la zona en tiempo real está tan cerca de la dimensión física, Nueva E dad pensamiento que pone a parte inferior de la escala dimensional. Esto lleva a la gente a considerar que es un subplano astral más bajo, tradicionalmente un ambiente negativo y desagradable, que se activa evitarse. Pe ro la zona en tiempo real no guarda ninguna relación directa con los subplanos astrales inferiores. Se trata de un completamente independiente área neutral, en el mejor considerarse ni alta ni baja en el espectro de dimension es.

El proyector se encuentra la zona media en tiempo real bastante oscuro y som brío, una totalmente inexacta imagen que surge de proyectar sólo a altas horas de la noche, justo antes de irse a dormir. Por la noche, el mundo es naturalmente oscuro y sombrío y lleno de sombras! Yo sugeriría a todos los que dispu tan esta que proyecto durante el día al menos una vez y la experiencia de esta diferencia. No h ay nada oscuro o triste o miedo sobre una proyección en tiempo real en un día soleado. Por el contr ario, es uno de los más agradable y muy entretenido y divertido experiencias que se pueda imaginar.

La zona en tiempo real, superposiciones e impregna todo el universo físico y contiene una perfecta reflexión de la realidad dentro de ella. Todo sucede en tiempo real - como la realidad que sucede - de ahí su nombre. proyectores que se desplacen en la zona en tiempo real y se mantiene estable y no afectados por las fluctuaciones de la realidad se perciben estar siguiendo los contornos reales espacial y configuración geográfica del universo físico. De este modo, parece ser ya existentes dentro de un particular la reflexión no físico de la realidad ... como la realidad sucede.

He pasado mucho tiempo en la zona en tiempo real de la exploración de sus propiedades y limitaciones. La experiencia es muy parecido a ser un fantasma invisible en el mundo real. Las leyes normales de la física no tienen ningún efecto directo sobre los proyectores en tiempo real. Ellos son libres de viajar a voluntad en cualquier parte del universo físico, a cualquier velocidad, y puede desafiar la gravedad. Pueden moverse a través de sólidos la materia a voluntad, a pesar de que algunos pueden percibir la textura y diversos grados de resistencia.

proyectores en tiempo real existen como puntos invisibles de la conciencia (aunque por lo general perciben sí de manera muy diferente) conectado al cuerpo físico a través de un vínculo invisible energética a menudo se llamado el cordón de plata. Su ubicación física suele ser coherente con el lugar donde se perciben a sí mismos en el mundo real. Sus movimientos pueden ser seguidos y se cercioró de si son ver con la vista en tiempo real, un tipo de clarividencia. La única otra forma para verificar el tiempo real

7

----- Página 9

aspectos de una proyección en tiempo real es para los proyectores para reunir información e informar con precisión eventos de la vida real y los hechos que no tendrían otra forma posible de conocer

la vista en tiempo real permite a los observadores a ver dentro de la zona en tiempo real que les rodea. La calidad de este tipo de vista es variable. A veces sólo formas nublado o imágenes indistinto de los alrededores la habitación se ve a través de los párpados cerrados y colchas. Un mayor nivel de la vista en tiempo real puede, a el otro extremo, se confunde con la vista física normal (puede ser claro), cuando los proyectores de ver sus salas y eventos de la vida real pasa a su alrededor vívidamente, sino a través de los párpados cerrados.

Una manera simple de probar que la proyección en tiempo real es un objetivo más que puramente subjetiva experiencia con una baraja de cartas. Baraja el mazo y, sin mirar, yacía una carta boca arriba en parte superior de un armario, gabinete o en algún lugar en lo alto de su propia casa, preferiblemente por lo menos seis metros (Seis metros) de distancia de donde su cuerpo físico será. O cinta de la tarjeta a una ventana, frente a hacia afuera, buscando sin por ello. No use más de una tarjeta hasta que haya algún éxito real con

esta prueba.

No trate de adivinar la tarjeta. Conjeturas - incluso simplemente preguntando lo que la tarjeta es - puede fácilmente causar interferencias subconsciente (fluctuaciones de la realidad), lo que puede hacer un verdadero tiempo real observación extremadamente difícil. Si, por ejemplo, tratar de adivinar o intuir lo que la tarjeta es, puede ver la tarjeta que han adivinado, en lugar de ver la tarjeta. Esto puede socavar el tiempo real observación con una fluctuación de la realidad pequeñas y hacer la observación inexacta.

En el inicio de la proyección, la debe trasladar inmediatamente al lugar donde la tarjeta es y mire. Vista en él sólo brevemente, y lo recuerdo. Cuando esté seguro de que pueda recordar la tarjeta, volver a introducir su cuerpo, anote la tarjeta que vio, y luego ir a ver.

Para esta prueba se dio una feria de ir, sea breve, y no tratar de hacer nada más durante el proyección. Cuando se acerque a su cuerpo físico para volver a entrar, mantener la memoria de esta tarjeta firmemente en su mente y, literalmente, se nota en voz alta a medida que se va a entrar, por ejemplo, "La Reina de Corazones! ... La Reina de Corazones! "Esto va a maximizar sus posibilidades de recordar no sólo la proyección, pero también el rostro de la tarjeta que vio durante la prueba. Por favor, siga este procedimiento para la carta, o puede perder la memoria no sólo de la tarjeta, sino de toda la proyección.

La capacidad normal de la proyectada doble a menudo se manifiestan de forma espontánea antes de un verdadero proyección. Estas habilidades tienen muchos niveles, pero su cualidad más básica permite a un observador física para ver y escuchar a la zona en tiempo real que les rodea. Por lo general desarrollan la vista en tiempo real bastante fuerte y escuchar durante la meditación. La mayoría de las personas desarrollan un cierto nivel de visión en tiempo real y la audiencia sólo antes o durante la proyección, justo antes de salir de su cuerpo físico. Esto da lugar a la comúnmente informó de la experiencia de los proyectores para ver detalles de la habitación a su alrededor a través de los párpados cerrados, y de escuchar ruidos extraños y / o voces a su alrededor durante la fase de separación de una OBE.

Como ejemplo de una experiencia de proyección en tiempo real, pienso en mi sobrino Matt visita de dos semanas en el año 1991. Durante este tiempo, aparte de muchas otras actividades, que entrenó a Matt en la proyección. Algunos días antes de que él iba a dejar, mientras meditaba en la noche, vi claramente Matt proyecta real flotador doble de tiempo a través de la pared y entrar en la habitación que estaba sentado in saludó alegremente a mí y poco a poco me devolvió el saludo a él, sin romper mi estado de trance - una hazaña en sí misma - inmensamente satisfechos de que Matt había logrado por fin salir de su cuerpo. Matt flotaba por la habitación, parece tener alguna dificultad con el movimiento y control de la dirección, pero al parecer a fondo disfrutar de sí mismo. Pronto flotar fuera de mi vista y que fue el último que vi de él esa noche.

A la mañana siguiente Matt estaba muy entusiasmada con su primera proyección con

sciente de salida. Él claramente recordaba con mi técnica y el sentimiento fuertes vibraciones, a continuación, dejando su cuerpo, en movimiento a través de la pared y al verme, y nosotros agitando el uno al otro. Perdió la cuenta de la experiencia en breve después de que flotaba detrás a través de la pared. Nota: unos segundos después de que Matt se trasladó fuera de mi vista, me escuchó un gemido distintos y el movimiento viene de la dirección de su dormitorio. Matt parece han despertado brevemente en ese momento y así concluyó su primera proyección consciente de salida. El corto duración de su proyección (siguiendo mi consejo en mantenerlo corto) parece haber sido una clave factor de aquí, lo que permite la fácil recuperación de la experiencia después del evento.

La dimensión Astral

La dimensión astral es el más cercano al lado de las dimensiones invisibles del universo físico. La corrientes astrales de la zona en tiempo real, pero es mejor como estar completamente separada de ella. Es

8

----- Page 10-----

dividido en siete niveles o planos principales, cada uno contiene muchos subplanos y medio interno. La abarca la dimensión astral, el universo, pero para todos los efectos, es totalmente no espacial.

La dimensión astral no superpone el universo físico zona de la manera más precisa el tiempo real es, sobre todo en sus niveles más altos, pero que ocupa el mismo espacio, sin embargo. Mi razonamiento aquí es que el astral es dimensionalmente más lejos de lo que la zona en tiempo real, y por lo tanto no tienen una relación directa geográfica con el universo físico. Ciertamente, los movimientos de un proyector astral, en relación con la dimensión física, no puede ser comprobada por astral o clarividente la vista de la misma manera como se puede hacer con un proyector en tiempo real.

la vista astral es la capacidad de ver en la dimensión adecuada astral. Esta es la forma espontánea experimentado con más frecuencia por aquellos que tienen algún nivel de habilidad clarividente (activo o inactivo) que por los que no. la vista astral le permite al observador para ver otros proyectores, formas de pensamiento, astral los seres, la vida silvestre, e incluso los seres espirituales. Esta capacidad a menudo se trabaja en conjunto con la vista en tiempo real, dar al observador una mezcla en tiempo real más el punto de vista astral, que puede ser bastante confuso a veces.

La dimensión astral es el único relacionado con los habitantes de la dimensión física, penetrando el universo como una red enorme mente, la captura y la celebración de todas las reflexiones y las emanaciones de energía conciencia. Se ve afectada por todos los niveles más dimensiones por encima de ella. La estructura del astral planos aparece para filtrar y mantener todas las reflexiones energía generada por

los pensamientos, la conciencia y las percepciones de todos los seres vivos, incluyendo la materia inanimada y formas de vida generalmente no se considera para contener la conciencia. Incluso una piedra humilde tiene un valor energético en el atómico y subatómico los niveles. Este proceso parece haber estado ocurriendo desde el comienzo de los tiempos. Otra forma de describir esto: la dimensión astral contiene una sombra energética duradera generados y emitidos por el contenido y los habitantes de la dimensión física.

9

----- Page 11-----

2. El doble proyectables

Hay muchos tipos diferentes de OBE y diferentes tipos por lo tanto muchos de proyectables doble. Para dar sentido y proyección OBE - para obtener una mejor comprensión de algunos de los energéticos complejidades implicadas - es necesario examinar los aspectos principales de la proyectables doble. Vamos a comenzar por tomar un breve vistazo a su estructura, a partir de su aspecto más bajo mucha energía ... el etérico cuerpo.

El Cuerpo Etérico

El cuerpo etérico humano (también llamado el cuerpo de la energía) es el cuerpo sustancial más estrechamente relacionados con y enredado en el cuerpo físico. No creo que este aspecto se puede separar de su físico

cuerpo mientras que su cuerpo físico todavía vive. Tiene tres aspectos principales: bioenergética, pura energía, y ampliado-energético. Los tres aspectos están estrechamente relacionados entre sí.

El aspecto bioenergético del cuerpo etérico humano es la base, el apoyo a bioenergético

mecanismo y la plantilla de la vida activa de la inteligencia corporal y todos los procesos de la vida biológica. Es

trabaja en línea con el funcionamiento biológico del cuerpo físico, y existe como una exacta

contraparte bioenergético que está firmemente enredado con el cuerpo físico de vida.

El aspecto de pura energía tiene por lo menos siete centros de energía primaria (a menudo llamados chakras o centros psíquicos), cientos de centros de secundaria de energía (chakras menores), y miles de pequeños

los puertos de intercambio de energía. A través de este se ejecuta una compleja red de energía interna y externa

vías, el trazado de circuito de conexión y estructuras energéticas. Este aspecto del cuerpo etérico no

seguir estrictamente los contornos internos y externos del cuerpo físico.

El aspecto ampliado-energético se produce cuando el cuerpo físico se queda dormido, o entra en el trance

del Estado. La sustancia del aspecto de pura energía del cuerpo etérico se convierte en energía excitados

y comienza a expandirse hacia el exterior. Esto permite que los aspectos de pura energía del cuerpo etérico para funcionar

independientemente del cuerpo físico, sin molestar mientras duerme.

Mantener la mente despierta durante el estado de trance crea una amplia gama de los conflictos energéticos.

Estos conflictos pueden causar sensaciones muy peculiares, como la sensación de expansión (a menudo percibida como la sensación de la contracción o la caída hacia el interior). El grado de expansión del cuerpo etérico posible, depende en gran medida el nivel de sueño o trance alcanzado.

El cuerpo etérico, en su estado de energía excitado y ampliado, es un verdadero cuerpo sutil en su propia derecha. La principal diferencia entre éste y cualquier otro cuerpo sutil - por ejemplo, el tiempo real y astral organismos - es que el cuerpo etérico ampliado normalmente no es capaz de salir de los límites de su cuerpo físico.

La presencia continua de los tres aspectos del cuerpo etérico parece esencial para la continuidad de los procesos de la vida biológica. Creo que el cuerpo etérico es demasiado denso y demasiado firmemente atrapado dentro del cuerpo físico (como los cuerpos sutiles ir) para permitir una proyección total de su sustancia energética que se produzca. El más cercano al cuerpo sutil del cuerpo etérico es el cuerpo en tiempo real, el generador de la que comienza dentro del cuerpo etérico expansión antes de que cualquier tipo de OBE, consciente o inconsciente. Así, el cuerpo etérico se encuentra para tener más que una pequeña parte que desempeñar en el proceso de generar y proyectar lo real-el doble de tiempo.

Trance y proyección interna-Cuerpo

Si el cuerpo físico se queda dormido mientras que su mente está despierta ni siquiera parcialmente, entra en un nivel de estado de trance. La pesadez hundimiento revelador y el calor acogedor del estado de trance a continuación, se hará sentir, si sólo momentáneamente, antes de que el aparente olvido del sueño ocluye la conciencia normal de vigilia. Cuando el primer nivel del estado de trance se logra - trance ligero - el cuerpo etérico comienza su proceso de expansión. Para ser más precisos, la primera etapa de la generación del cuerpo etérico ampliado proceso de forma separada del cuerpo sutil, pero aún internos. El más profundo es el nivel de trance, el más fuertemente el cuerpo etérico se generará como claramente separados y el funcionamiento independiente cuerpo sutil.

10

----- Page 12-----

A medida que el cuerpo etérico ampliado se genera, el centro de la conciencia transfiere automáticamente (Internamente proyectos o refleja) en el cuerpo etérico. Esta es la primera etapa del multinivel proceso de proyección, sólo un pequeño paso de distancia del cuerpo físico y su nivel normal de vigilia conciencia. El centro de la conciencia ha pasado de un nivel superior de su cuerpo físico, y ahora es sólo un nivel por debajo del primer cuerpo sutil proyectables, el tiempo o real proyectables doble. Veo conciliar el sueño y entrar en el estado de trance como teniendo el mismo efecto general, cada

causando un tipo de proyección interior del cuerpo o la reflexión energética del centro de la conciencia en el cuerpo etérico.

Si este proceso se produce al caer en el sueño normal, una copia de la conciencia y dormir la memoria se reflejan en el cuerpo etérico. Poco tiempo después de este evento, ya que el cuerpo dormido cae más profundamente dormido (o como se profundiza estado de trance), el cuerpo en tiempo real serán generados internamente de manera similar, en preparación para su extrusión completa (o de proyección) por el físico / cuerpo etérico fuera de los límites del cuerpo físico. Este es el segundo nivel del cuerpo sutil natural generación y el proceso de proyección.

La generación y la proyección de dormir cuerpos sutiles continuará ahora, con la proyectada mente todavía se conserva y dormir todo, en un máximo a través del espectro de dimensiones. Este es el esquema básico del proceso natural de varios niveles, multidimensional sueño de proyección, como yo lo veo lo que ocurre a todo el mundo durante el sueño normal. La razón de este proceso puede ocurrir con tanta suavidad y naturalmente, es que el centro de proyección de la conciencia está dormida. Cuando se está dormido es seguro fuera del camino, por así decirlo. Una mente para dormir no causa conflictos energéticos que surjan durante este proceso natural, mientras que una mente despierta causará un montón.

Si el proceso de generación del cuerpo etérico se produce mientras la mente se mantiene despierta, un trance despertar completo Estado se logra: el cuerpo dormido, mente despierta. Una copia completa de la mente despierta y el pensamiento se refleja en el cuerpo etérico expansión. El estado de trance permite despertar, pensando en la conciencia de seguir dentro de los límites del cuerpo etérico, mientras que el cuerpo físico y su mente (estas últimas siempre que contiene las copias originales de la mente y la memoria) del sueño. Esta es la primera etapa del multinivel, multidimensional, consciente de salida del proceso de proyección.

Ahora, utilizando una técnica de proyección para exteriorizar el sentido de la conciencia de todo el cuerpo, el Trancer generará un doble en tiempo real dentro de los límites del cuerpo físico / etérico. Una vez que se generado con éxito - una vez más, a nivel interno - una copia completa de la conciencia despierta de forma automática se refleja en él, ya que las formas. El cuerpo recién generado en tiempo real es el primer nivel de la proyectables doble, pero sigue siendo totalmente inmerso en el cuerpo físico / etérico en esta etapa. Con continuos esfuerzos, la proyección refleja ahora se puede activar mientras la mente está totalmente despierta. Un copia energético de la mente despierta puede ser proyectado fuera de los límites del cuerpo físico. Es está ahora en manos y energía mantiene dentro de la proyectada en tiempo real doble. Así tenemos el esquema básico del proceso subyacente que permite y hace una proyección consciente de salida, o EFC, que se produzca.

Un profundo, cosquilleo, de movimiento ascendente, goteo de la energía en el torso acompaña a la interna generación de la doble proyectables en tiempo real. Esto se nota especialmente en

el estómago, la energía solar plexo, y las áreas del pecho. Esta sensación se debe, creo, por la transformación de la materia etérea, como diferentes tipos de energías se generan en toda la física / cuerpo etérico para formar el real tiempo proyectables doble. Las condiciones que permiten una proyección consciente de salida, o EFC, son completa. Plena conciencia de vigilia se puede proyectar sin los límites de la cuerpo físico / etérico, junto con la proyección en tiempo real doble. Este es el segundo nivel de la varios niveles, proceso multidimensional proyección consciente de salida.

La mayor diferencia entre la proyección natural del sueño y la proyección consciente de salida es la presencia de la conciencia despierta durante la salida. Esto interfiere con la proyección natural del sueño proceso, como despertar la conciencia trata de ir adelante para el paseo en la salida, por así decirlo. La presencia de despertar la conciencia hace que una gran cantidad de conflictos interior de la energía que surjan durante el Ahora proceso de despertar de proyección no tan naturales.

Esto explica los niveles de dificultad mucho mayor asociado con proyección consciente de salida. Es También va un largo camino hacia la explicación de por qué sensaciones fuertes movimientos de energía - por ejemplo, aceleramiento del ritmo cardíaco, la presión, vibraciones pesados - son a menudo experimentadas durante el consciente y salidas proyección.

11

----- Page 13-----

Cuerpo etérico de proyección

Se cree comúnmente que el cuerpo etérico es capaz de un tipo limitado de baja potencia proyección fuera de su cuerpo físico. OBE en la proyectada doble se siente débil y tiene dificultad para en movimiento, tal vez incluso el colapso en el suelo poco después de la salida, se dice que son proyecciones etérico. Si bien esto es una suposición comprensible, para mí es ilógico pensar que el cuerpo etérico puede separada o proyecto del cuerpo físico, mientras que todavía vive.

Los inicios de la proyección interna tal como se indica más arriba muestran que un refinamiento progresivo de cuerpos sutiles es una parte integral de todo el proceso. Esto permite la generación y la proyección de niveles progresivamente más elevados de un doble proyectables, manteniendo vínculos con la empresa de energía cuerpo físico y su copia original de la mente y la memoria. El cuerpo etérico no sólo genera todos los proyectables dobles, sino que también proporciona la sustancia energía necesaria para mantener la independiente existencia y funcionalidad de todos los cuerpos sutiles externos. El cuerpo etérico pueden describirse como siendo el generador de nivel básico y proveedor de energía de todos los cuerpos sutiles.

Como el generador de energía única, si el cuerpo etérico se proyectar completamente fuera de la física cuerpo, su gran cantidad de enlaces de energía íntima con su cuerpo físico, la base en

energética de la
mecanismo de proyección, sería extremadamente perturbada. Esto es incompatible con la
naturaleza de la
mecanismo de proyección. También desafía a la lógica de que un mecanismo de energía sutil
puede existir para que
permiten la posibilidad de una expulsión accidental del cuerpo etérico. Si el cuerpo
etérico iban a ser
totalmente proyectada, que lógicamente tiene que tener su energía apoyado y mantenid
o por su
cuerpo físico, que es demasiado bruto para este fin. La expulsión completa del cuerpo
o etérico sólo
sucede en la muerte, creo, y posiblemente en menor medida durante una ECM, o una
experiencia cercana a la muerte.

El cuerpo etérico es la fuente de energía. Es el fundamento de todos los procesos
de la vida biológica y
el generador de bioenergéticos y sustentador de todas las funciones de pura energía.

El cuerpo etérico depende
del complejo bioenergético vínculos con su cuerpo físico para todas sus necesidades de
energía, de combustible y permitir su
funciones de pura energía.

Lo que se denomina una proyección etérea, creo, es un tipo de energía extendido de
demasiado
proyección. ¿Cómo sucede esto? Durante el transcurso de una proyección del sueño lleno de
niveles múltiples, el
cuerpo físico / etérico se despierta, por lo general experimentan síntomas relacionad
os con la proyección y las vibraciones.
El dormir en tiempo real es doble ya proyectado y está flotando, dormido, justo en
cima de la física
cuerpo en este momento. Todos sus aspectos superiores tienen, además, ya se han pr
oyectado en sus asociados
niveles dimensionales. A medida que la mente despierta físico / etérico debajo de él,
lo real-el doble de tiempo sólo se
se tambaleó hacia atrás en el cuerpo físico / etérico.

Todas las habitaciones dobles superiores proyectado seguir existiendo y / o
el funcionamiento en sus niveles más altos,
aunque sea un poco más lentamente ahora. El proyector ahora despierta entonces exp
erimenta un espontáneo real
salida de tiempo de proyección, como el tiempo real de doble desliza hacia atrás fue
ra del cuerpo físico otra vez - pero esto
tiempo en el pleno despertar. (Proyectores en estos eventos son totalmente consc
ientes de que se perturbe un
de amplio espectro, la proyección del sueño de varios niveles en pleno desarrollo. U
na vez que esta proyección de la vigilia real
es el doble de tiempo completo, el proyectado matrimonio se encuentra muy débil y
tiene grandes dificultades para
en movimiento. Por lo general, el proyector se derrumbará en cámara lenta y se vuelv
en totalmente incapacitados muy
poco después de la salida.

Sumado a esto, es probable que la presencia de la conciencia despierta en la
proyectada en tiempo real
doble: contribuir a la tensión energética entre lo físico / cuerpo etérico y todos sus s
uperiores
sueño proyectado dobles. El tiempo real de matrimonio, siendo el único órgano sutil qu
e está bien despierto,
produce una llave de energía en el funcionamiento de los naturales de amplio espec
tro proceso del sueño de proyección,
por así decirlo.

Otra causa de la debilidad en la proyección es el cuerpo físico y su mente queda
demasiado
despiertos y físicamente tensa después de la salida, especialmente si el proyectado

matrimonio se mantiene dentro de cerca proximidad (a menos de veinte pies o seis metros) de su cuerpo físico. Esto puede causar una gran cantidad de la tensión energética, que puede causar diversas sensaciones de la dualidad y la debilidad, con el centro de conciencia a menudo parpadeo de ida y vuelta entre estos dos aspectos despierta del mismo proyector.

12

----- Page 14-----

Tres aspectos básicos de la proyectables doble

Cuerpo en tiempo real

El cuerpo en tiempo real es el primer nivel de la proyectables doble. Si observado por un observador despierto con la vista en tiempo real (un tipo de clarividencia), se verá que una de plata débilmente, fantasmal, ver-través de la apariencia. A menudo sólo una forma fantasmal vaga se verá, pero a veces las características faciales se hará tan bien. Si un proyector en tiempo real observa otro proyector en tiempo real, mientras tanto están fuera del cuerpo, por lo general se verá razonablemente normal el uno al otro, aunque a menudo un poco oscura o transparente.

También siempre se ven más delgada y más joven, más en forma y con mejor aspecto que en la actualidad. Todos los proyectado dobles están conformados por el conocimiento del cuerpo, y siempre tendrá un aspecto más joven y en mejor forma que sus cuerpo físico real. Con mayores proyectores, la edad de sus proyectables doble de la apariencia es por lo general cerca de treinta y cinco años.

El tiempo real de doble nivel natural de operaciones se encuentra dentro de la zona en tiempo real. Puede existir y función en tiempo real sólo mientras hay suficiente energía que fluye a partir de su físico / etérico cuerpo. Este flujo de energía mantiene su integridad y la coherencia mental en este nivel dimensional. Hay más de una variación y la fuerza del tiempo real de la posible doble. Esto es en gran medida influenciado por la cantidad de energía que fluye en él desde el cuerpo físico / etérico, y por su energía desarrolladas por el estado.

Un proyector de partes del cuerpo en tiempo real sólo será visible si el proyector busca deliberadamente para ellos. Las manos son las partes del cuerpo más fácil de observar: Varían en el aspecto de bastante normal a muy distorsionado, alargado, espectral y fantasmagórico. Esta variabilidad en la apariencia es probablemente relacionados con el flujo energético y la fuerza correspondiente de una proyección. En todos los casos, sin embargo, real las manos el tiempo comenzará a derretirse casi el momento en que se observan, como esculturas de hielo blanco en virtud de un soplete de gran alcance.

Esto va un largo camino hacia la explicación de cómo fuera del cuerpo que cambia de forma las obras. Proyectores puede deliberadamente alterar su apariencia reemplazando su sentido natural de todo el cuerpo de auto-conciencia.

Simplemente tasa se litros a tener otra forma y la forma, y concentrarse en la explotación de sus nuevo sentido de cuerpo entero conciencia de sí mismo muy en cuenta en todo momento. Naturales fuera del cuerpo creativo capacidad hace el resto, y su forma se ve alterada por el tiempo que pueden mantener la conciencia de su nuevo sentido de la forma.

Fig. 1. De fusión y los efectos distorsionados

mano

El cuerpo entero en tiempo real de un proyector se puede ver con claridad - sin efecto la fusión - por otros proyectores en tiempo real, e incluso por los observadores despiertos físicamente con la vista en tiempo real. Esta aparente contradicción que parece ser causado por la naturaleza de fuera de la percepción del cuerpo, que es una especie de particularmente la percepción. También vale la pena destacar las similitudes evidentes entre los fuera de la percepción del cuerpo normal y la clarividencia. Cada proyectado matrimonio, creo, transmite su propia imagen de todo el cuerpo conciencia de sí mismo con energía. Esta transmisión energética es recibido por otros proyectores, y por clarividentes, como una imagen fija que no se derrita y no requiere interpretación.

Al igual que con la clarividencia, cuando los observadores despierta el uso de vista en tiempo real, sus centros de cejas recibir emisiones energéticas directamente. Esta recepción energética se traduce en señales bioeléctricas que el flujo hacia el centro de la vista de la muerte cerebral, según la visión normal, donde se convierte automáticamente en un imagen visual en el ojo de la mente de los receptores de. Si la imagen natural de transmisión energética de un proyector modificado deliberadamente - por ejemplo a través de cambio de forma - a continuación, la imagen resultante se cambia. A medida que el proyectada doble no tiene ojos funcionamiento, per se, esto muestra algo de la forma directa la percepción de la mente energética trabaja en todo tipo de proyecciones dobles. También proporciona una visión de cómo las imágenes del ojo de la mente del azulejo de trabajo clarividencia visual.

13

----- Page 15-----

Astral Reflexión

Considero que el cuerpo astral de un cuerpo sutil completamente independiente en su estado totalmente proyectada. Un versión mucho más débil que existe como un reflejo astral continua o eco de la auto-conciencia en el astral dimensión. Este astral eco existe si una persona está despierta o dormida. Es un sin sentido astral reflejo de la conciencia, pensamientos y fantasías, sin más sustancia que un reflejo en un espejo. Este astral eco no tiene la capacidad de pensar o razonar de forma independiente. (Si usted piensa en la forma en que el trabajo planos astrales, absorbiendo, filtrado y grabación de todas las reflexiones energético y emanaciones de la conciencia, esto no es una sugerencia razonable.)

Debido a esto, una persona despierta al alcance de un proyector puede aparecer

er a estar haciendo algunas muy cosas curiosas por cierto. Esto es porque la mayoría de la gente despierta tienen en sus mentes en cualquier dado el tiempo una mezcla de pensamientos y la conciencia objetiva, subjetiva y la fantasía y las ideas. La excepciones a esta regla son las personas que están totalmente centrados en una sola tarea, o los que han conquistado la necesidad de tener fantasías sin control y un continuo mental interno diálogo.

A modo de ejemplo: Jill es salir de su lavado (experiencia objetiva), mientras que su mente está lejos de distancia, sentado en una isla tropical con una comida romántica con Jack, su persona favorita (subjetiva fantasía). Visto por un proyector astral o clarividente, la reflexión astral Jill podría ser visto como almorzando con Jack bajo una palmera en una playa en su patio trasero, con una línea de lavado colgando en el primer plano y la casa de Jill justo detrás de la escena. Las partes objetivo de esta escena se han mezclado con elementos de fantasía subjetiva para producir este escenario extraño alrededor de Jill reflexión astral.

Cuerpo Astral adecuada

El próximo estado importante de la existencia por encima del cuerpo en tiempo real está en el propio cuerpo astral. Los planos astrales son el nivel natural de las operaciones de este cuerpo sutil. Al igual que con todos los cuerpos sutiles, proyectado cuerpos astrales vistos por otro proyector astral, o con la vista astral o clarividencia, se parecen ser muy sólidos y reales que buscan, aunque más joven y más en forma de lo que son en la realidad.

Una vez que el centro de la conciencia ha cambiado mucho desde el cuerpo en tiempo real para el cuerpo astral, el cuerpo físico / etérico desvía la mayor parte de sus energías en el cuerpo astral. Esto fortalece el astral cuerpo, por lo que es capaz de soportar fácilmente una copia completa de la conciencia despierta y el pensamiento. El astral cuerpo es mucho más estable que el cuerpo en tiempo real y por lo tanto es más fácil de mantener durante un consciente proyección astral. Y, como el proyector astral es que existen en un entorno que tiene poca o ninguna parecido con la dimensión física, las fluctuaciones de la realidad son mucho menos visibles.

En su medio natural, el doble astral se siente mucho más ligero y con más energía que hace el en tiempo real proyectada doble. Es dimensionalmente más alejado de su cuerpo físico, y como resultado experiencias mucho menos por medio de los conflictos energéticos, tensiones y presiones que el tiempo real de doble por lo general lo hace. El cuerpo astral se percibe como que tiene un cuerpo, pero como con el cuerpo en tiempo real de este sólo se verá si deliberadamente buscado. También tienen dificultades para el estudio de sus partes del cuerpo muy de cerca. El efecto de fusión partes del cuerpo aún sucede con el cuerpo astral, especialmente con sus manos, pero este es visualmente menos dramáticos de lo que es con lo real-el doble de tiempo.

Una vez que la calidad de las energías que fluyen en el tiempo real de cambios

en el cuerpo-como el propio cuerpo astral es energía generada y el cuerpo en tiempo real se debilita rápidamente. Pronto empieza a quedarse dormido en el tiempo real de la zona. Normalmente, cuando el tiempo real de doble pierde poder de esta manera y comienza a caer dormido, o bien se tambaleó en el físico del cuerpo etérico, a flotar cerca de imitar su la posición del cuerpo físico está durmiendo, o vagar sin rumbo por la zona en tiempo real, sólo en parte consciente.

Esto explica, creo, ¿por qué la mayoría de los proyectores encontrados durante una proyección en tiempo real parecen ser caminando sin rumbo, como sonámbulos, sin saber de donde realmente son o lo que se haciendo. A menudo parecen estar mentalmente en otra dimensión por completo. Ellos todavía tienen una parte funcionamiento del cuerpo en tiempo real, pero no son existentes en ella la fuerza suficiente para la función mental en ese nivel. Pueden ser brevemente despertado por otros proyectores en tiempo real, pero por lo general se confunde y confusa. Ellos tienen la molesta tendencia a ser de repente incoherentes e incluso caer a mitad de la frase dormido.

Del mismo modo, si un órgano superior sutiles se energiza con suficiente fuerza, la conciencia se despertará se centra con mayor fuerza en ese órgano superior, haciendo que el cuerpo astral para quedarse dormido en el

14

----- Page 16-----

dimensión astral. A continuación, puede vagar por el mundo astral en la misma forma y el estado mental tiene el cuerpo en tiempo real en las mismas circunstancias.

Los niños, animales, y OBE

Los niños

Según mis observaciones, los niños suelen tener EFC, y parecen tener más energía para esto que los adultos. A menudo me ven y oyen los niños de la zona de juerga en tiempo real. No he visto bebés menores de edad, aunque a pie, a menos que es llevada por sus madres. Solo EFC parecen empezar cuando los niños se vuelven más independientes física y emocionalmente

Por lo general desarrollan la vista en tiempo real bastante claro y el oído durante las sesiones de meditación de trance; especialmente en las noches. En estos tiempos que a menudo se ven y oyen mis hijos mientras están proyección. No hay nada vago o imaginarios sobre estas observaciones. Por lo general, corte y buceo por la habitación me llama para ver sus payasadas - como hacen los niños. Ellos no entienden la razones subyacentes temporalmente su estado mayor de ser, pero son tremendamente excitado por todo el mismo. Como la mayoría de los adultos, los niños generalmente recuerdan poco de sus experiencias fuera del cuerpo después de la sala. Pero tengo que decir los niños toman sus nuevas habilidades, como volar y pasar a través de paredes, con calma, como si

todos ellos eran naturales perfectamente para ellos.

No puedo ver, oír o sentir físicamente en estos momentos, aunque todos ellos lucen en mi regazo.

Pero puedo ver sus rostros con claridad y escuchar sus voces claramente con mis sentidos en tiempo real. También me siento

los estremecimientos reveladores energético que son un indicador básico de contacto con cualquier ser no físicos.

Con la vista en tiempo real, los niños de aspecto fantasmagórico, como si de humo pálido, pero sus rostros son más densos, con un brillo plateado, haciéndolas claramente reconocible como lo que son.

Animales

En mi experiencia, los animales del proyecto regularmente, especialmente los animales domésticos. Sugiero que esto es una habilidad natural común a todo el reino animal. He observado con frecuencia las mascotas y otros animales de itinerancia

la zona en tiempo real. Con la vista en tiempo real, también he observado mis propias mascotas al salir de sus cuerpos

- Una vista verdaderamente fascinante! Yo rara vez ven a los animales que sobresalen en los niveles más altos de los planos astrales, aunque con frecuencia los encontramos en las zonas bajas, con mascotas a menudo acompañan a sus humanos amigos.

En muchas ocasiones he visto e interactuado con las mascotas fallecidas en el tiempo real de la zona

(Al parecer de visita) y también en el mundo de los espíritus (a menudo llamadas ciegos) cuando he visitado estos.

El carácter repetitivo de estas experiencias sugieren los animales no sólo proyectos, sino también sobrevivir a la muerte

como seres espirituales independientes. Este último puede o no se aplican a los animales domésticos y silvestres. I

creo estrecha asociación a largo plazo con los seres humanos estimula las emociones de los animales superiores, como en el caso

de muy querido mascotas, elevándolos a niveles más independiente del ser espiritual.

En principio, este

última tiene similitudes con la forma en los seres humanos son elevados por la vida de disciplina espiritual, el amor y servicio,

y por el contacto a largo plazo con seres espirituales avanzados.

3. La mente increíble-Split

Exactamente lo que sale del cuerpo físico y el cerebro durante una OBE? ¿Cómo sucede esto?

¿Cuál es, en todo caso, se deja atrás para velar por el cuerpo dormido física? ¿Qué garantiza

y protege la integridad de morir continua de la copia original de la mente y la memoria durante una OBE? Muchos

personas, como es lógico, tienen miedo de la proyección de intentar, porque estas cuestiones no han sido

una respuesta satisfactoria. teorías a medio cocer, los supuestos, las historias, leyendas y mitos abundan.

Dos investigadores de principios de OBE y autores, Sylvan Muldoon y Carrington Hereward, intentó

para tratar el tema de las percepciones comúnmente se siente de la dualidad - de estar en dos cuerpos en el

mismo tiempo, durante una experiencia fuera del cuerpo - en su libro, la proyección

ión del cuerpo astral.

Muldoon declaró que el cerebro físico que reciben dos tipos de percepciones, al mismo tiempo causa doble percepción. A su juicio, un conjunto vino del cuerpo físico y uno de sus proyecciones doble, a través de su conexión del cable de plata. Los órganos de los sentidos de mi cuerpo físico, Muldoon supuso, tiene que seguir funcionando a pesar de mi cuerpo físico se quedó vacía después de la proyección doble hizo una salida consciente.

Por alguna razón, Muldoon y Carrington no consideró la posibilidad de que la conciencia podría seguir funcionando en ambos órganos al mismo tiempo. Asumieron el cuerpo físico se dejó como una cáscara sin sentido durante un OBE. Esta observación, creo, viene de la muy real percepción de que cada proyector ha de separarse de su cuerpo físico durante una conciencia de salida proyección. Este supuesto cuerpo vacío, como un montón de las primeras investigaciones y libros sobre la OBE y relacionados campos, se convirtió en material de partida para todos los investigadores y escritores que siguieron sus pasos. Este error en la observación no ha dejado de propagarse desde entonces. Es hoy en día casi todo el mundo Aceptamos que el cuerpo físico se deja vacío, sin protección y expuestos durante cualquier tipo de OBE. Muchas personas aún creen que su espíritu esencial o alma abandona su cuerpo físico durante una proyección. Estas creencias, muy comprensiblemente, aumentar las preocupaciones reales acerca de la seguridad y la integridad en Orden del Imperio Británico.

Si la mente y el espíritu ha hecho abandonar el cuerpo vacío físico durante un OBE, sería lógico suponer que este cuerpo vacío fácilmente podría ser vulnerable a la interferencia exterior. La posibilidad de un ataque psíquico, o incluso de la posesión, sería preocupaciones razonables.

En los últimos cien años, el supuesto sobre el cuerpo vacío ha generado muchas creencias, leyendas y rituales: el ser vigilante, centinela astral, astrales y tutores, además de la percepción necesidad de escudos, pabellones mágicos y rituales. Una persona me habló declaró con vehemencia que todos los proyectores primero deben lavarse en agua salada consagrada obligar a los propios hombres en las cadenas de hierro para proteger su cuerpo supuestamente vacía durante una proyección de posesión de riesgo y el daño o el alma o algo peor.

Debido a que estas cuestiones han quedado empañado por tanto tiempo, muchos proyectores y se-proyectores preocuparse mucho acerca de lo que podría suceder si no pueden encontrar su camino de regreso a sus cuerpo, o si su cordón de plata fueron para romper o estropear, o si no fueron capaces de volver a sus cuerpos, o accidentalmente quedó atrapado fuera de él de alguna manera. Se preocupan por volver a encuentran su cuerpo físico ya está ocupado por un espíritu invasor, entidad, o demonio - o incluso por otro proyector, para el caso.

La experiencia de la separación consciente del cuerpo físico y dejando detrás de ella se puede

muy viva y convincente. La experiencia de los actuales y operación remota y independientemente del cuerpo físico es también muy distinta. Pero las percepciones del cuerpo vacío no permiten proyectores para percibir los efectos subyacentes dividir la mente en el trabajo, porque recordaba con éxito proyección consciente de salida permite un solo lado de una experiencia de proyección para ser recordado ... desde el lado proyectado doble solamente. Si la proyección se realiza correctamente, los recuerdos vienen retenidos únicamente de un lado del cuerpo físico - todos los recuerdos de sombra (recuerdos OBE) se pierden. Es necesario contar con recuerdos de ambos lados de una experiencia única antes de la proyección de la mente dividida puede ser percibido como lo que es. Sólo entonces puede la mecánica y la dinámica de la proyección mecanismo sea realmente apreciado y comprendido.

La integridad y la seguridad del cuerpo físico y de su copia original de la conciencia, la mente, y la memoria, nunca están en peligro durante la OBE. Como se verá en las páginas siguientes, la física cuerpo nunca se deja vacío mientras viva.

16

----- Page 18-----

El reflejo de la naturaleza de Hind

Como parte de un proceso natural, la conciencia refleja una copia de sí mismo, fuera de los límites de la cuerpo físico, ya sea mientras se duerme o durante cualquier tipo de EFC consciente. Esta reflexión es una especie energética de eco, que contiene una copia completa de la conciencia, la mente y la memoria. Se refleja en un cuerpo sutil o energético del vehículo capaz de soportar y mantener su integridad fuera de la los límites del cuerpo físico. Este proceso no arrendar el cuerpo físico vacío y sin vigilancia.

La reflexión de la conciencia por lo general pasa desapercibido durante el sueño o una OBE. La mente-efecto de división no es evidente incluso en plena conciencia de salida proyecciones, en los proyectores se plenamente conscientes de sus OBE de principio a fin, incluyendo la salida y las fases de la reentrada. La síntomas del efecto mente-split son a menudo fuertes, y muy evidente si sabe qué buscar. Pero raras veces se reconocen por la forma en que la mente de división ocurre, y porque la naturaleza del cerebro físico es almacenar sólo un recuerdo único para cualquier período de tiempo único.

La mayoría de personas tienen problemas para comprender suficientemente el concepto de un solo doble proyectado mantener despertar la conciencia fuera de los límites del cuerpo físico. Asumir que no puede haber múltiples copias reflejo de una sola mente, todos los existentes y en funcionamiento al mismo tiempo y de manera independiente en diferentes niveles dimensionales, puede tomar un poco de una mente vuelta. Pero eso es básicamente lo que sucede.

Entender la mente dividida y la verdadera naturaleza multidimensional de la existencia de la humanidad es

muy importante. El efecto de la mente dividida da sentido a una gran parte del a menudo confuso y datos contradictorios disponibles en OBE. Esto simplifica enormemente la comprensión de la OBE, y proporciona comprensión de algunas de las complejidades más esotéricas y alucinantes de la interdimensionales relaciones y operaciones en general.

Como ya he dicho, se necesita un poco de una mente vuelta a comprender el concepto de la existencia de múltiples copias de una sola mente, cada una con el potencial de existir y funcionar de manera independiente durante una OBE. Una vez que el primer nivel de la mente-split se agarra, el siguiente paso lógico es considerar la posibilidad de múltiples juegos de memorias grabadas por el cerebro para cualquier período de tiempo determinado durante el sueño y OBE. Esto, naturalmente, plantea interrogantes de cómo el cerebro físico se ocuparía de ellos, o incluso si se pudiera hacer frente con ellos en todo. ¿Qué tipos de problemas de grabación de la memoria—que esta causa de los pobres de edad física cerebro? ¿Cómo afectaría esto a su capacidad general para grabar y recordar las experiencias fuera del cuerpo? Y, si hay problemas inherentes a estos procesos de memoria, cómo se pueden superar para mejorar la OBE operaciones y recordar?

Las preguntas anteriores, en su comparecencia simple, plantear cuestiones complejas. La primera vez que traté de trabajo todas las que me dio un dolor de cabeza ciega!

Descubrí el efecto mente dividida por pura casualidad, durante una proyección muy potente, como dijo a continuación. Experimentos posteriores con el efecto de la mente dividida, provocado por este descubrimiento inicial, desde entonces han verificado mi hipótesis original. Una vez bien entendida, muchos de los efectos negativos de la mente-split en el recuerdo OBE se puede trabajar con, o ha trabajado en todo, en vez de ser sufrido en la ignorancia. La comprensión del efecto de la mente dividida mejora en gran medida a las posibilidades de salir de cuerpo para empezar, incluso para un principiante. Para ello, la mejora de la probabilidad de que los proyectores se acordará de su EFC después del hecho. La eficiencia de todos los aspectos de las operaciones fuera del cuerpo—es decir, en general, también ha mejorado mucho.

Creo OBE plenamente consciente no es tan difícil de lograr, como se cree hoy en día. La proyección de la razón se considera difícil se debe a que los proyectores con éxito por lo general no percibir la mente dividida y sus efectos. Estos pocos afortunados, que tienen la habilidad de moverse por la efecto de la mente dividida, sin saber siquiera lo que están haciendo o cómo lo están haciendo, recordar algunos de sus experiencias fuera del cuerpo. (Nadie los recuerda todos.) Debido a que estos pocos afortunados en realidad no sé lo que están haciendo, que no pueden explicar cómo lo hacen. Por lo tanto, el estudio de sus experiencias y copiar sus técnicas no necesariamente producirá los resultados deseados.

La mente de división es la principal causa de insuficiencia OBE, pero es prácticamente desconocido por lo que es. La mente de división no deja huella o memoria de lo que salió mal, si no una proyección. Una y otra vez que a su vez, EFC con éxito en los intentos, aparentemente fracasado. Esto impide el aprendizaje natural

proceso, ya que no permite a los proyectores para aprender de sus errores y así mejorar sus esfuerzos. Por todo esto, la gente tiende a concentrar la mayor parte de sus esfuerzos en la proyección técnicas, buscando sólo la corrección rápida de la derecha para lanzar fuera de sus cuerpos. Proyección técnica, aunque importante, no es el ser-todo-y-al final todo para la proyección exitosa. Hay una clara

17

----- Page 19-----

habilidad para recordar un OBE, que sólo puede empezar a aprender cuando la mente está bien dividido tener en cuenta.

Retrato de la Mente-Split

Una copia completa de la mente el pensamiento y la memoria - consciente y subconsciente - se mantiene en todo momento dentro de los límites del cuerpo físico, ya sea despierto, dormido, soñando, o proyectar. Este original o copia maestra, nunca sale de los límites de su cuerpo físico, mientras que aún vive. Cuando el cuerpo físico se queda dormido, o entra en estado de trance (cuerpo, mente despierta y dormida física), la conciencia se refleja automáticamente (proyectado) en el cuerpo etérico expansión. Un energético la reflexión de la conciencia ya existe en un estado ligeramente mayor energía que despierta la física cuerpo permite. El cuerpo etérico ya contiene en sí una reflexión completa, una copia de todos los recuerdos, consciente y subconsciente. El cuerpo etérico es ampliado ahora a un paso energético por encima de la cuerpo físico, un paso más cerca de la energía del cuerpo en tiempo real, que es el primer nivel de la proyectables doble.

El cuerpo dormido físico contiene un mecanismo de energía llamada la mente sueño. En algún etapa después de la aparición de sueño o el estado de trance, la mente física (copia original) comenzará soñando. El cuerpo etérico puede permanecer totalmente consciente si se mantiene en el estado de trance durante una conciencia OBE. También es capaz de funcionar de forma completamente independiente de su mente y proyecta sueños y aspectos, aun cuando ambos están en plena actividad.

El físico / cuerpo etérico ahora genera internamente el cuerpo en tiempo real, la primera proyectables doble. Esto, naturalmente, se produce durante el sueño (proyección del sueño), pero puede ocurrir durante el estado de trance. Como el cuerpo en tiempo real se genera internamente, otra copia completa de la conciencia y la memoria son refleja automáticamente en ella. Mientras que la generación del cuerpo en tiempo real y la reflexión de la conciencia es todavía plenamente inmersos en el físico del cuerpo etérico, sus pensamientos son totalmente sincronizados con los del cuerpo etérico. No afectan a la mente dividida se ha producido en esta etapa, aunque las condiciones energéticas que permiten que la mente-split que se produzca ahora están presentes. Todos los

los sistemas están listos en esta etapa y una salida de proyección del cuerpo ahora puede ocurrir naturalmente o puede ser artificialmente provocada por una técnica de proyección. Como los proyectos del cuerpo en tiempo real - en el preciso momento que marca el comienzo de la separación - el primer verdadero espíritu de división se produce.

Después de la proyección, el cuerpo en tiempo real existe como una entidad completamente separada, el funcionamiento, el pensamiento, experimentando, y el registro de recuerdos de forma remota e independiente de su cuerpo físico / etérico.

Después de lo real-el doble de tiempo ha proyectado libre, el cuerpo etérico ampliado, con su propia copia de la conciencia despierta, permanece consciente durante todo el tiempo que puede mantenerse despierto. Por lo general, se consideran ha fracasado en su intento de proyección, si se ha hecho, a pesar de que puede haber experimentado muchos de ellos relacionados proyección síntomas salida. Se siente cansado, aletargado, y pesado, a menudo experimentan parálisis parcial o completa de vigilia, y normalmente se duerme con bastante rapidez. Cuando la copia etérico de la conciencia se queda dormida, que parece hundirse en y se funden con la mente sueño físico, el intercambio de su estado de sueño.

Durante la proyección consciente de salida, el cuerpo en tiempo real será claramente consciente de la sensación de y la separación de dejar su cuerpo físico. En esta etapa, el tiempo real de doble operativo completamente independiente de su físico-doble etérico. Cada vez en sentido la existencia del otro, y un intercambio de percepciones (sensaciones de la dualidad) a menudo se con experiencia. El tiempo real será doble, por ejemplo, a menudo se siente su cuerpo físico y escuchar los sonidos procedentes de ese lugar. Este intercambio de la percepción sensorial, una de las más frecuentes síntomas evidentes de la mente-split, se ve muy afectada por la distancia. Es el más fuerte dentro de los veinte pies (seis metros) o menos, y se hace cada vez menos perceptible con mayor distancia.

Condiciones permiten ahora más copias energético de la conciencia que se reflejan en mayores cuerpos sutiles y dimensiones, por encima y más allá de la proyectada en tiempo real de matrimonio y el tiempo real zona.

Después de este proceso ha tenido lugar, tenemos dos copias completas energética, además de su amo copia de la conciencia y la memoria:

1. Física / sueño de la mente (copia maestra)
2. Física / mente etérico (ampliado cuerpo etérico)

18

----- Page 20-----
----- Page 20-----

3. En tiempo real proyectada doble (primera verdadera mente-split)

Una mente totalmente exterior-split también se ha producido entre lo físico / cuerpo etérico y morir en tiempo real proyectada doble. Los tres ejemplares están interconectados con energía, y son los tres

capaz de funcionar y de pensar de forma completamente independiente - aunque en el caso de la físico / mente sueño, en un nivel más interiorizada de la conciencia en el entorno de sueño de morir.

El propósito natural de este efecto varios mente dividida es, creo yo, para que lo esencial animar el espíritu de la tira lejos las capas de la materia bruta que se mantenga fija en el cuerpo físico y el universo físico. Este proceso progresivamente expone los aspectos espirituales más refinados de la núcleo central de la conciencia que anima el espíritu. Esto permite que exista temporalmente en mayores dimensiones, para reflejar una parte de sí mismo que, durante el sueño o EFC. Una base sólida en el interior del físico / cuerpo etérico permanece detrás de todo este proceso, sin embargo, de forma segura la celebración de la original, o el capitán, copia de su conciencia terrenal y recuerdos de su encarnación actual.

Sugiero que el cambio del nivel de base de la conciencia de lo físico / cuerpo etérico directamente en mayores niveles dimensionales, en un solo paso, es demasiado grande el salto.

Este cambio parece requerir un más suave serie de reflexiones múltiples en cada vez más elevados y más refinados cuerpos sutiles, a través de múltiplesmente se divide. La esencia consciente y conservado dentro de un cuerpo proyectado sutiles no es sólo un mero reflejo energético de la mente y la memoria, sino una copia totalmente funcional de su esencial que anima la conciencia y el espíritu, además de todos sus condicionales e influyente energética modificadores. Más sobre esto más adelante.

Mi impresión general es que este proceso está diseñado para proporcionar el espíritu que anima el centro conciencia con la exposición regular y directo a la refinación y las influencias de ajuste de la vida karma y la ley universal, tal como existen en mucho más alto y más enrarecido niveles dimensionales. Esto, crear, es como el karma y la ley universal de hecho el trabajo: los órganos superiores sutil filtro hacia arriba y hacia abajo a través de la escala dimensional - desde el cuerpo denso físico a su mayor pizarra energética - cada vez que el cuerpo físico duerme.

Usted puede encontrar muchos indicios que muestran que la mente de división en el trabajo mediante el examen de algunas de las enormes número de historias clínicas disponibles hoy en día - si sabe lo que está buscando. Proyectores menudo experiencia y tomar nota de los síntomas de la mente-split, pero estos nunca han terminado en cuenta plenamente para. El síntoma más común es sentir la sensación de dualidad - de ser conscientes de la física cuerpo al mismo tiempo ser conscientes de que existen en un cuerpo sutil en un lugar diferente. Por ejemplo: "Me volando por las nubes cuando de repente se convirtió en conscientes de los sentimientos de mi fía

SICAL cuerpo hacia atrás en mi cama, y de escuchar el reloj Lamiendo en la sala de ruidos y tráfico a la deriva en a través de la ventana abierta ". sensaciones son una dualidad efecto secundario ocasional de la mente-split, causados, que Creemos, por el cordón de plata, que es el de dos vías vinculación energética conectar lo físico / cuerpo etérico con su proyectado matrimonio.

Sombra de la memoria

memoria de la sombra es mi mandato no para todas las memorias adquirida durante la conciencia normal de vigilia por el cuerpo físico - memoria adquirida a través de OBE, la figura. 2. efecto de la mente-split, que muestra los cuerpos sutiles. incluyendo los sueños lúcidos y las experiencias oníricas. Sombra recuerdos se descargan en el cerebro físico después de un OBE, y parecen existir en los niveles de la memoria. conciencia de vigilia completa anula por completo y los recuerdos se esconde la sombra, que les hace extremadamente difícil acceso y por lo tanto recordar, en circunstancias normales.

Un trance muy ligero o estado casi anima a soñar despierto recuerdos sombra a la superficie dentro de la mente consciente, donde pueden convertirse en recuerdos reales. Durante este estado de relajación, la conciencia mente tiende a vagar a través de eventos, ideas, fantasías y recuerdos, que hace que las asociaciones de ser hecho con retazos de recuerdos sombra. Asociaciones de desencadenar el aumento de la sombra

19

----- Page 21-----

recuerdos en los niveles de conciencia de la mente. Los primeros minutos de cada día, justo después de despertar, son cuando la mayoría de la gente recuerda recuerdos sombra. Esta es, pues, el estado ideal y el tiempo desde el que práctica de ejercicios de sombra recuperación de la memoria, utilizando frases principal disparador para provocar asociaciones.

Double Trouble - Experiencia

Experimenté con la dualidad, división mente-, y los efectos astral comentarios de más de una década antes de escribir este libro. Siempre me había curiosidad por saber cómo y por qué mi cuerpo reaccionaba con su proyectado matrimonio, y cómo afectó a esta distancia. Me sentía intuitivamente que había más de este que la creencia común de que el cuerpo físico intenta recuperar su proyectado matrimonio si se hace demasiado cerca. Que había experimentado a menudo mezclas inexplicable y confuso de las percepciones y recuerdos, a veces con dos o más series de acontecimientos aparentemente ocurren al mismo tiempo, durante el EFC. Al igual que muchos proyectores, que también había sido a menudo la percepción de eventos y ruidos en el mundo real alrededor de mi cuerpo físico, al mismo tiempo que yo estaba experimentando cosas en mi proyectado doble en un mando a distancia ubicación.

La siguiente es una descripción detallada y el desglose de mi primer mente llena de división y astral-comentarios experiencia. He tratado de simplificar este tanto como sea posible para aliviar la inherente dificultades - por no hablar de las pesadillas gramaticales - que surgen al tratar de explicar algo tan natural y confusa como una experiencia de la caída la mente dividida. Por favor, tengan paciencia conmigo.

Cuerpo Físico Side

Meditando en mi silla junto al fuego, poco a poco me volvió a un nivel menos abstracto de la conciencia como la lluvia empezó con la batería en gran medida en el techo. El viento se levantaba y sacudiendo las ventanas y puertas. Miré el reloj, brevemente iluminada por un destello de un rayo. Fue dos y media de la mañana. Esto no era inusual para mí, como a veces me a meditar toda la noche. Me sentí de maravilla, bien descansado y lleno de energía. Como el primer distantes sonidos del trueno rodó suavemente sobre la casa, me dije a mí mismo: "Yo no creo que me he proyectada en una tormenta Me pregunto qué se siente? "

Cerré los ojos una vez más, que recaudó más de energía a través de mi todavía activo principal centros, la profundización de mi nivel de trance. Cuando yo estaba satisfecho con mi nivel de trance, me cambié a mi conocimiento del cuerpo en frente de mí mismo, muy a mí mismo la sensación de pie unos metros en frente a mi silla. Las vibraciones rápidamente comenzó y se extendió por todo mi cuerpo. Mi corazón centro de pronto comenzó a competir. Las vibraciones alcanzó su punto máximo y sentí una oleada de goteo al alza de la energía a través de mi estómago y una breve sensación de caída cuando empecé a proyectar. Entonces, como yo todo iba bien considerado, las vibraciones se detuvo de repente y ... nada

paso ... nada de nada! Intrigado, me senté pensando, cargado de trance, preguntándose por qué tal al parecer, la salida de proyección éxito había fracasado. Esto me había sucedido en muchas ocasiones, pero nunca había entendido por qué. Estaba, sin embargo, a punto de descubrir por qué ... el duro camino.

Proyección de doble Side

Zumbido libre de mi cuerpo físico después de una salida fácil, he venido o a descansar flotando a varios metros delante de donde yo estaba sentado. A esta distancia, mi tiempo real doble refleja la acción pesada dentro de mi corazón físico / etérico. Se palpitaba con fuerza como la energía vertida en mí de mi cuerpo fueron un motor de gasolina título palpitante dentro de mi pecho. A medida que flotaba por la habitación, el pequeño motor de mi pecho ronroneó más rápido como para que coincida con mi velocidad, a continuación, se desaceleró de nuevo a un constante latido cada vez que se detuvo.

Pasé a través de la pared junto a la ventana y salió a la noche ventosa empapado por la lluvia. ¡Qué sensación gloriosamente mojado! Podía sentir y el olor y el sabor de la lluvia que pasa a través de mí como yo flotaba en mi jardín delantero. El estimulante sonidos y funde y gustos de la lluvia y la humedad y del suelo y las plantas y los árboles y la hierba por todas partes. Estas lluvias olores eran tan fuertes, muchas veces más fuerte que yo sería capaz de sentir en mi cuerpo físico.

La noche azotado por la lluvia me llenó de un tipo maravillosamente feliz de la energía. Se sentía muy bien estar tan vivo y fuera de mi cuerpo en una noche tan gloriosa como ésta. Precipitándose hacia arriba y sobre el techo con un lazo rápido, Yo flotaba, mirando a su alrededor, el viento la lluvia llena de turbulencias y aguanieve a través de mí con más fuerza hasta aquí.

[El viento y la lluvia no se ha movido realmente mi proyectado matrimonio, pero yo estaba muy consciente de la sensación de que pasar a través de mí.]

Sentado en la chimenea, me miró por encima de mi ciudad natal, viendo la danza de la lluvia en el calles debajo de mí, arremolinándose y gorgoteo feliz por las canaletas y los desagües. He escuchado con atención, teniendo

20

----- Page 22-----

todo lo in La lluvia suena parecía lleno de voces amigas, murmurando mágicos ritmos burbujeantes.

Arriba, las nubes bajo punto de ebullición con brillantes rayos internos ocultos. El remolque de sonidos pesados trueno me llenó de asombro y de la energía hormigüe. Sentado en la terraza, disfrutando de la tormenta y sintiendo un poco como un húmedo Mary Poppins, sentí que algo tiraba de mis entrañas. Yo sabía que esto era sale de mi cuerpo físico en la sala, no muy lejos debajo de mí.

Me puse en contacto con mis sentimientos y sentir mi cuerpo físico, al instante toma de conciencia de ella. I sentía la silla debajo de mí y la almohada debajo de mis pies. Podía escuchar la lluvia de tambores, pero a medida que sonaba desde el interior de la casa. Lo curioso, por un momento me sentí Tike estaba de vuelta en mi cuerpo otra vez. I podía oír viejo reloj de mi padre, marcando en la pared. El sonido de mi viejo labrador, Blue-Boy, el ronquido y ladrando sueño, derivó en la de debajo de la mesa de la cocina en la sala de estar a mi lado derecho.

Flotante superior por encima del techo, que se abalanzaron a través del jardín y se transmitirán una copia de seguridad de alta, apenas rozando el vientre de color gris oscuro de una nube de tormenta en el proceso. Las sensaciones que viene de mi cuerpo físico facilitado la más alta que iba, pronto todo esto cesa. Cuando flotaba hacia abajo al techo de nuevo, la sensación de tirón comenzó de nuevo. Esto se estaba volviendo muy raro, pensé.

Me había preguntado a menudo a la verdadera causa de la reacción de la proximidad entre mis proyecciones y cuerpos físicos. Muchas veces me había sentido yo misma en más de un lugar al mismo tiempo, a veces incluso el parpadeo de ida y vuelta entre mis dos cuerpos. Pero, me volvió a preguntar, ¿cómo puede ser? No tenía sentido. Si yo estaba aquí, entonces, ¿cómo podría yo estar allí en el mismo tiempo? Fianzas, una vez que salí de mi cuerpo físico estaba fuera de ella y mi cuerpo se quedó vacío detrás de mí, un mera cáscara vacía ... o era?

Mi cuerpo físico fue inferior a seis metros debajo de mí en este momento. Yo estaba intrigado y ahora decidió dedicar el resto de esta proyección a la investigación de sensaciones

de la proximidad y la dualidad un poco
más de cerca. Al pasar por el techo, vi el interior de azulejos y las maderas y láminas de yeso
al pasar a través de ellos. Podía sentir la resistencia y la textura e incluso podría probar su acre polvo
sabores. Cada tipo de materia parecía bastante diferente de cualquier otro sistema de iluminación y todos fueron brillantes en
el interior no oscuro, como era de esperar.

Proyección de los órganos físicos

Cuando llegué a través del techo, vi a mi cuerpo físico en el sillón, justo donde lo había dejado. En
mismo tiempo, sin embargo, también se hizo plenamente consciente de mí mismo sentado en la silla, viendo a mi propio
proyectada doble bajando a través del techo, que estaba viendo a mí mismo flotando a través de la
techo, así como ver a mí mismo sentado en el sillón - dos al mismo tiempo! Se me estaba sentado en
la silla, viendo a mi proyectada doble flotando a través del techo. Pero, también me flotante
a través del techo, mirando a mí mismo sentado en la silla, al mismo tiempo ver a mi proyectado
doble viendo el otro yo sentado en la silla.

Yo era consciente no sólo de los dos conjuntos de la visión, pero una vez de los dos grupos de pensamientos, de ambos lados de los casos.

Yo era consciente de ser consciente de los dos grupos de pensamientos, y de ser consciente de que era consciente de ser consciente de
de ser conscientes de los dos grupos de pensamientos, y esto se agrava rápidamente y cada vez peor. Este

no sólo era alucinante y confuso, era también empezando a hacer que me senta muy mal ... tanto de mí.

Un aspecto importante de esta experiencia es que hasta que mi aspecto físico tuvo su proyectado matrimonio
entrar en la habitación, era totalmente inconsciente de su intento de proyección antes había tenido éxito. Por suerte,
en tiempo de misión, mi aspecto físico estaba experimentando con la vista en tiempo real, y fue la observación y
el estudio de la habitación en la que si no fuera por este factor, dudo que alguna vez han descubierto que la mente-
división. Tampoco he experimentado el completo sobre los efectos de la dualidad y astral de la retroalimentación que se produjo,
que me dio una idea de la naturaleza de la mente-split.

Mi aspecto físico era sólo momentáneamente sorprendido al ver sus propias proyecciones dobles. Como
pronto como se conecta visualmente, un fuerte vínculo telepático formado entre ellos y los recuerdos inundaron
en ambos sentidos. Un intercambio de recuerdos ocurrió entre mi aspecto físico y proyectadas. Ambos
aspectos, físico y proyectadas, a continuación, sabía exactamente lo que había sucedido el uno al otro de la
momento de la separación, cuando se había producido la mente dividido inicialmente, hasta entonces. Esto me proporcionó un
experiencia única: la de tener dos juegos totalmente diferentes de los recuerdos, por un solo período,
coexisten dentro de mi mente (tanto en los aspectos de mi mente), al mismo tiempo.

Como se ha indicado, mi aspecto físico era consciente de intentar una proyección y la sensación habitual

sensaciones energéticas asociadas a una salida de gran alcance en tiempo real. Estas sensaciones tenía entonces

se detuvo en seco, dejando a mi aspecto físico sentado en la silla preguntándose qué había salido mal.

(Yo) decidió continuar con un trabajo de la energía y los experimentos de vista en tiempo real. Mi

aspecto físico era totalmente ajeno, en este momento, que ya había proyectado su éxito

----- Page 23-----

en tiempo real doble. Mi aspecto físico sentía un poco pesado y lento después de que supuestamente no

intento de proyección, con todos los síntomas de un trance bastante profundo.

También tuve la vista en tiempo real bastante fuerte, y podía ver la sala mucho más clara que antes.

Todo esto era bastante normal para el tipo de meditación y trabajo de la energía que estaba haciendo en ese momento. I

no sospechar que algo extraordinario le estaba sucediendo a mí en este momento.

Decidí jugar un poco con la vista en tiempo real en lugar de volver a caer en un tono más abstracto

estado místico de meditación profundo trance. Estudié la habitación a mi alrededor, poco a poco cambiando mi

punto de vista para poder ver detrás de mí sin mover físicamente. Me movía mi cuerpo etérico

alrededor, literalmente, dentro de mi propia piel. No había ninguna sensación real de movimiento,

a pesar de que tuvo un considerable esfuerzo y concentración para hacerlo, pero mi punto de vista se movía como

si mi cabeza estuviera girando. Por cierto, esto indica que el cuerpo etérico (si despierto) puede ganar

cierta libertad de movimiento dentro de su cuerpo físico, mientras que un OBE en curso. Después de

varios minutos, sentí una incómoda tensión se acumula en mi torso. Esto había sucedido un

par de veces durante el curso de mis experimentos actuales, pero pensé que mi

esfuerzo para hacer girar mi cuerpo etérico dentro de mi cuerpo físico estaba provocando.

Traté de dar una parte de mí mismo a través de la pared detrás de mí, para proyectar mi punto de vista

a través de él, pero no, aunque yo podía ver detrás de mí con bastante claridad. Entonces sintió un tangibles

presencia en la habitación conmigo. Yo girar la mirada al frente otra vez, justo a tiempo para ver un astral

se deslice hacia abajo a través del techo. Me sorprendió momentáneamente y por plejos, pero

realización me inundó el momento en que mi mirada relacionada con la mirada de mi proyectado matrimonio.

Esto causó una conexión telepática increíblemente fuerte, visuales más mental, y otro conjunto de

recuerdos inundaron repentinamente en mí ... sentir casi como si hubieran

estado allí todo el tiempo.

Como hemos conectado, la tensión incómoda en mi cuerpo físico empeoró. Empecé a sentir en constante aumento los síntomas de náuseas y algo así como golpes. Esta conexión fue el comienzo de lo que ahora llamamos retroalimentación astral.

Física Cuerpos Astral

A medida que mi aspecto físico y sus proyecciones dobles comunicadas, ambos se dieron cuenta de

los dos conjuntos de recuerdos desde el momento de nuestra separación inicial en la salida de la proyección. Una vez

la conexión telepática y comentarios astral empezó, comencé a sentir debilidad y náuseas en

ambos órganos. Mi corazón físico empezó a golpear de forma errática, y esto se reflejó en mi

proyectada doble. Que estaba experimentando dos conjuntos completamente diferente de la visión, pensamientos y

sentimientos, todo al mismo tiempo, reflejando un lado a otro con rapidez y composición. Este fue,

aparte de la desorientación cada vez mayor y las náuseas, absolutamente fascinante. También hizo un montón de

sentido. Esta primera experiencia completamente dividida proporciona respuestas a muchas preguntas acerca de

ciertas singularidades de proyección y de los fenómenos. El hecho de que mi proyectado matrimonio se separó

de su cuerpo físico, ¿por qué mi mente física (copia original) tienen que dejar de pensar y

ser? ¿Por qué sería de vacío? Ahora tenía la evidencia de primera mano que la mente se divide,

que se refleja en dos o más aspectos idénticos y pensar de forma independiente durante un

proyección.

Mi doble proyectado movido con cierta dificultad, observando cuidadosamente y estudiar su

cuerpo físico en la silla, mientras que el aspecto físico de mi miró hacia atrás y trató de hacer la

mismo. Esta fue una hazaña y tomó un poco de esfuerzo real por ambas partes.

Las náuseas y

presión mental aumentado constantemente en los dos aspectos. He estudiado estos efectos lo mejor que pude en

el poco tiempo que tenía. Centro de mi corazón latía de manera desigual y se sentía como mi corazón físico

También fue golpeando fuertemente y de forma errática.

Mi nivel de trance comenzó a erosionar al inicio de la conexión telepática y yo estaba ahora

sentirse más paralizado de trance. Mi cuerpo físico sentía desorientado, mareado, y muy

náuseas. Podía sentir el sudor frío corría por mi cara y enfriar una difusión a través de mi

estómago y los intestinos. Me sentía como que iba en estado de shock físico y pronto se pierde el control

sobre mis funciones corporales o desmayo, o ambos.

A lo largo de todo esto me quedé tranquilo y controlado, pero mi mente (s) fueron definitivamente

que se forma se extendía más allá de los límites de su diseño. Comencé a preocuparme, teniendo en cuenta la posibilidad

que podría dañar o matar a mí mismo si continuaba con esta experiencia por mucho tiempo. Esto

obviamente, niega por completo su valor, por decir lo menos.

Como mi proyectado matrimonio era el único aspecto capaz de moverse, y ya que este aspecto era totalmente consciente del peligro que fueron, él (ella? yo?) rápidamente se mudó de la casa. Los comentarios cesado el momento en que salió por la pared y pronto perdieron contacto entre sí por completo. Las náuseas, etc, de forma rápida aflojó.

Proyección de doble - mismo período de tiempo

22

----- Page 24-----

Me sentía débil y pesado; movimiento se estaba convirtiendo en extremadamente difícil, como meterse en las buenas barro. Luché para moverse por la habitación tratando de estudiar y comprender los extraños efectos que estaba experimentando. Tenía muy poca energía y se sentía la náusea mi cuerpo físico estaba sintiendo, lo que parecía hacer aún peor, de alguna manera refleja y agrava la misma. Sentí una presión increíble, como si algo se arrastra y me chupa la vida fuera de mí.

Me alejé de mi cuerpo físico, una cosa muy difícil de hacer. Me sentía un gran peso de tiración a mí por detrás, como me volví la espalda a mi cuerpo físico. Era como si estuviera moviendo en cámara lenta movimiento. Un escalofrío me recorrió cuando me di vuelta y una atmósfera de miedo se apoderó de mí que yo no podía explicar.

Entendimos lo que estaba ocurriendo a nosotros, tanto en aspectos de mí mismo, y se concentró tanto de nosotros en la tala de nuestras mentes, en un esfuerzo para aliviar la tensión telépática entre nosotros. Esto ayudó un poco, y con enorme esfuerzo que se realiza a través de la pared y la espalda en la noche empapado por la lluvia. La presión aflojó rápidamente salí de la casa y pronto desapareció por completo.

Volé lejos de la casa, rozando los tejados y disfrutar de la tormenta una vez más. Que vuelan a través de fuertes lluvias es una experiencia realmente estimulante y me sentí la fuerza que fluye de nuevo en mí.

Bucle de alta en las nubes de tormenta pesada y descendiendo de nuevo, he seguido el camino húmedo en velocidad cercana a la superficie del coche, mirando las gotas de lluvia pesada baile de la carretera lo que se deslizó a lo largo de que. Pude probar y oler el asfalto mojado intensamente y también podía sentir la textura de la de carreteras superficie como me deslizó por ella, el tejido a través de las sombras de la penumbra, calle bordeada de árboles.

Yo reflexionaba sobre las implicaciones de lo que acababa de ocurrir y decidí que sería mejor volver a mi cuerpo físico muy pronto, ya que había sido muy apenado cuando me había despedido. Mi aspecto físico probablemente me esperan de nuevo muy poco y no le agradecería que me quedé fuera por mucho tiempo. I sabía que me sentiría de esa manera si yo lo fuera, que era yo, o soy. En ese sentido un poco confuso, me volví y

se dirigió derecho a la casa y mi cuerpo esperando física.

Cuerpo Físico

Una vez que la proyectada doble partido, la náusea disminuyó rápidamente, pero todavía me sentía muy débil y mi corazón latía continuó de forma irregular, falta el ritmo ocasional. Me podía mover de nuevo, pero por muy poco, y todavía me sentía paralizado parcialmente. Me imaginé a mi proyectado matrimonio aún estaba fuera, pero regreso sería muy pronto. Sabía que si yo fuera él, o más bien, si yo, que era, o yo, o yo, o es (Cualquiera que sea la gramática correcta para esto es). Me relajé, confiando en mí mismo, y se aclaró mi mente para hacer la reentrada viene fácil.

Astral Física

Mi doble proyectado regresó unos minutos después de salir, deslizándose en silencio a través de la pared y en el cuarto. El / me acerqué a mi cuerpo físico, sintiendo en el último momento como si / I estaban siendo absorbidos por ella. Mi aspecto físico se dio cuenta de su proyectado matrimonio de retorno cuando el sentimiento de la presencia tangible y la tensión empezó de nuevo

Unos segundos más tarde, mi aspecto físico sintió una oleada de hormigueo en mi cuerpo energético como proyectada doble volvió a entrar y reintegrados a su cuerpo físico. El aumento de hormigueo de energía se inició en las piernas y rápidamente se apresuraron a través de mi torso (un goteo, sensación de hormigueo tipo de excitación de la sensación de energía) de la ingle a través de mi corazón

La diferencia en mis recuerdos, desde el momento en mi empresa había dos aspectos separados pasado, de repente desapareció. Ahora tenía recuerdo lleno de ambos lados de la última parte de la experiencia, la más reciente parte. Debo decir, es una cosa muy extraña de tener dos pares de memorias para un período de tiempo solo, pero pronto se acostumbra a ella.

El punto de separación

La experiencia de la mente dividida, tal como se indica más arriba, y los experimentos controlados muchas que he hecho similar a esta, indican que cuando el proyectado matrimonio deja el cuerpo físico que lleva consigo una completa copia de todos los recuerdos hasta el momento exacto de la mente-split. A partir de ese momento, el cuerpo físico prevé duplicar sus registros propios recuerdos de forma totalmente separada.

El cuerpo físico también continúa grabando su propio conjunto de recuerdos después del momento de separación - los recuerdos de una existencia continua e ininterrumpida en el físico del cuerpo etérico después de un intento de proyección al parecer, no. El cuerpo físico no tiene más contacto o forma de saber lo que está sucediendo a su proyectado matrimonio después de que el momento de la separación.

Cuando la mente-división se produce, hay una ruptura muy clara en la conexión entre lo físico

cerebro y su copia proyectada, como si un interruptor se había tirado. Muchos proyectores escuchar una determinada

23

----- Page 25-----

Haga "clic" en el momento de la separación, que suena muy parecido a un interruptor de luz que se produce. Esto puede ser un síntoma de la mente-split ocurriendo.

Ambos aspectos físicos y proyecta continuar registrando dos conjuntos completamente independientes de recuerdos, en dos corrientes ininterrumpida, por separado e independientemente, hasta la reintegración. Si el descarga de los recuerdos sombra proyectada de doble (en un nivel de acceso del cerebro físico) no se realiza correctamente, la mente física / etérico no tendrá manera de saber que nunca tuvo una proyección su lugar. En este caso, sólo los recuerdos de el aspecto físico / etérico se mantendrá. Esto es lo que normalmente ocurre después de un intento de proyección al parecer no, los síntomas cuando exista una relación de proyección- se han experimentado, por ejemplo, las vibraciones, latidos rápidos del corazón, y la caída de la sensación, pero es un OBE no experiencia, se dio cuenta, ni recordar, después de ese momento.

En la reintegración, la mayor conjunto de memorias para el mismo período de tiempo - por lo general el lado físico / cuerpo etérico de la experiencia, sus pensamientos y los sueños - se convierte en la memoria corriente de retenido y registrado en el mecanismo del cuerpo físico para el almacenamiento permanente, el cerebro humano. Esto se debe a los recuerdos de lo físico / cuerpo etérico se graban automáticamente por el físico cerebro a medida que ocurren, por lo que recuerdo la sombra de la memoria, por naturaleza, una proposición bastante difícil.

Si el proyectado matrimonio no logra impresionar a sus recuerdos en gran medida de la sombra cerebro físico durante la reinserción, o si el cerebro físico es poco receptivo, sus recuerdos sombra por lo general no hacen ninguna impresión sensible en absoluto. De este modo, se pierde eficacia a la mente consciente.

la pérdida de la sombra de la memoria es mucho menos probable si el físico y la mente etérico trabaja con sus proyecciones dos antes, durante y después de su reintegración. Esto es parte de la razón por la que recomendamos la gente a mantener sus proyecciones ultracortos temprano, ya que esto aumenta sus posibilidades de recuperación de su memoria la sombra durante la reintegración.

Astral de votos

Como lo demuestra la experiencia por encima de división mente-, comentarios astral puede producirse si la mente física / etérico se conecta con su propia mente en tiempo real durante una proyección. retroalimentación directa astral es un poderoso fenómeno energético, telepática que, si se permite que continúe por mucho tiempo, podría muy posiblemente causar daño psicológico, energético y físico hasta el cerebro. retroalimentación directa astral es como

obligando a la mente humana para comprender el infinito real - lo ilimitado del que ninguna mente humana es capaz de comprender.

Fig. 3. La memoria de doble corrientes de la mente dividida, de la separación a la reintegración, que muestra la sombra no

descarga de memoria.

24

----- Page 26-----

regeneración completa astral, como se muestra arriba, parece ocurrir sólo cuando tanto física como proyecciones dobles totalmente despierto y se centró directamente el uno al otro, al mismo tiempo. Esto puede ser fácilmente evitar no mirar demasiado de cerca a sus cuerpos físicos o proyectadas, ya sea de aspecto, durante una proyección. Si esto sucede, sin embargo, comentarios astral se puede romper fácilmente cuando por primera vez comienza con sólo cambiar la atención de la proyectada doble de distancia de su cuerpo físico y dejando el área inmediatamente.

Pero las sensaciones energéticas que presenta la reinserción de la doble proyectada con su físico cuerpo son muy importantes a la sombra de recuperación de la memoria cuando se trabaja con la mente dividida. Todos los razonablemente proyectores competentes en tiempo real puede volver a crear una experiencia completa-mente dividida con astral comentarios, siempre que puedan mantener su físico aspecto etéreo despierto el tiempo suficiente después de la salida, y si se puede usar la habilidad de ver en tiempo real para realizar los ajustes necesarios visuales / conexión telepática. Este proporcionará pruebas de primera mano de la mente-split y sus efectos de largo alcance.

En resumen, comentarios astral tiene tres aspectos principales:

1. conexión telepática: Resultados Astral comentarios de la física y la mente etérico y en tiempo real

centrándose directamente el uno al otro durante una proyección, formando una directa de dos vías, lo que refleja, composición, e increíblemente fuerte conexión tele-pático. Esto es algo así como el

efecto infinito que se obtiene cuando usted tiene dos espejos frente a frente. Cada espejo (o la mente) refleja un reflejo de su propio reflejo (mente idénticas) y los compuestos de este nuevo y sucesivamente hasta el infinito.

2. Conexión visual: Cuando el físico y la mente etérico está despierto durante una proyección, por lo general

ganancias de un cierto grado de tiempo real o la visión astral. Esto le permite ver dentro de la zona en tiempo real a su alrededor, haciendo posible que para ver su propia proyectada doble. Esto en sí no presenta

verdadero problema a menos que el doble proyectado mira a él. A continuación, empezar a ver a través de

los ojos del otro, y esto causa un vínculo que refleja visual que comienza en la composición

infinito, junto con sus pensamientos y sentimientos. Un directo de dos vías de conexión visual aparece

necesarias para hacer comentarios astral. Este es un fenómeno muy preocup

ante y no

recomendamos que pruebe que durante más de unos segundos a la vez.

3. Conexión Emocional: La emoción también puede formar parte de comentarios astrales, como antes, pero se

más a menudo causan un tipo diferente de información sobre el nivel emocional solo. Emocional comentarios, que no parece requerir una conexión telepática o visual, es bastante

diferentes de los comentarios del astral. No causa el efecto nauseabundo de misma reacción, pero

puede afectar el desarrollo físico / cuerpo etérico y su proyectado matrimonio con fuerza bastante. El miedo, la ansiedad,

la ira, la emoción, y el instinto sexual - especialmente en urgencias primarias como el miedo y el sexo - todas

tener componentes emocionales muy fuertes que pueden causar sobre todo emocional muy fuerte

retroalimentación entre lo físico / etérico y en tiempo real, y los cuerpos astrales. Si no se tiene en cuenta

y primario controlado, insta puede reflejar un lado a otro, creciendo en fuerza y

composición. Esto puede causar problemas enormes para un proyector de incautos.

OBE éxito y el fracaso

Aparte de mi propia experiencia de proyección amplia, también he tratado con una enorme cantidad

de historias de casos durante mis años de consulta en Internet. En este tiempo, he tratado con una gran

muchos casi proyección experiencias que me envió proyectores que parecen estar haciendo todo lo

derecha. En la mayoría de los casos, que han aprendido y practicado las habilidades y técnicas necesarias, pero mantener

en su defecto la salida. Todo va bien hasta el momento en que la separación debe ocurrir: se sienten un

cayendo o flotando la sensación, entonces no pasa nada ... nada de nada. Toda la experiencia termina ahí.

Todas las sensaciones relacionadas con la proyección-se desvanecen. Esto por lo general les deja borrosa, fuertes, y algunas veces

aunque sea parcialmente paralizada - aunque no más que un buen nivel de trance.

La mayoría de la gente está tan cansado y decepcionado por su intento de proyección al parecer no que

acaba de rodar una y otra ir a dormir. Ellos creen que simplemente han fracasado

... una vez más. (¿Le suena

familiar?) Pero en la mayoría de casos como éste, la propia proyección ha sido todo un éxito.

Para conciliar el sueño es lo último que debe hacer después de que el proyectado matrimonio ha hecho su salida. Un

sueño ligero no causa demasiados problemas, siempre y cuando el matrimonio proyectado no mantenerse al margen por

demasiado tiempo. Un sueño profundo, sin embargo, hace un montón de problemas. El proyectado matrimonio siempre debe

plan para volver a entrar antes de su físico / cuerpo etérico cae en un profundo sueño

Una vez que la mente física / etérico cae en un sueño profundo, el proyectado matr

imonio no puede ser capaz de reingresar a su cuerpo físico en ese momento. A dormir profundamente físico / cuerpo etérico es, al menos, incapaz de responder a las sensaciones causadas por su energética volver proyectada doble. Si no lo hace reconocer los síntomas de la reentrada y la reintegración, no puede ayudar a recuperar la sombra recuerdos. Puede despertar de repente después de la reintegración, pero puede que no sea capaz de recordar cualquier recuerdos de proyección - por lo general no.

Las sensaciones energética causada por el regreso proyectado dobles son muy distintas y notable, si usted sabe lo que son y son lo suficientemente despierto para que se sientan. Estas son extremadamente importantes. Pueden ser utilizados con gran efecto para capturar recuerdos sombra en el momento preciso de reintegración, cuando son más fuertes. Un despierto o sólo muy ligeramente dormir físico / mente etérico permite descargar mucho más fácil y más confiable memoria de la sombra durante el complicado fase de reintegración al final de una proyección.

El proyectado matrimonio no podrán reingresar a su físico / cuerpo etérico a menos que esto es parcialmente despierto, o sólo muy ligeramente dormido y despierta con facilidad, para permitir la plena reintegración y una sombra éxito descarga de memoria. Si el cuerpo físico / etérico y la mente han caído en un profundo sueño, el proyectada doble puede realizarse fuera de los límites de la física / cuerpo etérico hasta que se despierta y causas de reintegración que se produzca a través del acto de despertar.

Así como un cuerpo parcialmente durmiendo o en trance físico y la mente son necesarios para la proyección de se producen, por lo que un cuerpo y la mente, al menos parcialmente vigilia son necesarios para la reintegración a ocurrir. En la parte superior de esto, si se mantiene la doble proyectado fuera de su cuerpo por mucho tiempo en algún punto de perder el control y empiezan a caer dormido en sí. Cuando el cuerpo físico, finalmente se despierta, no puede ser - si acaso - sólo un borroso recuerdo pendiente de cualquier proyección, a menudo mezclados con fragmentos de los sueños.

La ignorancia de la mente-split, proyección y recuperación de la memoria sombra es la principal causa de proyección de error de memoria. Si el efecto de la mente dividida se tenga en cuenta, sin embargo, puede ser hecho a los proyectores obra con, no contra ellos. proyección fuera del cuerpo, en sí mismo, es razonablemente fácil para aprender. La mayoría de la gente puede aprender a proyectar con un mínimo de entrenamiento y esfuerzo. Muy pocos, sin embargo, recuerdo sus proyecciones, aunque lo más probable tener éxito durante muchos primeros intentos.

El trabajo con o alrededor de la mente-split, para recuperar recuerdos sombra, es la clave del éxito

OBE. En la mayoría de los casos, no es una técnica de proyección del proyector o habilidades que hacen que la proyección fracasos, pero el fenómeno de la mente-split sí mismo.

proyectores con éxito puede dudar de mis teorías sobre la mente dividida y su amplia afecta en todos los aspectos de OBE, porque siempre han experimentado una continuidad única de la memoria durante OBE - los pocos que recuerdan, lo que es. Ellos recuerdan conscientemente su sal

ida del cuerpo con sus
la memoria permanente para grabar en una sola corriente y aparentemente intacta.
Esto les da la viva
impresión de que se han dejado su cuerpo físico (y que tienen, en cierto sentido), p
ero
no prueba que han dejado completamente vacío.

Se podría decir: "¡Oye, me acordé de mi proyección y toda mi mente se vino con
yo, amigo! Salí del coche y viajó e hizo algunas cosas muy limpio, y luego regresé a m
i cuerpo y
recordaba todo esto, tan simple como eso, como cualquier memoria normal ". Sin e
mbargo, les pido que esto, realmente
sucede tan simplemente como todo esto? No habilidad pobres, la capacidad natural
de los pobres, y la técnica de proyección pobres
realmente cuenta para el índice de fracaso muy altos asociados con la proyección con
siente de salida? No
creo que sí.

Es más lógico considerar que cuando una proyección de todo se recuerda desde la sa
lida a la reentrada,
la memoria se ha limitado continuó grabando en una corriente ininterrumpida al par
ecer en toda la
proyección, de principio a fin. Los proyectores son conscientes de que los recuerd
os se han limitado a la sombra
sobrescribe el físico / cuerpo etérico los recuerdos de ese período de tiempo. La ment
e dividido todavía se produjo,
pero estaba completamente desapercibido. Esto proporciona una sola memoria, apar
entamente inquebrantable, de una proyección
desde el momento de la separación de reingreso - una secuencia de memoria única para
un solo período. En este
caso, simplemente han perdido el aspecto físico de la experiencia, en lugar de per
der la proyección
secundarios.

26

----- Page 28-----

Proyección mixta / Sueño Recuerdos

Comprensión y teniendo en cuenta la mente-split nos lleva un largo camino haci
a la explicación de un
proyección de gran número de problemas de sueño y la memoria. Lógicamente, de dos o más co
n conjuntos de memoria para un
solo período, las partes más fuertes que forman el conjunto de memoria dominante. Es
tos formarán la final
arrugas en el cerebro físico, por así decirlo, en sustitución de los más débiles. Si hay e
lementos fuertes en
cada conjunto de memoria, sólo fragmentos de las partes más fuertes pueden ser reten
idos.

Contando las copias básicas refleja el efecto creado por la mente dividida: (1
) sueño de la mente, (2) etéreo
mente, (3) cuenta en tiempo real, y (4) mente astral, tenemos el potencial para
tres distintas divisiones de la mente
se producen entre estos ejemplares: uno interno y dos externos. Esta lista no in
cluye nada sobre
el cuerpo astral.

Tenga en cuenta que el cuerpo despierto físico y la mente se convierte en el c
uerpo etérico / mente antes de que la mente
divide ocurrir. Así que el cuerpo físico y la mente no se cuenta como una entidad se
parada en la lista de abajo. Esto es
porque cuando el cuerpo físico y la mente está en el estado despierto, todas las cop

ias refleja arefully integrada

y contenía en su interior - es decir, que no existen en este estado.

[Líneas de tiempo (memoria arroyos) se muestran a continuación como -->--->]

----->----->

1. Sueño de la mente (que se refleja copia). Primera grabación ininterrumpida se cuencia de memoria.

Mente-Split # 1 - Split Interior

----->----->

2. Etérico mente (copia maestra). En segundo lugar de la memoria de grabación in interrumpida corriente.

Mente-Split # 2 - Split externos

----->----->

3. mente en tiempo real (que se refleja copia). En tercer lugar de la memori a de grabación ininterrumpida corriente.

Mente-Split # 3 - Split externos

----->----->

4. mente Astral (que se refleja copia). En cuarto lugar de la memoria de gra bación ininterrumpida corriente.

La muestra por encima de cuatro por completo la memoria corrientes separadas al mismo tiempo que se registró un período de tiempo solo durante una OBE. Estos se registran por cuatro copias idéntic as de la misma mente, cada existentes de forma independiente en un plano dimensional diferente. El fon do aquí es que el la memoria final cerebro físico para un período de tiempo solo durante un OBE (que a rruaga final) puede venir de más de una fuente. Cualquiera o todas las de estos cuatro aspectos se refleja d e la misma mente puede contribuir a esta memoria final.

Un punto importante a tener en cuenta es que el cuerpo etérico / mente está tan estrechamente enredado con la cerebro físico que le cuesta mucho menos guardar sus recuerdos en él. Esto, en sí mism o, puede causar sombra de los problemas de capacidad de memoria. Durante el estado de trance, po r ejemplo, el centro del pensamiento cambios de conciencia en el cuerpo etérico, permitiendo así que el cuerpo físico para conciliar el sueño. Sin embargo, si la mente etérico se desvela en el estado de trance, es capaz de grabar un único inin terrumpida de memoria directamente en corriente mecanismo de almacenamiento del cerebro físic o.

Etérico cuerpo / mente recuerdos registrados durante el estado de trance conti nuar en un solo ininterrumpida memoria de la corriente. Estos recuerdos se registran directamente en el cerebro físico, que, por lo tanto, no puede permitir que el proyectado matrimonio de interferir con los recuerdos g rabados previamente. Esto involucrar a sobrescribir memoria previamente registrada y almacenada (memoria r eal) con otro memoria para el mismo período. Esto puede ser inaceptable para la memoria del cere bro físico de mecanismo de almacenamiento.

----- Page 29-----

Si la proyección se produce durante el estado de trance, y la mente etérico permanece completamente despierto durante algún tiempo después de la salida, el reingreso es crucial y debe ser manejado de manera inteligente para capturar y descargar el proyectada doble de recuerdos sombra delicada en los niveles de acceso del cerebro durante la reintegración. Pero los recuerdos de proyección son generalmente más fáciles de recuperar de un estado de trance o semitrance que si lo físico / etérico mentes se les permite entrar en el estado de sueño profundo.

Mente Superior-nivel-Splits

Mi experiencia indica que el aumento de los cuerpos sutiles, que operan por encima del nivel astral, puede sufrir procesos similares división mente-, y tienen propiedades similares, como sus contrapartes más bajo. Estos, Sin embargo, funcionan a muy alta y niveles más abstractos de la conciencia. No me refiero a deliberadamente a complicar las cosas aquí (creo que he hecho lo suficiente de ese hecho), pero como yo soy aficionado a la diciendo: "Cuanto más se aleje el universo físico, dimensionalmente hablando, el más todo lo extraño y complicado muy pronto se convierte en ".

Esto demuestra, creo, las enormes dificultades inherentes a la proyección en niveles dimensionales por encima de los planos astrales, y de recordar a este después del hecho. Se va un largo camino hacia la explicación de por qué las proyecciones en las dimensiones mentales y superior son prácticamente desconocidos. Y, no olvidemos que también estamos tratando con varias copias de la mente subconsciente, y varios estados alterados de la conciencia.

Creo que es suficiente para hacer frente a sólo el estudio de los niveles más bajos de la mente-split y de sus efectos sobre la OBE y el almacenamiento de memoria de la sombra. Los niveles más altos se puede descartar por ahora. Cualquier cosa por encima de los planos astrales es bastante a cabo la mayor parte del alcance de la mayoría de los proyectores de todos modos.

Los problemas de la reintegración y la recuperación de la memoria sombras aparecen sobre todo a la preocupación de los dos primeros mente se divide. Estos, sin duda, causa problemas similares con niveles más altos de la proyección. Todos los recuerdos de la proyección, no importa en qué nivel se ganó, con el tiempo debe ser descargado en el cerebro físico de la misma manera, con el fin de formar una memoria, en el nivel de base de la conciencia.

Las complicaciones planteadas por romper el efecto toda la mente dividida de principio a fin se asombroso. Aunque sin duda es algo a considerar, es definitivamente material dolor de cabeza y no totalmente pertinentes a los niveles normales de la proyección.

----- Page 30-----

4. Las complicaciones de la Conciencia

Un examen más detallado del efecto de la mente dividida lleva a Avery concepto interesante: que la mayoría de la gente probablemente tener éxito en la proyección consciente de salida cuando lo intento, incluso en muy los primeros intentos. Aquellos que intentan OBE y sentir los síntomas relacionados con la proyección, como el peso de trance, las carreras de latidos del corazón, las vibraciones, punta del torso, etc, son muy probablemente con éxito la proyección de cuerpo. Ellos simplemente no son conscientes de ello en el momento, y no por lo que recuerdo después debido al efecto de la mente dividida y los problemas de la sombra de recuperación de memoria.

Una teoría popular es que los proyectos de cada uno hacia fuera todas las noches a jugar y explorar y aprender y hacer todo tipo de cosas espirituales limpio, como si fuéramos las nutrias astral del universo. Entonces, ¿por qué el 99 por ciento de la gente no tiene recuerdos de todo tipo de fuera de la existencia del cuerpo? ¿Dónde están los recuerdos de todas estas experiencias fuera del cuerpo perdido? Si la media de proyectores de recordar uno de cada proyección de un centenar, a continuación, seguramente durante la proyección un éxito que tendría algo de memoria de las noventa y nueve olvidado experiencias? También es muy común que los proyectores para convertirse en mitad de conocimiento a través de proyecciones astrales plano, omitiendo la parte de salida y la primera de la proyección del todo. Sin duda que sería a continuación, tienen algún recuerdo de lo que habían estado haciendo durante el primer semestre de su experiencia? El sencillo la verdad es que nunca lo hacen.

Si usted ha estado en la dimensión astral durante una hora, y de repente se sabe que está en el astral, que nunca tiene recuerdo de lo que has estado haciendo durante la hora antes se dio cuenta. En cierto modo, esto es como despertar en el astral y teniendo el cuerpo astral, que parece haber estado operando de forma independiente hasta ese momento. El recuerdo de lo que había estado haciendo durante la última hora se pierde a partir de ese momento. Si estos síntomas de la todavía otra reintegración cuerpo sutil y el problema de la sombra de recuperación de memoria, sino en el nivel astral?

La mente se llena de las posibles complejidades de las relaciones interdimensional del cuerpo sutil y los conflictos energéticos. Además, tenga en cuenta los problemas de compatibilidad que puedan surgir entre diferentes niveles de conciencia, diferentes niveles de comprensión, y compartir la memoria entre estos. Y no nos olvidemos de los problemas básicos de la reintegración y la naturaleza voluble de la sombra de una eventual memoria de descarga en el medio de almacenamiento permanente sólo comparten los cuerpos sutiles, se extendía entre todos los aspectos de la mente dividida: el cerebro físico humilde. Todo con experiencia de cuerpo eventualmente se deben descargar en el cerebro físico, en formato de base de datos y nivel de comprensibilidad, si se va a generar la memoria revocables.

Si examina historias clínicas, o ha experimentado este usted mismo, usted encontrará que cada proyección

partir desde cero, desde el principio, como si fuera la primera OBE. Proyectores nunca encuentran dispone de algún recuerdo permanente de tipo astral puertas de la vida, incluso si de repente cambiar a un proyección astral que ha estado ocurriendo por algún tiempo. Ellos recuerdan otras proyecciones con éxito, seguro, pero absolutamente nada de sus noventa y nueve fracasos, y todas las otras noches cuando acaba de caer dormido. Pocas personas del estado que su experiencia contradice esta hipótesis. Considero que los sueños y imaginación demasiado activa para dar cuenta de ellos.

Entonces, ¿qué le sucede a todas estas perdidos astrales y recuerdos de más alto nivel? ¿Se descarga en niveles inaccesibles de la mente subconsciente y se esconden en lugares donde hasta lo más profundo de la hipnosis no puede sacarlos? ¿Por qué una proyección exitosa conscientes de salida proporcionan vivos y recuerdos duraderos, mientras que las otras noventa y nueve proyecciones inconscientes no hacen nada?

Parece posible que una intrusión por el nivel de base de la conciencia (la mente física / etérico en su estado de vigilia normal) sobre las causas doble astral del doble astral nivel de conciencia a caer en picado. Esto hace que el nivel astral de la conciencia para volver a su forma más baja, su plena nivel integrado o base de la conciencia. El nivel más bajo y más grueso de una unidad de la conciencia aparece en todos los casos, ser mucho más fuerte que cualquier nivel superior o aspecto de esa misma conciencia unidad (unidad = conciencia a toda la persona o ser).

Cuando está presente, el nivel de base por lo tanto sustituye a cualquier nivel superior de conciencia y sobrescribe cualquier recuerdo adquirida de forma independiente por los niveles de conciencia en los niveles superiores. Esto es lo que creo que ocurre cuando los niveles superiores e inferiores de la conciencia reintegrarse en cualquier dimensión nivel o nivel de conciencia. El nivel de base más fuerte, simplemente reemplaza y sobrescribe el mayor nivel. La proyección continúa desde ese punto en el nivel de base de la conciencia y comprensibilidad, perfectamente sustituir recuerdos de mayor nivel de experiencia.

----- Page 31-----

Los recuerdos de más alto nivel todavía existen después de este evento, pero se maneja en niveles inaccesibles de la mente subconsciente y la memoria. El efecto general es que una proyección continúa de que momento como si acababa de empezar. Esto ocurre si se produce la reintegración en el extremo inferior de la escala (en el cuerpo físico de vigilia) o en un nivel superior, por ejemplo en el cuerpo astral, cuando el proyector de repente se da cuenta y se despierta en el cuerpo astral, proyección media. El más bajo nivel de conciencia siempre sustituye y reemplaza cualquier nivel superior de conciencia y efectivamente elimina todo rastro de sus recuerdos en el momento de la reinserción

Esto mismo parece suceder cada vez que durante la re-integración de los proyectados en tiempo real matrimonio con su contraparte física. El tiempo real de doble contiene las memorias de la experiencia de todos de sus aspectos más elevados dentro de ella. Todos los recuerdos de los niveles más altos de la existencia, por lo tanto generalmente se pierde, descargados en los niveles inaccesibles de la mente subconsciente y la memoria. Esto muestra que hay un problema inherente a la reinserción: descargar y almacenar recuerdos sombra en los niveles de acceso del cerebro físico. De forma predeterminada, los recuerdos de sombra debe ser accesible a nivel de base de vigilia conciencia, y se almacenan en formato de base de nivel, si han de ser reconocidos por el cerebro físico como recuerdos revocables.

Si bien creo que es poco probable como un proceso continuo en curso en todos los momentos de sueño, parece posible que el proyectado matrimonio y todos sus seres superiores pueden llevar una vida independiente mientras que están fuera de su cuerpo físico. Podrían ser, como se cree comúnmente, contínuamente recopilación de recuerdos experiencia que el nivel de base de la conciencia es no sólo al tanto. La cerebro físico no es capaz de almacenar y recuperar recuerdos de más alto nivel a menos que primero convertidos en formato simple de nivel básico. Como supongo que muy duro, yo diría que menos del uno por ciento de memorias de alto nivel de experiencia son potencialmente accesibles para el cerebro físico en el nivel básico de conciencia.

El gran factor limitante de vivir una existencia multidimensional sería la disponibilidad de energía a todos los aspectos superiores proyectados. Se necesita mucha energía para mantener la integridad de un solo proyectada doble. Haría falta mucho más, que requieren un alto nivel de desarrollo energético, mantener simultáneamente varias copias de la conciencia despierta en múltiples niveles dimensionales.

Los recuerdos de los niveles superiores de la conciencia ni siquiera puede estar en sintonía con lo que la física el cerebro es capaz de reconocer y almacenar recuerdos como viables. Este factor hace que las memorias completas de experiencias de alto nivel que se almacenan las profundidades de la mente subconsciente. Las únicas partes de alta experiencias de los que se pueden almacenar los recuerdos revocables son las partes del cerebro físico es capaz de reconocer y convertir en formato de base de nivel.

Creo que el factor de las cuentas por encima de los resúmenes metafórico, símbolos, imágenes y sentimientos que a veces recordaba después de OBE de alto nivel y los sueños, en lugar de más reconocibles tipos de memorias OBE y el sueño. Esto, si es cierto, va un largo camino hacia la explicación de lo abstracto y la naturaleza metafórica del EFC profética, visiones y sueños y por qué son tan difíciles de comprender e interpretar. El cerebro físico es sólo capaz de almacenar la capa superficial de alta recuerdos nivel de experiencia.

La fina capa superficial de los recuerdos que pueden resultar de experiencia

s de alto nivel son los físicos
cerebro interpretación de niveles más altos y abstracto de su propia existencia en d
dimensiones superiores,
mientras esté funcionando a un nivel proporcionalmente más elevado de conciencia en él
. He encontrado que
cuanto mayor sea el nivel de conciencia alcanzado, y el más alto es el nivel de la
s dimensiones proyectadas en,
la existencia más abstracta y metafórica se convierte.

Los sueños y los sueños lúcidos también puede verse afectada por las experiencias de
alto nivel. Alto nivel de experiencias
puede no ser capaz de descargar en los niveles de acceso de la memoria, sino que
se limitará la
mente sueño y afectar a su entorno y experiencias. Si estos sueños son recordados,
elementos significativos y profética a menudo se encuentran dentro de ellos. Esto
es muy similar en la causa
y el efecto en cuanto a cómo akáshicos episodios de pulso (véase parte 5) a menudo se
dejan tentadora fragmentos de
de alto nivel dentro de las imágenes abstractas metafórica recuerdos sueño normal. Deb
ido a esto, el
importancia de la memoria sueño de la ruta de la vida de todas las personas aquí en
la dimensión física
nunca debe ser subestimado.

Esto plantea la posibilidad muy real de que la proyección consciente de salida
provoca un cambio del nivel de base
de la conciencia (conciencia normal de vigilia) en un aumento de los cuerpos sut
iles. Esta puede ser la única
lo que permite a cualquier recuerdos de existir en los niveles que deben ser cap
turados y descargados en la
cerebro físico.

30

----- Page 32-----

Para siquiera comenzar a trabajar en torno a las complejidades de este event
o requiere graves enérgica, psíquica,
y desarrollo espiritual. También se requiere un replanteamiento importante del sis
tema de creencias de cualquier aspirante a alta
nivel de operador. proyectores de alto nivel tienen que aprender a manejar todas
sus experiencias como un niño muy pequeño
haría, sin ideas preconcebidas o prejuicios. Tienen que aprender a ver con los ojo
s de un niño.
Con este fin, su sistema de creencias debe ser recortado para incluir sólo lo que
pueden hacer
ellos mismos, y lo que han experimentado por sí mismos.

Cada experiencia debe aceptarse simplemente, como un niño, y no interpreta o e
xplica
y excesivamente a la muerte de acuerdo con cualquier sistema de creencias o dogm
as, como los adultos a menudo tienden a
hacer. Un sistema de creencias excesivamente o defectuosa no sólo persianas solici
tantes de alto nivel, también con eficacia
bloquea su ascensión a los niveles más altos. Realidades superiores dimensiones simp
lemente no se puede experimentar
si estas realidades son contradictorias con el sistema de la fundación de la propi
a solicitante de la creencia.

Esto ayuda a explicar algunas de las enormes dificultades encontradas cuando
se trabaja en dimensiones
niveles por encima de los planos midaantral. Parecería que una salida plenamente co
nsciente del cuerpo físico
sería el requisito más básico para la proyección consciente de alto nivel. Un cambio tot

almente consciente
en el cuerpo astral, y de allí a los planos astrales de alta, y desde allí en el cuerpo mental
y los planos mental y así sucesivamente, también parecen ser los requisitos básicos para operar en los niveles dimensionales.

Estos requisitos básicos pueden ser la única cosa que permite a los proyectores conscientes de traer de vuelta algo parecido a los recuerdos reales de los niveles superiores, incluso si éstas son sólo las capas superficiales de esos recuerdos. Memorias adquirida por el nivel de base al funcionar a un nivel más alto puede ser reconocido por el nivel de base de la conciencia. Tenga en cuenta que esto no superará las dificultades encontrado con alto nivel de imágenes metafóricas abstracta natural a todos los niveles de existencia superior que el nivel de base de la conciencia. De alto nivel recuerdos capa superficial-almacenados en la base a nivel de formato seguirá siendo abstracto y difícil de entender por el nivel de base de la conciencia.

5. Astral vista

En el cuerpo en tiempo real o de la vista astral es una capacidad del cuerpo sutil que permite ver a través de proyectores los párpados cerrados, e incluso a través de mantas pesadas (ver capítulo 1). Proyectores con frecuencia nota de este fenómeno durante el prelude de la EFC y durante los episodios de parálisis del despertar. Esto también puede ocurrir durante el estado de trance solo, debido quizá a la generación interna de los parciales en tiempo real proyectables doble.

El cuerpo etérico, mientras que pega firmemente en el cuerpo físico, también parece capaz de desarrollo independiente en tiempo real y capacidades de visión astral, bajo las circunstancias adecuadas. Se trata de un la complejidad del efecto de la mente dividida que ocurre más comúnmente después de que el proyectado matrimonio ha hecho su salida, y durante los episodios de parálisis del despertar.

La calidad de estas habilidades es extremadamente variable. Parecen depender de bioenergéticos desarrollo, y en la habilidad natural. Muchas personas, cuando experimentan la vista en tiempo real en el cuerpo, lo no se dan cuenta de sus ojos físicos son en realidad cerrada en ese momento, o que están viendo a través de sus colchas, a menudo en una dirección lejos de donde su cuerpo físico es en realidad que se enfrentan.

Parece que hay más en tiempo real y de la vista astral de lo que parece - si se le permite el juego de palabras terribles. Puede parecer que el resultado de una parte de un cuerpo sutil asomándose desde dentro de los límites del cuerpo físico, pero los cuerpos sutiles no contienen funcionamiento de órganos de los sentidos, ni funcionamiento copias de órganos de los sentidos (véase el capítulo 7). Todo lo que se ve de esta manera se describe mejor como directamente percibido por la mente y los sentidos del cuerpo sutil que se trate. El etérico y real

órganos de tiempo, una vez generados internamente y parcialmente liberado de las limitaciones de su físico cuerpo, son capaces de percibir energía directamente y de interpretarlo de una manera visual.

Mientras que la separación es aún sólo parcial, las acciones cerebro físico percepciones del cuerpo sutil es. Bajo esta circunstancia, fuera de la vista del cuerpo es compartida simultáneamente con el centro de la vista de la cerebro físico. Por tanto, es percibida como si se ve a través de los ojos del cuerpo físico. Estas percepciones visuales, aunque técnicamente experimentado fuera del cuerpo, la causa inmediata de recuerdos se forman en el cerebro físico. En cierto modo, se puede decir que fuera de la percepción del cuerpo y la memoria de la sombra sharingis llevando a cabo, provocando una visión directa y la entrada de memoria en el cerebro físico.

A distancia de proyección de ojos

proyección a distancia de ojos es un término que uso para otra complicación de la conciencia y de la mente dividida. Un punto remoto de la conciencia puede proyectar fuera del cuerpo físico sin ningún tipo de proyección normal que es detectado e incluso parecía tener lugar. En ocasiones, esto sucede espontáneamente a una persona despierta, pero muy cansados, pero también puede ocurrir durante el estados de sonambulismo o profundo trance. Accidental proyectores a distancia de ojos son siempre muy cansado y colgando a la derecha en el borde del sueño, lo que obligó mismos para mantenerse despierto. (No es normalmente otra persona que participe, manteniendo la distancia del proyector de ojos despiertos.)

La persona cansado de repente ve una visión de una escena a distancia con mucha claridad, como si con discapacidades físicas los ojos. Esto suele ser un tiempo real de la escena bastante cerca de la ubicación real del proyector en el mundo real. proyectores remoto de ojos suelen ser, aunque no siempre, capaz de ver en todas las direcciones a la vez. Ellos son También suele ser consciente de tener cualquier tipo de cuerpo o la mente en la localización de sus ojos a distancia, aunque que sean plenamente conscientes de su cuerpo físico y sus alrededores. También suelen tener sólo influencia limitada sobre el movimiento de su aspecto distancia de ojos, en su caso.

Nótese aquí que la proyección a distancia de ojos se produce mientras el cuerpo físico y la mente está despierta y funcional, aunque sólo fuera por poco. El cuerpo físico es todavía capaz de movimiento lento, incluso de pie y caminar e ir al cuarto de baño - especialmente si el proyector tiene algo de experiencia que operan en el estado de completo trance. El habla es posible, pero requiere esfuerzo y es arrastrada por lo general. Sin embargo, los proyectores son completamente capaces de hablar y de dar un comentario de funcionamiento de la los movimientos y las percepciones de su aspecto distancia de ojos - si es que pueden permanecer consciente el tiempo suficiente para hacerlo. La vista desde sus ojos a distancia pueden aparecer y desaparecer, especialmente si los proyectores a distancia de ojos intento de llevar a cabo cualquier actividad que requiera más de atención parcial.

proyecciones a distancia de ojos son menos dramáticos y por lo tanto, menos comúnmente asociadas con OBE de
son normales proyecciones espontánea, pero que no son precisamente una rareza. Ellos son causados, creo que, por

32

----- Page 34-----

la proyección de una versión muy baja potencia de lo real-el doble de tiempo, con una mente apenas perceptible-
división. Una versión débil de lo real-el doble de tiempo se proyecta, o más acertadamente expulsado, de una muy
cansado cuerpo físico y la mente que, literalmente, no puede mantenerse unida por más tiempo. La
ojo a distancia (proyectada para dos personas) será, si el esfuerzo se aplica, se encuentra a responder con lentitud a la voluntad de
el proyector a distancia de ojos despiertos. Esto es más de una influencia de un control. Si se deja solo, el
aspecto distancia de ojos continuará moviéndose, cambiando de dirección e incluso vuelan a veces,
completamente bajo su propia iniciativa. Este último factor indica claramente que el aspecto distancia ojo
su propia copia de la mente, aunque tal vez una copia más débil o el reflejo del original.

El efecto de la mente dividida es evidente aquí. Proyectores claramente se perciben como existentes en
dos lugares diferentes al mismo tiempo. Ni el aspecto es consciente de los demás los pensamientos y astral no
comentarios se desprende entre ellos. Este acierto se puede llamar un tipo efectivo de fuera del cuerpo
experiencia, aunque el proyector es plenamente consciente de estar dentro de los límites del cuerpo físico a
todo momento.

La siguiente es una proyección a distancia típica de ojos:

Ya es tarde y estoy muy cansado. Mis ojos arden con la sequedad y la sensación como el plomo y tengo la fuerza
que se queden abiertos. La habitación está poco iluminada, con sólo un poco de luz de la luna que entraba por la ventana. Puedo
sólo distinguir las formas oscuras de los muebles de la habitación a mi alrededor. Mi cuerpo está cargado de
síntomas trance. Si me paro, me siento como si estuviera caminando sobre almohadas grandes, suaves, y casi no puedo sentir mis piernas
en absoluto, aunque sé que todavía están allí y todavía se pueden utilizar si lo intento. Me siento un cosquilleo hueso de profundidad
física a lo largo de mi cuerpo cada vez que mover alguna parte de ella. Mi inclinación brevemente los ojos cerrados, y
de repente me doy cuenta de ver con claridad desde un punto remoto de vista fuera de mi cuerpo. Mi remoto
aspecto de los ojos está flotando en el camino cerca de mi casa.
Puedo ver en todas direcciones a la vez. Todavía estoy al tanto de escuchar a mi amigo hablando, y de
murmurando una respuesta corta aquí y allá, cuando se le solicite. Todavía puede hablar y mover mi físico
cuerpo, después de una moda. Si me tire juntos, tomar una respiración profunda y obligando a mi atención de nuevo a
la habitación y la conversación, mi vista a distancia y el de la sala a mi alrededor parpadea hacia atrás y
etc. Cada vez que esto sucede, aparece una sensación de hundimiento en el

estómago y el pecho, como la sensación de que se obtiene cuando su avión golpea una bolsa de aire. Esta es la misma sensación que se obtiene cuando la proyección comienza reflejo en arrancar, justo antes de la separación del cuerpo físico o de su proyectado matrimonio.

Puedo sostener este punto de vista visual a distancia si relajarse y concentrarse en él con los ojos cerrados, pero puedo véase también la misma opinión, superpuesta a la oscuridad, aunque no tan claro, si mis ojos la deriva abierto. Mi vista remota es exactamente lo que yo experimentaría si estuviera en realidad proyección en tiempo real.

No estoy realmente allí, pero yo estoy viendo desde allí. Si me dejo un poco demasiado profundamente hacia el sueño, me siento cambiar a la ubicación remota, dentro de mi cuerpo en tiempo real. Cuando esto sucede, mi mente me acompaña.

Puedo cambiar de nuevo a mi cuerpo físico otra vez si me toca el amigo de mi brazo o me habla.

Si bien enfocado en mi aspecto distancia de ojos, se siente como estoy conectado a algo así como un vuelo cámara de televisión a distancia, y mis ojos son pequeños aparatos receptores de televisión de la vista desde allí. El control de mi aspecto distancia de ojos es difícil, pero lo que sí parecen tener una ligera influencia sobre él.

Este tipo de experiencia por lo general ocurre de manera espontánea, pero ha tenido cierto éxito volver a crear las condiciones necesarias y causando deliberadamente. Si no estoy con otra persona que se instrucciones para mantenerme despierto, por lo general se desplazará en la proyección a distancia de ojos con bastante rapidez. Se trata de un estado muy delicado equilibrio y difícil de sostener por mucho tiempo, incluso con ayuda. Si yo dejarme dormir, la experiencia siempre se convierte en una proyección en tiempo real al sin separación notable o salir sensaciones.

En mis proyecciones a distancia de los ojos, nunca he experimentado la parálisis de vigilia, sólo física pesadez y lentitud. Siempre he sido capaz de pensar, hablar y mover mi cuerpo físico, aunque muy lentamente.

Es muy posible que las proyecciones a distancia de ojos implican un tipo diferente, nivel o intensidad de la en tiempo real proyectada doble de lo que normalmente genera durante una OBE. Esto puede ser más como un real tiempo refleja doble, en lugar de un tiempo real proyectada doble. También es posible que cuando el cuerpo físico se vuelve cansado, se genera internamente débil en tiempo real las veces de su desnudo requisito mínimo para que el nivel de cansancio. Esto entonces se sale si el cuerpo físico se lleva a cabo semiawake durante demasiado tiempo.

Por otro lado, si las derivas cuerpo físico en el sueño por sólo un breve segundo o dos, mientras que en este estado muy cansado, se produce una salida de proyección. Esto puede explicar la falta de salida relacionadas con el sensaciones, o la falta de memoria de ellos. La mente de división es muy evidente en este caso, con la conciencia que residen tanto en el cuerpo físico / mente y su proyectado matrimonio, al mismo tiempo. Cada uno de los actos

----- Page 35-----

independientemente unos de otros, con el cuerpo físico que reciben con el mando a distancia de ojos visual algo así como la entrada de segunda mano. El centro de la conciencia parpadeo de ida y vuelta entre

estos dos aspectos también muestra el fuerte vínculo íntimo y entre ellos.

La conexión visual entre el cuerpo físico y despierta su aspecto distancia de ojos es más probable siempre a través del cordón de plata, como por cualquier otro tipo de proyección, pero el centro de la frente es también muy probable que participan aquí. El despierto pero trance físico / mente etérico se puede considerar como la recepción de una tipo de control remoto de ojos, de difusión en tiempo real la visión de su proyectado o matrimonio, a través de su cordón de plata. Si estoy aquí mismo, esta visión se recibe y se ve por el físico y la mente etérico en el ojo de su mente, de una manera muy forma similar a como normales visiones clarividentes mind's de ojos se ven.

Este tipo de experiencia también apoya mi teoría de que la copia original del cuerpo físico de la conciencia permanece firmemente en el interior del cuerpo físico, pero es energéticamente relacionada con su proyectado aspecto en todo momento. Esto sugiere que cualquier otro tipo de fuera de la proyección del cuerpo se encontró que las propiedades básicas similares, aunque no sea tan evidente ni tan bien percibido.

proyección a distancia de ojos también añade peso a mis teorías sobre el efecto de la mente dividida, que puede OBE ocurrir en cualquier momento durante el estado de trance, a menudo sin ser notado. La mente físico / etérico vela, y funcional, pero sigue siendo totalmente consciente de que una proyección se encuentra en pleno desarrollo. Este a menudo, en mi opinión, pasa a la gente durante la meditación, generalmente sin que sean conscientes de ello en el tiempo.

Hay algunos otros, más sutiles, los factores que contribuyen en el trabajo durante una proyección a distancia de los ojos. Cuando la gente está muy cansada, sus ondas cerebrales lentas y sus cuerpos físicos se sienten pesados, difusa y lenta: Estos son los síntomas clásicos de estado de trance. trance completa es el estado ideal no sólo para la proyección, sino también para las visiones clarividentes.

El esfuerzo de voluntad y la fuerza mental necesaria para los ojos cansados y los músculos del párpado para responder localiza y enfoca la conciencia del cuerpo en el área de los ojos y la frente. Como estos músculos no están trabajando adecuadamente, la mayoría del esfuerzo abrió los ojos hace que una acción fuerte, localizada el cuerpo de sensibilización en los ojos y el área de la frente. El centro de la frente (tercer ojo) está situado en esta misma zona.

El centro de la frente está íntimamente relacionada con los ojos y con el centro de la vista del cerebro, con todos los demás tipos de vista no-física, y con muchos aspectos de las proyecciones de proyección de tipo tubo-

por ejemplo. Obligar a los ojos cansados de permanecer abiertos estimula el centro de la frente con bastante eficacia, y da energía a todo lo desarrollado o naturales

capacidades clarividentes el centro de la frente tiene. La estado de completo trance también causa un aumento natural flujo de energía a través de lo físico / etérico cuerpo, puesta a disposición del centro de la frente y su circuitos de apoyo energético mucha más energía que habitual. Esta combinación de flujo de energía mayor y la estimulación frente del centro es suficiente para estimular el centro de la frente a una figura enérgica. 4. Ojos cansados de elevación de acción, modo receptivo. la conciencia que muestra efecto en centro de la frente

El eslabón perdido

No hay nada simple sobre OBE. Hay muchas variaciones sutiles posible. En este capítulo se describe sólo una variación que cae en una zona de sombra en algún lugar entre la proyección y clarividencia. Una descripción más acertada de este tipo de experiencia sería la visión remota en tiempo real, en lugar de OBE, por sí mismo.

Las proyecciones incluidas en esta categoría a menudo implican la percepción clara de la dualidad, con conciencia a menudo parpadeo de ida y vuelta entre lo físico y su aspecto distancia para el duración de la experiencia. Una experiencia de proyección a distancia de ojos tiene un aspecto diferente y sienten a la misma de otras variedades más comunes de la proyección. También es mucho más mental y energético de drenaje, si continuó por un largo período de tiempo, que no es de extrañar si se tiene en cuenta el estado cansado del cuerpo físico y la mente necesarias para que se produzca este fenómeno.

34

----- Page 36-----

6. Despertar Parálisis

Despertar parálisis (también llamada parálisis del sueño) es muy común: se despierta paralizado, o de repente se paraliza mientras se relaja o tratando de conciliar el sueño - pero mientras esté despierto todavía. La mayoría de es muy probable que lo experimentan en algún momento. Esto puede ser aterrador, ya que la causa es siempre desconocidos en el momento. La parálisis es un síntoma bien conocido asociado con experiencia fuera del cuerpo; proyectores natural, más de las veces, se encuentra a sufrir frecuentes ataques de parálisis de vigilia durante toda su vida, especialmente durante la adolescencia y veinte. Yo estaba plagado de que durante mi la infancia, adolescentes y veinteañeros. Poco a poco disminuyó la frecuencia de pas o de los años, pero sólo después de que comenzara regular el desarrollo energético y aprendió a proyectar en mis veinte años. Todavía lo estoy haciendo de vez en cuando, un par de veces al año. Despertar la parálisis es extremadamente complejo y no solo explicación se puede explicar sus causas. Las dos teorías más populares son la disociación y la proyección espontánea.

Disociación: La explicación científica en general es que el cerebro se disocia de su

cuerpo físico durante el sueño, cuando entra en el estado de sueño, aparentemente para detener el cuerpo físico de agitándose, imitando sus acciones sueño e hiriendo a sí mismo. Despertando a la parálisis se dice que ocurre cuando la mente despierta accidentalmente dentro de su cuerpo dormido disociado.

Esta explicación se tienen mérito, ya que el cuerpo físico es cada vez desvincularse de su mente durante el sueño, y durante el estado de trance. Sin embargo, no creo que esta explicación tiene todas las respuestas.

Entrando en el estado de trance trae los primeros síntomas de la disociación, el más profundo estado de trance alcanzado, el movimiento se vuelve más difícil. Pero la disociación provocada por el estado de trance ocurre en forma lenta, en grados, en muchos minutos. Despertar la parálisis, por el contrario, se enciende muy rápidamente por lo general, en tan sólo un par de segundos. Y nunca he experimentado despertar completo parálisis durante el trance, ni siquiera durante la catalepsia virtual del profundo estado de trance.

proyección espontánea: La explicación popular de Nueva Era es que la parálisis se debe despertar exclusivamente por la proyección espontánea, más concretamente, por una proyección que va a ocurrir o está tratando de que se produzca. Muchas personas recomiendan, debido a esto, que las víctimas de la parálisis de vigilia-relajación e ir junto con la experiencia, por lo que puede convertir su episodio despertar la parálisis en un OBE por completo. Esta explicación también tiene mérito, como la parálisis definitivamente parece estar relacionado con algunos aspectos de la proyección.

Sin embargo, en mi opinión, despertando la parálisis es una complicación de la conciencia de muchos factores que contribuyen. Creo que es más complejo de lo que comúnmente se cree.

Despertando a la parálisis a menudo no es acompañada por vibraciones u otra salida de proyección relacionada con sensaciones. Muy a menudo, sin razón aparente, la gente ya sea de repente se quedan paralizados, mientras que descanso, o al tratar de conciliar el sueño, o se despierta para encontrarse paralizado. Todo está tranquilo y que no tienen sensaciones importantes relacionados con la proyección (vibraciones o rápida latidos del corazón), sino que sólo se encuentran de repente e inexplicablemente paralizado.

Mucha gente (yo incluido) puede detectar la aparición de un episodio de despertar la parálisis, especialmente cuando se enciende durante un estado relajado, pero despierto. Se sienten un hundimiento casi irresistible sensación momentos antes del inicio de la parálisis. Esto sucede muy rápidamente, con sólo un par de advertencia de segundo. Si bien la sensación de hundimiento puede ser llamado un síntoma relacionado con la proyección, esto es a menudo la única sensación experimentada durante el episodio de parálisis completa.

La mayoría de episodios de parálisis, en mi opinión, ocurrirá después de la salida de la proyección se ha producido. Completo parálisis de vigilia no puede ocurrir antes de la salida de la proyección. Así que, ¿por qué no salir de proyección relacionada con sensaciones experimentadas durante la vigilia por lo general la parálisis? La respuesta más lógica es que proyección natural espontánea ya ha ocurrido, y las sensaciones de salida ya han pasado, o

se han perdido por completo debido al efecto de la mente dividida. La víctima de la parálisis o duerme toda ellos y se despierta paralizado, mientras que un OBE en curso, o los síntomas son tan rápida y suave pasan desapercibidas, como con proyección a distancia de ojos (véase el capítulo 5). El físico / etérico se despierta la mente dentro de su disociada, la mente dividido, paralizado cuerpo físico durante una OBE, mientras que su proyectada doble fuera de casa.

Cuando los síntomas son experimentados proyección de salida sólo al comienzo de un despertar la parálisis episodio, es una apuesta bastante segura de que una proyección espontánea se estaba produciendo en ese momento. La salida de la proyección se ha perdido debido al efecto de la mente dividida. Esto ha dejado el proyector físico / mente etérico (copia original) completamente despierto y paralizado durante el resto de ese proyección. La misma proyección que está causando la parálisis de vigilia.

35

----- Page 37-----

Si bien algunas de las víctimas parálisis vigilia-demanda para tener éxito en convertirla en una proyección, la gran mayoría la mayoría no lo hace. La mayoría de la gente tiene miedo a la hora de contemplar si quiera una conversión. Aquellos que traten de una conversión por lo general no, aunque completamente ceder a ella y realmente ir junto con toda la experiencia. Por lo general, se encuentran paralizadas hasta el final por su propia iniciativa, o hasta que se las arreglan para mover una parte de su cuerpo físico y así salir de ella. En este caso, han tenido éxito en abortar la proyección y obligando a sus proyecciones doble para volver a entrar y reintegrarse. Esto pone fin a la parálisis, pero las causas de sus recuerdos doble sombra proyectada a perder en el proceso.

Si la parálisis es causada por una proyección en curso, como propongo, entonces, obviamente, no ser posible tener otra proyección en ese mismo tiempo. Esto puede explicar la gran alta tasa de fracasos de los intentos de convertir a despertar parálisis OBE.

Si un episodio de parálisis del despertar no tiene síntomas relacionados con la proyección-en su aparición, pero es más tarde se convirtió con éxito en un OBE, me permito sugerir que el proyectado matrimonio se ha devanado después de una salida desapercibido (el que causó la parálisis de vigilia), pero con sólo o parcial reintegración llevando a cabo. Ha sido inmediatamente a continuación, proyecta de nuevo, pero esta vez produce normal de los síntomas relacionados con la proyección-debido a la presencia de la conciencia despierta durante el segunda salida. Los recuerdos de la primera salida (la causa del episodio de parálisis del despertar) no son descargados en el cerebro físico. Estos son sobrescribe automáticamente durante la segunda salida, sin dejar rastro de lo que realmente causó la parálisis de vigilia en el primer lugar.

Yo diría que cuando un episodio de parálisis del despertar es acompañado de vibraciones,

además de otras sensaciones relacionadas con la salida, los conflictos internos en ergética división mente- (muy probablemente causado por el presencia de la conciencia despierta durante el proceso de proyección) están frenando o el espontánea- mecanismo de proyección. Esta es otra complicación de la conciencia. proyección real puede o no puede ocurrir. En este caso, el intento de convertir la parálisis de vigilia en un OBE por el descanso y va con la experiencia, o mediante una técnica de proyección que le asistan, tendrán mucho más éxito.

He experimentado episodios de parálisis de vigilia- literalmente cientos de veces, pero nunca logró convertir a uno en un OBE. He tenido cientos de proyecciones espontánea de la estado de vigilia, o han despertado en medio de ellos, pero siempre resulta en una o parcial o OBE completo. Percibo una marcada diferencia entre las proyecciones espontánea y la a vigilia, parálisis episodios. Cada uno se siente muy diferente y, al mismo tiempo de proyección espontánea es bastante aceptable para mí, detesto absolutamente despertar parálisis.

Considero que la proyección espontánea y parálisis despertar a ser las dos caras diferentes de la misma moneda. A veces la proyección espontánea es experimentado y recordado, pero en otros momentos de vigilia parálisis es experimentado y recordado. Se trata de dos aspectos diferentes de la tendencia espontánea proyección, causada por el efecto de la mente dividida, con dos experiencias totalmente diferentes. Sólo un lado de un episodio de parálisis espontánea-cum-proyección se suele recordar - la parte percibida y recordado por la mente física / etérico. La otra cara, que de los dobles, es no percibidos en el tiempo ni recordar después del evento. Sombra de recuerdos se pierden por completo por el trauma o la excitación despierta siempre provoca parálisis. Este trauma firmemente cementos el lado físico / etérico de la experiencia en la memoria física, totalmente prohibir los recuerdos.

Con ciertos tipos de proyección, los síntomas de la salida puede ser muy leve, a menudo no se nota en absoluto. Esto es más común con las proyecciones de participación de los centros de la frente o la corona. Esto indica naturales potencial clarividente, a menudo insospechada. También significa que el proyector tiene el potencial de alto nivel proyecciones, debido a la clarividencia y la proyección de alto nivel están íntimamente relacionados. Es posible, por lo tanto, que algunos tipos de parálisis de vigilia son causados por las proyecciones frente-o el centro de la corona en progreso, donde la salida se ha perdido.

El miedo y el temor acompañar a muchos episodios de vigilia, parálisis, a menudo con una sensación palpable de presencia proveniente de una dirección en particular. El miedo puede ser causado por los efectos de división mente-combinado con retroalimentación emocional (el miedo y la ansiedad) entre el cuerpo físico / etérico y sus proyecciones doble durante una proyección en tiempo real.

Otros tipos de proyecciones también puede contribuir la incidencia de la parálisis de vigilia y espontánea proyección. Hay una fuerte posibilidad, por ejemplo, que los episodios akáshicos pul

so - viento astral -

puede llegar a ser un factor importante que contribuye en algunos episodios de parálisis del despertar. Un pulso akáshicos

36

----- Page 38-----

episodio podría, posiblemente, de proyección de fuerza sobre las personas que están profundamente relajados, a pesar de que son técnicamente todavía despierto. A continuación, podría experimentar una parálisis de vigilia, mientras que la izquierda despierta dentro de su físico y la mente etérico, hasta que su proyectado matrimonio se libera y les permite volver a entrar y reintegrarse después del episodio del pulso akáshicos ha terminado. Vamos a ver el pulso akáshicos en la parte 5.

Factores relacionados

La mente físico / etérico por sí no suele tener el poder para animar su físico cuerpo durante un OBE. Para despertar ni siquiera parcialmente y restaurar cierto grado de movimiento físico, la reintegración de lo físico / etérico con su doble en tiempo real parece ser la mínima

requisito. Para restablecer la plena conciencia de vigilia y la funcionalidad, la reintegración completa de todos los cuerpos sutiles se requiere.

Otro factor que contribuye puede ser que el estado de desarrollo energético de los enfermos de parálisis no puede permitir proyección consciente de salida que se produzca fácilmente. Esto crea conflictos internos energéticos que paralizan el mecanismo de proyección, causando parálisis despertar a ocurrir con más facilidad que la proyección.

salidas de proyección temprana conciencia son generalmente marcados por las vibraciones muy pesado, rápido latido del corazón, y otras sensaciones fuertes movimientos de energía. Estas sensaciones fuertes siempre reduce en gravedad durante las proyecciones posteriores. Lógicamente, debe existir una razón para esta progresiva disminución de la sensación. La respuesta, creo, es que un mayor desarrollo energético reduce conflictos internos los conflictos energéticos. Los intentos de proyección consciente de salida implican una gran cantidad de actividad principal del centro, y una gran cantidad de energía fluye a través del cuerpo etérico, que obliga a un cierto grado de energía desarrollo a tener lugar. Esta evolución parece obligada para tener en cuenta progresivamente más leves sensaciones de salida que se vive en las proyecciones posteriores.

Si agrega el subdesarrollo energético para los posibles conflictos causados por la mente dividida, y tener en consideración sombra problemas de memoria descargar y otras complicaciones causadas por la presencia de la conciencia de vigilia, usted tiene una receta para el desastre. Despertar la parálisis por lo tanto puede ocurrir en cualquier tiempo y por muchas razones, debido a la delicada interacción entre estos potenciales complicaciones. En la mayoría de los casos, las víctimas de la parálisis de vigilia permanecen sin enterarse antes, durante o después del hecho, debido a la naturaleza del efecto de la mente dividida.

Los siguientes dos escenarios puede explicar otros tipos de parálisis de vigilia

ia, en particular, aquellos en los fuertes sentimientos de miedo y temor y un sentido tangible de la presencia están involucrados. Los dos los siguientes escenarios a una retroalimentación emocional muy fuerte entre lo físico / cuerpo etérico y su proyectado matrimonio, interfiriendo con una proyección y estancamiento en el progreso. retroalimentación emocional ha muchas similitudes con comentarios astral, pero sucede en el nivel emocional solamente. Es, por tanto, sólo sentido, no se dio cuenta.

Parálisis y el Cuerpo Físico: La mente despierta dentro de su cuerpo físico paralizado. Es

puede o no haber sentido las sensaciones relacionadas con la salida de proyección anterior. Se ha despertado un gran una buena razón: Algo acaba asustó de su proyectado matrimonio! No tiene forma de

sabiendo que esto ha sucedido, sin embargo, o que en realidad es en medio de una proyección. Sólo se despierta

paralizada y con miedo, sintiendo una presencia tangible en algún lugar cercano en la sala. No se puede pasar a

ver lo que está sintiendo, por lo que su temor aumenta constantemente, y las inundaciones a lo largo del cordón de plata y en su

proyectada doble, ya que lucha por liberarse de la parálisis.

El proyectado matrimonio se siente profundamente esta nueva oleada de temor. No tiene ninguna causa aparente o de origen,

pero se percibe como procedente de una dirección en particular - de su cuerpo, a pesar de la proyectada doble

no lo sabe. El proyectado matrimonio ahora empieza a sentir una extraña presión arrastrando sobre él, un

presión que viene de su propio físico / contraparte etérica, ya que lucha desesperadamente por liberarse de

su parálisis. Esta lucha tiene el efecto de arrastrar el doble proyectado hacia su físico

cuerpo. El proyectado matrimonio no reconoce la fuerza de arrastre por lo que es, por lo que lucha contra la

con todo lo que tiene.

El miedo aumenta rápidamente en ambos lados, ya que ambos aspectos de alimentación y el compuesto emocional

comentarios problema. Ambas partes de la mente-split - físico / etérico y proyectada doble - tienen miedo

a la muerte, cada uno siente una presencia tangible temor proveniente de

una dirección en particular - procedentes de

entre sí, pero ninguna de las partes lo sabe. El tira y afloja continúa hasta que el físico lado etérico

consigue retrasando su miedo proyectado matrimonio (que suele ser el caso), o hasta que el

se desmaya física lado o se da por vencido y vuelve a dormir otra vez en el agotamiento.

Parálisis y la proyectada doble: El siguiente escenario de nuevo se refiere a emocionales

comentarios, pero en este caso un conflicto entre la mente sueño y su proyectado matrimonio, donde el

mente sueño en realidad no ha despertado dentro de su cuerpo físico / etérico.

Una proyectada doble flotando en tiempo real, divertirse y cuidar de su propia empresa, cuando

de repente tiene un susto. Se ve a unos arbustos moviéndose en las sombras y su imaginación juega malas pasadas

en ella: una forma siniestra para llegar a ella. Se congela, sin saber exactamente lo que la forma es o qué hacer

al respecto. Se trata de huir, y de repente siente un derecho temible presencia muy tangible detrás de él. Un

fuerza irresistible empieza a arrastrar hacia atrás. Se trata de alejarse, pero de repente se siente débil, como si su

muy fuerza de la vida estaban siendo drenados. Ahora se siente atrapado y tiene gran dificultad en movimiento.

La mente sueña, todo esto, se siente el aumento de temor inicial de su proyectado matrimonio, pero

No sé la causa. Los cambios de estado de sueño fluido en este punto y toma un aspecto más siniestro.

La mente sueña puede incluso caer en una pesadilla. El sueño de la mente no despierta dentro de su

cuerpo físico / etérico, por lo que en realidad no experimentar parálisis despertar cierto. Será, sin embargo,

experiencia de una versión onírica estado de vigilia parálisis o un tipo de cámara lenta de un mal sueño.

El proyectado matrimonio se siente atrapado, atrapado por algún poderoso enemigo del mal no se ve. Ahora por lo débil

apenas puede moverse, se siente como que está vadeando a través de rápido fragmentado del hormigón. No importa lo difícil que intenta,

que parece que no puede escapar de las garras de su agresor no se ve. Débil, atrapado, y con miedo, se mueve un paso

más hacia el terror absoluto.

El miedo aumenta y las luchas proyectada doble en vano, cada vez cada vez más débil. El sentido

de los aumentos de temor y el miedo se basa en el terror irracional, paralizante. No se puede mover a todos ahora y

se siente un peso frío difusión a través de su pecho. Lo terrible detrás de ella está cada vez más

más cerca, arrastrando despiadadamente hacia atrás, hacia sus malvadas garras. El monstruo casi lo tiene ahora y es

... sólo ... sobre ... a ... agarrarlo! El proyectado matrimonio casi se puede sentir el aliento fétido del monstruo en el

parte de atrás de su cuello. El monstruo invisible que tiene ahora, y está levantando su hacha terrible, cuando, de repente, el

proyector se despierta en un charco de sudor, el corazón palpitante, sin aliento, y temblando de terror.

Los recuerdos de la proyección (sólo un mal sueño?) Inundaciones mente aterrizada del proyector.

Parálisis Recuerdos

Las memorias dominantes mantienen después de cualquier episodio de despertar lado a parálisis siempre vienen de la

lado más fuerte y más memorables de la experiencia, el lado más traumatizados. Este su ele ser el

físico / etérico lado, como ese lado de la mente-split tiene un efecto mucho más directo en la física

cerebro que generalmente hacen sombra recuerdos. Si la mente sueña no se despierta dentro de su

aspecto físico / etérico antes de que finalice el episodio de parálisis, estas memorias serán de la

proyectada doble del lado de la mente-split en su lugar. A veces, debido a la compleja y poco fiable

la naturaleza de la descarga de la sombra de la memoria durante la reintegración, estos recuerdos se mezclan. Memorias de un mal sueño, además de una experiencia aterradora proyección, además de despertar paralizado y aterrado, se funden en una descarga única sombra de la memoria agravado.

Maneras de romper la parálisis

Aprender y practicar proyección consciente de salida reduce la frecuencia de los episodios de parálisis. Intentos de proyección fomentan el desarrollo energético del mecanismo de proyección en el cuerpo etérico. Si la proyección es inaceptable debido al temor de OBE, corta los intentos de proyección durante el día y aconseja el trabajo de desarrollo energético, como práctica de la meditación y la energía, así como el desarrollo de otras competencias básicas, también ayudará a resolver los conflictos relacionados con proyección división mente-energético y, que son las causas subyacentes de despertar la parálisis.

Mucha gente propone ceder a despertar la parálisis y el intento de convertirlo en un OBE. I le aconsejo hacerlo sólo si las vibraciones u otros síntomas de proyección están presentes, de lo contrario parece un ejercicio inútil. Si la parálisis es frecuente, este sería sin duda merece la pena intentarlo por lo menos una vez. Si la conversión falla continuamente, y no hay manera fiable se encuentra a dejar de episodios de parálisis, un curso progresivo de desarrollo energético y la meditación se convierte en la opción más viable.

El enfoque más simple y directa, la mayoría de la gente prefiere, es despejar la mente (basura que miedo) y concentrarse en mover un solo dedo gordo del pie.

posiciones.

----- Page 40-----

para la mayoría de la gente. Vale la pena comprobar si la posición de descanso es un factor, y evitar las posiciones más propicias para fomentar despertar parálisis.

Cuando la parálisis despertar logra un muy relajado pero la persona todavía despierto, o que trata de la caída dormido, por lo general se enciende con una notable sensación de hundimiento, dando un momento de la alerta. Ese es el horario de máxima audiencia para luchar contra la parálisis. fuera del balanceo de la cama lo antes posible (hay que ser muy, muy rápido) deja de despertar la parálisis antes de que pueda afianzarse. Recomiendo levantarse y dar un paseo corto, o asaltando el refrigerador en este momento, como comer ayuda. No es aconsejable volver a la cama por lo menos diez minutos, o despertar una parálisis general volverá a suceder de inmediato.

Mantener una mente clara y el rechazo al miedo durante un episodio de parálisis, en la mayoría de los casos, reducir la retroalimentación emocional. Si tanto el físico y la mente etérico y su doble proyecta do mantener la calma, la severidad y la duración de los episodios de parálisis se puede reducir considerablemente.

Cansancio excesivo y falta de sueño son más de las veces, los factores que contribuyen con frecuentes despertar la parálisis, así como con OBE espontánea frecuentes. Evitar exceso de cansancio, sobre todo durante la semana que rodea la luna llena, cuando OBE espontánea y parálisis de vigilia son más probable que ocurra, es muy recomendable.

Los alimentos también pueden desempeñar un papel con despertar parálisis. Un estómago vacío tiende a aumentar la energía actividad en el cuerpo etérico, aumentando así la probabilidad de despertar la parálisis y espontánea de proyección episodios. Una comida pesada puede hacer la proyección más difícil, ya que reduce significativamente la actividad energética en el cuerpo etérico y favorece el sueño.

Los síntomas no deseados de proyección

Los episodios frecuentes de parálisis de vigilia y la proyección espontánea son un gran problema para algunas personas.

La mayoría de las personas propensas a este no puede evitar que suceda y no les gusta la experiencia un poco.

A menudo, no les gusta la idea de cualquier tipo de proyección intencional. Ellos sólo quieren que los dejen solos para que puede dormir en paz.

Esta condición normalmente va a pasar con las zonas propensas a esta condición sólo o un par de veces al año, en

grupos de unos pocos días o en un momento, por lo general alrededor de la luna llena. En raros casos, sin embargo, este

problema puede ser mucho más pronunciada. Si esto continúa demasiado largo, puede convertirse en un grave

debilitante problema de salud. Muchas personas tratan de evitar el sueño por completo para evitar los síntomas molestos.

Esta es la peor cosa que alguien podría hacer! Evitar dormir tiene el efecto contrario y en gran medida

empeoran el estado general. La falta de sueño también causa una pérdida de apetito, que, en sí mismo, más

agrava las causas subyacentes de la enfermedad. Un estómago vacío aumenta la actividad energética en el

cuerpo etérico (elevar sus vibraciones), que aumenta enormemente la probabilidad de despertar la parálisis y

espontánea de proyección episodios.

Frecuente despertar la parálisis y episodios no deseados espontánea de proyección, sobre todo si implican

gran temor, puede generar un estado psicológico muy desagradable que puede llegar a ser más y

más debilitante más tiempo se permite que continúe. del sueño a largo plazo además de una privación profunda pérdida

del apetito puede ser muy debilitante e incluso dañar físicamente. Combinado con otras graves

problemas de salud, aunque esta condición podría ser fatal si no se corrige durante demasiado tiempo.

Lo primero para hacer frente a este tipo de problema es el déficit de sueño, que es el principal subyacente

causa de todo el problema. Este es también el factor más fácil de corregir. Insto enca-
recidamente a las personas con esta
condición de buscar consejo médico, y para informar a su médico exactamente lo que está
sucediendo. Del sueño
trastornos de este tipo, independientemente de su causa real, son bien conocidos
por la ciencia médica, y son los médicos
por lo tanto muy versado en su tratamiento. Un médico generalmente prescribe un de-
terminado tipo de medicamentos para dormir
diseñado para promover a largo plazo, el sueño sin sueños. Esto también puede dejar de E
FC espontánea y la vigilia
parálisis.

A medida que el déficit de sueño es superar la rentabilidad y el patrón normal del
sueño, el apetito y el retorno
síntomas relacionados con la proyección comenzará a gusto. Tenga en cuenta que cualqui-
er medicación debe tomarse
regularmente, según lo estipulado, hasta que el déficit de sueño es totalmente superad-
o, antes de que pueda ser detenido, o el
problema puede repetirse.

Dormir en una habitación bien iluminada, con un televisor o radio en la siesta
bajo, además de durante el día, también
ayuda con los problemas de miedo que puede ser causada por repetidos proyeccione-
s espontánea. Si la presencia de
inhibe el sueño ligero, con una máscara del sueño puede ayudar. Además, si las proyeccio-
nes espontáneas son inevitables,
las luz del día son mucho menos intimidante. Incluso el más tímido de los proyectores
reacios por lo general se encuentra
la luz del día agradable proyecciones, o al menos soportable.

39

----- Page 41-----

7. OBE y Percepción

Vamos a definir una experiencia objetiva en la que las percepciones se obtie-
nen directamente a través del
sentidos físicos del cuerpo, y una experiencia subjetiva como la percepción adquirid-
a o afectados por la mente o
imaginación. En esos términos, cuando se trate de experiencia fuera del cuerpo, todo
es subjetivo.

Creo que ayuda a darse cuenta de que el cerebro sólo es capaz de recibir señales
bioeléctricas. No es
capaz de recibir información sensorial directa. En cambio, órganos de los sentidos r-
omper estas percepciones en
complejo de impulsos bioeléctricos. El cerebro existe en total oscuridad y el sile-
ncio, dentro de un hueso fuerte
caja (el cráneo), aislada del mundo físico. No tiene nervios y puede sentir ni la pr-
esión ni
dolor, calor ni frío. Podría decirse que flotan en una dimensión oscura, voidlike, rec-
ibir la información sensorial
del mundo real (dimensión física) sólo a través de forma remota recogida y transmitida a
bioeléctrica
señales. Esto es similar a una descripción de cómo el cerebro recibe - o recuerda habe-
r recibido -
información sensorial obtenida durante una OBE.

Tenga en cuenta que cada OBE termina como una memoria de la Orden del Imperi-
o Británico, y no hay memoria de OBE
(Sin contar las experiencias remotas de ojos) a menos que la descarga proyectada
con éxito su doble
recuerdos sombra en el cerebro físico durante la reintegración. Una vez que esto suc-
ede, el cerebro físico

Entonces recuerda las percepciones sensoriales recibidos durante la EFC como si hubiera recibido directamente y de primera mano.

La única diferencia real entre cómo el cerebro percibe el universo físico (objetivo experiencia), y cómo se percibe experiencia fuera del cuerpo (experiencia subjetiva), es la forma en que la información sensorial para cada tipo de experiencia es recogida y transmitida a la misma. El cerebro simplemente no puede diferenciar entre las fuentes de entrada física y no física. Si no importar cómo información sensorial se reunieron y recibida por el cerebro, todo es interpretado como la entrada sensorial de primera mano.

La proyección de doble uso de los sentidos básicos mismo que el cuerpo físico, aunque a un gran mayor nivel. Todavía se puede ver y oír y oler, saborear y tocar, sino a través de energía directa mente de detección. Por ejemplo, el proyectado matrimonio puede recibir energía de la luz directamente, sin necesidad de ojos físicos, aunque, por supuesto, debe tener experiencia con vista al convertir esta energía en un manera visual. Si el proyectado matrimonio es ver, oír, tocar, oler o probar, es percibir e interpretar las energías asociadas a estos sentidos directamente, sin pasar por completo la necesidad de órganos de los sentidos físicos o sutiles copias de ellos.

La ceguera y percepción OBE

pruebas de apoyo se pueden encontrar en el estudio del sueño y la capacidad de proyección de ciegos personas. Es bastante conocido que las personas ciegas que han experimentado la vista antes de que se ciegos son capaces de tener visión de futuro totalmente sueños y proyecciones. Obviamente, si la física condición de los ojos se refleja en la capacidad de la vista de la proyectada doble, física la ceguera que los ciegos a cabo proyecciones doble de su cuerpo durante un OBE - que simplemente no es el caso.

Sin embargo, si los ojos físicos no tenía nada que ver con la percepción OBE, entonces las personas que han sido ciega desde su nacimiento (nunca vista experimentando) también debe ser capaz de ver claramente durante los sueños y proyecciones - que por desgracia tampoco es el caso. Por lo tanto, la percepción sensorial OBE También hay que dependen de las capacidades de recepción aprendido sensoriales del cerebro físico no, actual funcionamiento o no funcionales capacidades de los órganos de los sentidos físicos. Estos principios también solicitar a la sordera profunda.

la ceguera física no prohíbe OBE o la capacidad de proyecto, pero sí afecta sensorial habilidades de percepción. la percepción de la conciencia espacial, el sentido del tacto, el oído y otros no visuales percepciones sensoriales - muy desarrollada en las personas ciegas - son también mucho mayor durante una OBE. Este nivel de percepción permite a los proyectores de ciegos-desde-el nacimiento de sentir y percibir el cabo de medio ambiente de cuerpo muy claramente. Este nivel de la capacidad sensorial no visual puede, en muchos

maneras, incluso superior a la visión normal durante un OBE, como la historia clínica sugiere a continuación.

El mayor problema que enfrentan los proyectores de ciego es que la mayor parte del desarrollo energético de hoy y técnicas de proyección dependen en gran medida de la visualización. Las técnicas de visualización requieren básicamente de la experiencia adquirida. Las técnicas que figuran en este libro, sin embargo, no se basan en

40

----- Page 42-----

visualización, pero en las imágenes táctiles, son eminentemente adecuados para proyectos de personas no videntes. Trabajan bien para las personas ciegas, y son superiores a las técnicas basadas en la visualización, cuando es usado por deficientes visuales.

Un proyector ciego me dio la siguiente explicación sobre sus percepciones durante el sueño y EFC. Ser ciego de nacimiento y de ser un proyector con éxito es una combinación bastante inusual, por decir lo menos. Con los años, mis investigaciones en este campo han descubierto muchas pistas importantes sobre la naturaleza de la percepción. Esto me dio más pistas sobre la naturaleza y dinámica de otros aspectos de la OBE. En el caso de medio cuerpo, la percepción es absolutamente todo. Por lo tanto, entender la naturaleza de la percepción es de suma importancia para entender la dinámica de la OBE y toda la gama de fenómenos relacionados.

Mi pregunta a C.B. fue "¿Podría exponer su condición de no vidente y cómo percibir las cosas durante su EFC? "

C.B.: he estado ciego desde su nacimiento. Mis nervios ópticos no se desarrollaron mientras estaba en el vientre, pero todavía tengo EFC y sueños vívidos. Es difícil explicar cómo me siento y moverme mientras yo estoy fuera de mi cuerpo, pero voy a darle una oportunidad. I experiencia no hay diferencia real entre mis OBE y percepciones de sueño. Cuando tengo un sueño o EFC, soy muy consciente de lo que está a mi alrededor, pero todo es siempre en tres dimensiones. No puedo percibir nada en dos dimensiones, como lo que está en la superficie de una imagen, pero puedo percibir el lienzo y el marco en su conjunto muy con claridad. El área alrededor de mí es muy viva en mi mente, en todas las direcciones, y es muy detallada. Esta conciencia es mucho más fuerte que mis percepciones de espíritos normales están en mi propia casa. Cuando proyecto es como puedo sentir todo a mi alrededor, como si estoy continuamente tocando todo con mis dedos, con mi mente, con mis sentidos llegar y tocar todo a mi alrededor a la vez. Mis sentidos se extienden a largo Así, mucho más de lo habitual, y puedo sentir en la distancia a mi alrededor, probablemente en de la misma manera como las personas videntes ven con sus ojos. Me puedo mover bien cuando estoy

fuera de mi cuerpo, sin vacilación o duda acerca de mi entorno en absoluto. Nunca preocuparse de tropezar con las cosas y puede sentir exactamente lo que está delante de mí y alrededor de mí en todo momento. Si me encuentro con personas durante una OBE o un sueño, me puede decir al instante lo que parece y lo que está usando, como si estuviera pasando mis manos sobre ellos. Esto no es realmente la vista, como no tengo idea de qué color o la luz es, pero mis percepciones sueño y OBE son lo más cercano a la vista como se pone para mí.

Todo esto apunta a la proyectada doble que tiene un vínculo mucho más directo con la percepción de su medio ambiente, la energía sin la necesidad de órganos de los sentidos físicos o copias sutiles de ellos. El proyectado matrimonio por lo tanto puede ser considerado como un receptor directamente sentido energético. Las enseñanzas las capacidades sensoriales del cerebro físico son los principales factores limitantes cuando se trata de entrada de interpretación sensorial adquirida durante EFC y sueños.

Percepción de Objetivo de Tiempo Real

A los efectos de este libro y de tratar con mayor claridad con OBE, la experiencia es el mejor objetivo ampliarse para incluir alguna entrada sensorial obtenida a través de OBE en tiempo real. Esto debería incluir todos los percepciones de la realidad que no parecen verse afectados por la mente y la imaginación de un proyector, o cualquier otra mente o la imaginación. Durante una proyección en tiempo real, por ejemplo, un objetivo la percepción de la realidad es mejor como algo que es coherente con lo que sabe un proyector para ser real y verdadero del universo físico. Estas percepciones puede describirse como aparentemente objetiva, a pesar de que se hayan realizado de forma remota desde el cuerpo físico y su sentido órganos.

Aunque la zona en tiempo real parece ser la realidad real, y los proyectores existentes en tiempo real se sienten son como fantasmas invisibles existentes en el mundo real, no lo son, creo, en realidad en lo físico dimensión, ni están en la justa dimensión astral. Son un poco fuera de fase con ambos, en un vibración ligeramente más alto que el universo físico, y en una vibración ligeramente más bajos que el astral dimensión. Son ya existentes dentro de una reflexión directa dimensiones, o un eco sutil energético, irradia directamente desde el universo físico como es el caso, en tiempo real.

proyectores en tiempo real se puede pensar en algo así como reflejos en un espejo. Perciben el mundo real desde el interior de ese espejo y existentes dentro de una especie de espejo del mundo en tiempo real. Un espejo refleja una vista en tiempo real de los acontecimientos reales sucediendo

en el mundo físico, pero en sí mismo la
reflejo en el espejo no tiene sustancia y no puede ser considerado como real.

O, proyectores en tiempo real se puede considerar como en el otro lado de un
espejo invisible, un
espejo capaz de moverse en respuesta a la voluntad del proyector. Esto permite q
ue el proyector
percibir claramente el mundo real como es el caso, sin ser capaz de afectar dire
ctamente o interactuar con
el mundo real en un sentido físico. El proyector en tiempo real de las experiencia
s del mundo real a través de
percepciones se refleja en él a través de este espejo, del mundo real y en tiempo re
al.

Percepciones subjetivas en tiempo real

La percepción subjetiva en tiempo real se puede considerar como algo proyector
es percibir que
sabemos que es incorrecto, falso o irreal en relación con el mundo real como ellos
lo saben. Por ejemplo, si
proyectores de encontrar fuera de lugar, alterado, falta o nuevos objetos y pers
onas en su hogar que conocen
definitivamente no existe en la realidad, entonces estos son los mejores del pen
samiento como la percepción subjetiva o,
más exactamente, las fluctuaciones de la realidad.

La definición de la percepción subjetiva aquí no estrictamente incluyen avistamien
tos de otros
proyectores o seres espirituales como irreal, incluso si estos se ven en una apa
rentemente objetivos en tiempo real
proyección. La diferencia entre las percepciones objetivas y subjetivas, en este c
aso, puede llegar a ser
borrosa y muy difícil de determinar. Astral o más experiencias, aunque técnicamente es
tá totalmente
subjetivo, tampoco se incluyen aquí. Estos por lo general no guardan relación alguna
con el normal
la realidad objetiva, o con el universo físico real en tiempo real.

42

----- Page 44-----

Segunda parte - Nuevas formas de energía

En mi opinión, New Energy Ways (NUEVO para abreviar) es el más avanzado bioenergét
ico
la manipulación y desarrollo de sistemas en el mundo. Una versión reducida del siste
ma completamente nuevo
(Específico OBE) se incluye aquí en Dinámica Astral. La capacidad de obtener y manipu
lar personales
la energía es muy valiosa durante el entrenamiento de OBE, el desarrollo, y se pon
e la ópera. Después de todo, el proyectado
doble es generado por el cuerpo energético, y está totalmente integrado de la energía.
Así que cuando se trata de
OBE, la manipulación y el desarrollo de los recursos personales para bioenergéticos
son primarios
consideraciones.

El nuevo sistema es muy fácil de entender, aprender y utilizar. Tiene un enfoq
ue totalmente occidental
que no se basa en trabalenguas conceptos y términos del Este. El nuevo sistema se
desarrollado desde cero, independientemente de los sistemas bioenergéticos. Sin em
bargo, unos pocos

similitudes se encuentran con "NEW" y los principios subyacentes de algunos bioenergéticos del Este
sistemas: el Qi Gong (Chi Kung), Tai Chi acupuntura, etc Estas similitudes se me señaló
después de haber desarrollado el nuevo sistema. "Existen sólo porque la energía del cuerpo humano es
lo que es, y no ha cambiado en miles de años. En mi opinión, los autores antiguos estas disciplinas orientales (lógicamente) que han utilizado similar manos sobre los procedimientos de ensayo y error
He utilizado durante el desarrollo y la carretera de pruebas del nuevo sistema. Las habilidades requeridas para cualquier tipo de desarrollo metafísica o psíquica, incluyendo la capacidad de proyectar fuera del cuerpo, parecen bastante
enormes - pero por favor no cunda el pánico! Tomados de uno en uno estas habilidades son fáciles de aprender, sobre todo
cuando se explica y enseña la manera correcta. Las siguientes unidades han sido cuidadosamente estructurado para presentar
todo en uno fácil de entender, trozos pequeños, y sólo en el orden correcto para hacer el
proceso de aprendizaje más fácil. No hay habilidades previas o habilidades se necesitan aquí. Cualquier persona puede aprender y
utilizar estas técnicas. Digo esto sin reservas. El uso de estas herramientas, no se necesitarán años de
trabajo antes de lograr resultados notables. Mucha gente va a obtener resultados de la primera vez que utilizan
ellos, especialmente con el nuevo sistema.

43

----- Page 45-----

8. La imaginación con la visualización

Seamos realistas, el 99 por ciento de la gente no puede visualizar para el momento. Es decir, 99 por ciento de la gente piensa
no puede visualizar para el momento. Pero, todo esto es demasiado malo, ya que el 100 por ciento de las personas pueden
visualizar perfectamente - lo hacen todo el tiempo - pero ellos no saben que lo están haciendo!

Esta confusión se produce simplemente porque la visualización es en general tan mal explicado y
enseñado. La visualización es muy fácil y no tiene en cualquier momento a todos los que se amo. Es una habilidad natural
todo el mundo usa todo el tiempo.

Me he encontrado con un sinnúmero de problemas de desarrollo relacionados con la cuestión de la energía del cuerpo
la manipulación y el desarrollo de técnicas. Este problema aumenta considerablemente la dificultad
encontrado con ningún tipo de desarrollo energético serio, en serio alargamiento de desarrollo
tiempo. En consecuencia, la mayoría de la gente da para arriba antes de obtener resultados satisfactorios. Nota: Utilizo el término
cuerpo de la energía como simplemente otra forma de describir el aspecto de pura energía del cuerpo etérico.

Si usted pertenece a un grupo de meditación o el desarrollo, pedir a la gente
- de uno en uno y en privado
- La forma en que realmente continuar con la visualización. Tenga en cuenta el aspecto un poco preocupado e incómodo que
conseguir, especialmente de aquellos a los que la enseñanza. La mayoría de la gente, si están completamente honesto, se admiten
algunos problemas con la visualización, o que simplemente no puede hacerlo. Usted

encontrará el ocasional
pocos los que afirman que no tienen ningún tipo de problema con la visualización. Es
tos pocos afortunados pueden ver fácilmente
en el ojo de su mente todo lo que visualizar, como ver la televisión detrás de sus pá-
pados cerrados. La
pocos afortunados con este tipo de habilidad visual son involuntariamente también
una gran parte de esta extendida y
problema de auto-multiplicación.

Mind's de ojos la capacidad visual

La visualización término de uso común está en la raíz de este problema. Muchos maestro
s dicen a sus
los estudiantes que, con un poco de práctica, que debe ser capaz de ver lo que están
visualizando.
Desafortunadamente, si bien esto es parcialmente cierto, no es algo que se puede
aprender con rapidez, salvo
la capacidad natural muy fuerte.

Para decirlo en pocas palabras: la visualización no es una habilidad visual. N
o se supone que ver realmente
lo que visualizar. Si usted ve algo, no es ya la visualización, sino una visión mind
's de ojos
tipo de habilidad.

Durante toda la meditación o ejercicios de entrenamiento que requieren una pro
funda relajación física y mental y
visualización, algunas personas desarrollan la clarividencia parcial, o un tipo de
sueño despierto semilucid de
capacidad visual, o ambas cosas. Estos mind's de ojos habilidades visuales permi
tir a estas personas para ver realmente lo que
que está visualizando, como en el estado de sueño lúcido - en la que la mente conscien
te tiene creativa
control del medio ambiente sueño. Clarividencia y sueños lúcidos son habilidades muy v
isual.

Ahora, no hay nada malo en usar este tipo de tipo de sueño lúcido-cum-clarviden
cia de
capacidad para mejorar la visualización. Es muy interesante y útil, pero no es una h
abilidad que la mayoría
las personas pueden aprender fácilmente.

El problema de los compuestos cuando este tipo de habilidad visual creativa
se convierte en la norma aceptada,
y la gente piensa que debe desarrollar esta habilidad visual para visualizar cor
rectamente. Cuando una persona,
sobre todo un líder del grupo, le dice al resto del grupo que realmente puede ver
lo que están
visualizar, el resto del grupo piensa que están haciendo algo mal o que les falta
naturales
capacidad, y por lo tanto no puede seguir el ritmo. Si continúan creyendo esto, nu
nca será capaz de
desarrollarse de manera significativa.

Un problema similar puede surgir cuando los neófitos son expuestos a los estud
iantes más avanzados, o aquellos
que se han dado cuenta que la visualización es realmente el uso constructivo de la
imaginación. Estas personas,
aunque realmente no veo nada cuando visualizan, utilice términos visuales cuando d
escriben sus
visualizaciones o percepciones no físicas.

Los grupos de desarrollo y el movimiento de la Nueva Era suelen utilizar los
términos visuales que veo, que vi,
lam ver. Términos más precisos se debe utilizar en su lugar, como he sentido, veo, s
iento, intuyo, que

estoy imaginando, o imágenes de Lam. Pero no lo son.

Ahora, aquí está la otra cara del problema: La gran mayoría de trabajo de energía, ejercicios de desarrollo, y las técnicas de proyección de la historia de hoy se basan completamente en la visualización

44

----- Page 46-----

técnicas. Teniendo en cuenta ninguna alternativa viable, es obvio que no puede hacer correctamente los ejercicios de desarrollo y simplemente no puedes desarrollar si usted tiene un problema con lo que podríamos llamar "visualización". Entender exactamente lo que la visualización es y no es por lo tanto se convierte en un tema crucial a todos los aspectos del desarrollo. Sin embargo, todos, sin excepción, puede visualizar fácilmente y perfectamente si enseñó correctamente.

Los ejercicios y técnicas de desarrollo en este libro no se basan en la visualización, pero en un sistema concisa, las imágenes no visuales que desarrollé conoce como imágenes táctiles, basado en el uso activo de la sensación del tacto y la conciencia corporal. Esto es muy fácil de aprender y es muy eficaz, mucho más eficaz en la manipulación energética y el desarrollo de técnicas basadas en la visualización- nunca podría ser.

Las personas que han hecho ver lo que puede visualizar en una ligera desventaja cuando comienzan utilizando las técnicas de imágenes no visuales táctiles en este libro, si no cambian su manera de hacer las cosas. Tendrán que dejar de tratar de ver lo que están haciendo y aprender a tocar lo que son haciendo de estas técnicas para trabajar con eficacia. Si usted es como la mayoría de la gente y no se puede visualizar muy así, se le va a hacer muy bien con estas nuevas técnicas.

Uso de la Imaginación

Todos somos capaces de crear fácilmente y visualizar el escenario más complejo en nuestras mentes, sin capacitación y sin excepciones. Con los años, he pedido a muchas personas que afirman que no se puede visualizar si es que alguna vez recordar, fantasear, soñar o imaginar cosas. La respuesta es siempre "¡Sí!" Todo el mundo es perfectamente capaz de usar la imaginación para construir complejos y detallados fantasías en el ojo de la mente. Por lo tanto, vamos a dejar algo claro aquí: La imaginación es la visualización. La visualización es imaginación. Ellos son una y la misma. Y no es realmente una habilidad visual.

La visualización no es una habilidad visual. En realidad no ver lo que visualizar, tal y como lo no puede ver realmente la imaginación o la fantasía. visualización verdadera es pura imaginación. Imaginación es el generador de todos los sueños y fantasías, ya sea recuerdos se reviven o algo de ficción se crea sobre la base de la memoria. Realmente no se puede ver recuerdos o creaciones de fantasía, pero son tan

vívido y realista que no se distinguen de la creación de los ojos de cualquier mente que es más visual.

Concisa imaginación y las imágenes concisas, son términos que son mucho más aptos y viables para el uso de la imaginación para construir fantasías detalladas o visualizaciones.

La memoria juega un papel importante en la imaginación constructiva. La imaginación se basa en la memoria.

Si alguna vez has perdido nada, usted tiene muy probablemente trató de volver a crear sus acciones del pasado de su ojo de la mente para ayudarlo a recordar donde lo perdió. Ha jugado de nuevo estos, utilizando la imaginación, pasando por encima de su movimiento de cada paso a paso. Esta es la visualización perfecta, la imagen concisa - basado enteramente en la memoria.

Como un ejercicio de ejemplo: levantarse e ir a la cocina, tomar un trago de agua, y el retorno. Mientras lo hace esto, tome nota cuidadosamente de todo lo que haces y ver y sentir a lo largo del camino. A continuación, sentarse, cerrar los ojos y relajarse. Recuerda lo que acabas de hacer, desde el principio, y volver a crear esta secuencia de las acciones en su mente - en el ojo de su mente. Es importante sentir todo como si estuviera en realidad lo está haciendo. Esto es exactamente como la creación de una fantasía basada en hechos reales de la vida.

Recuerde salir de su silla y la forma en la sala parecía que se movía a su alrededor a medida que vuelta, recuerda tus pasos al caminar a la cocina, lo que vio y sintió cuando llegó,

y cómo su mano se veía y sentía como que extendió la mano un vaso, recuerda llenarlo y beber;

Recuerdo cómo el agua sabía y olía y se sentía, y recuerde regresar la copa, caminar de nuevo a su posición original, y sentarse de nuevo. Haced esto en tiempo real, teniendo aproximadamente la misma longitud de tiempo para volver a crear en el ojo de tu mente, ya que llevó a realidad lo hacen.

Usted no puede ver estas acciones, pero se pueden recordar y sentir fácilmente. Esto es exactamente igual que cualquier fantasía que usted ha creado en el ojo de tu mente. Casi se puede ver una buena fantasía, que puede ser tan real. Fantasías se construyen con la imaginación. Hoy en día esto es más común llama visualización.

Una vez más, relajado y con los ojos cerrados, tratar de construir un escenario completamente ficticio en su mente el ojo, con todas las partes necesarias tomadas de la memoria. Recuerde lo que es para cepillar su cabello. Ensaye esta acción en su mente, en el ojo de su mente, sin hacer en primer lugar. Imagina que hay una mesa frente a usted con un cepillo para el cabello de ella. Con cuidado, siente llegar

(Sin tener que mover el brazo), tome el pincel imaginario, y levante lentamente su cabeza y cepille el cabello. Siente cómo tu brazo en movimiento todo el camino como lo hace en el ojo de su mente. Siente tu mano tirar el cepillo por el cabello una y otra vez, sin tener que moverse. Este es constructiva

imaginación (fantasía o visualización) solamente. Por último, el retorno del pincel imaginario a lo imaginario mesa.

Usted mustfeel todos estos movimientos a medida que los construyen en el ojo de su mente. No trate de ver que esto suceda, imaginar y sentir que esto ocurra. Si puede ayudar si se tiene en cuenta que está utilizando su proyectado brazos dobles y las manos para realizar estas acciones.

Usted acaba de crear con éxito una construcción de la imaginación pura (una fantasía compleja o visualización) en el ojo de su mente. Cualquier ejercicio de visualización o de la imaginación, no importa cuán larga o de detalle, es simplemente una extensión de lo que usted acaba de hacer en estos dos ejercicios.

Un último ejercicio imaginación constructiva: con los ojos cerrados, recuerda lo que itfeels gusta caminar descalzo a través de un hermoso jardín en un día soleado precioso, con árboles y arbustos y flores a su alrededor. Construir este de tus recuerdos en su mente, y ^ / a sí mismo como estar ahí dentro de su creación. Recuerda un momento en el que realmente hizo algo como esto , o recordar un escena de una película que puede utilizar para este propósito.

Se siente el caminar por el césped hacia un viejo árbol enorme con grandes ramas frondosas colgando a su alrededor. Algunas de estas ramas estén tocando el suelo. Imagínesse el árbol cada vez más y más grande a medida que lo enfoque. Caminando a través de un pequeño descanso en las ramas, que Ahora pasamos a la sombra de descanso en sus ramas frondosas. Usted se encuentra de pie dentro de un secreto compensación detrás de las ramas. Usted puede oler la madera viva y hojas del árbol, e ntremezclados con suave y tierra huele a musgo, corteza, hojas en descomposición, y la tierra húmeda.

Caminando por más cerca de la gran fuste del tronco antiguo, que ver la forma de un cómodo silla tallada en la madera y raíces masiva del árbol. suave musgo verde está en todas partes y canfeel bajo los pies de su tacto agradable. Mueve hacia ella, se sienta en esta silla y relajarse. Echándose hacia atrás, las manos entrelazadas detrás de la cabeza, cierras los ojos y escuchar, sentir y oler el mundo secreto a su alrededor. Se oye el viento susurra suavemente y murmurando por entre las ramas. Se oye pequeños pájaros revoloteando y zumbando estrías y los insectos y el zumbido a su alrededor, llamadas y canto en voz baja entre sí. Siéntate aquí un rato, sintiéndose totalmente relajado y en paz con el mundo, dejar todas sus preocupaciones y los problemas se desvanecen en la nada.

Usted acaba de construir con éxito una escena de fantasía se detalla en el ojo de tu mente. Esto estaba lleno de las acciones, de las vistas, sonidos, olores, y la percepción táctil, basado enteramente en la memoria y imaginación. Esto es exactamente lo que tiene que hacer cuando se siga cualquier meditación dio lugar, en un de voz que guía a través de un escenario de fantasía mientras que la música y los efectos especiales ayudan a estimular su imaginación y transportar su mente no. En realidad no ver lo que está visualizando o

imaginar, pero puede generar una percepción detallada mind's de ojos de todo el mismo.

Nonsighted ajuste

Si usted es ciego y no puedo imaginar de un modo visión de futuro, por favor, convertir los ejercicios en este libro en la imaginación más táctil ejercicios mediante la sustitución de los colores, escenas, descripciones y deficientes visuales con algo de su memoria nonsighted propia. Utilice sus percepciones recordado de una hermosa caminata tomada en un parque y adaptar el ejercicio a la demanda. Mejorar todos los ejercicios como éste para tener en cuenta de una mayor percepción del sonido, olor, textura, sabor, y la conciencia espacial. Esto es fácil de hacerse con algo de imaginación constructiva o ejercicio de visualización, y también se puede hacer con cualquier llevó la meditación con los detalles videntes o instrucciones.

Nota: Algunos de estos ejercicios temprana puede causar sensaciones de vértigo leve o mareos localizada en el estómago y en el inferior del pecho, e incluso algunas sensaciones profundas como ese cosquilleo en los brazos y las piernas. Muchos de estos ejercicios mover un punto de conciencia corporal fuera de los límites de la física cuerpo, que tiende a afectar el cuerpo etérico y con frecuencia causa sensaciones de movimiento de la energía.

46

----- Page 48-----

9. Móvil conciencia del cuerpo

La conciencia del cuerpo normalmente se centra en los ojos, pero no tiene por qué permanecer allí. Móvil cuerpo la conciencia de Empresas (MBA) - la capacidad de enfocar la conciencia del cuerpo en cualquier parte específica del cuerpo-es simple y fácil de aprender, y es una habilidad muy importante. En combinación con otras técnicas, permite la manipulación dinámica de la energía del cuerpo y sus centros de energía o chakras, lo que permite partes específicas del cuerpo de energía para ser estimulado directamente, y el flujo de energía dentro ya través de que sea incrementado de manera controlada.

En los ejercicios venideros, un nivel profundo de relajación o trance no es necesario. La luz es la relajación muy adecuado. Sólo cierra los ojos, respire profundamente varias veces, y deje que su mente a relajarse e instalarse por unos momentos. Esto es todo lo que se requiere. Le sugiero que no utilice una cama para estos primeros ejercicios, a menos que realmente tienen que hacerlo, sino que se sientan en una silla cómoda con sus zapatos. Coloque una almohada debajo de sus pies, use ropa suelta, y no cruc las piernas.

En estos ejercicios próximos, ligeramente rascar ni frotar específica las partes del cuerpo según sea necesario, utilizando un pequeño palo o una regla, si usted tiene dificultades para llegar a algunas partes. Esto ayuda a resaltar y específicos áreas, de modo que la conciencia del cuerpo se puede enfocar con mayor facilidad y precisión. Esto no es rascarse necesario después de que se haya acostumbrado a la técnica, usted será capaz de identi

ficar las áreas específicas con conciencia corporal sola. Repita el MBA ejercicios siguientes sin rayar y ver cómo te va sin esta ayuda. Trate de hacerlo con los ojos cerrados, por lo que se están centrandose en el conocimiento del cuerpo solamente. Utilice sus ojos si usted realmente necesita, pero sin usar los ojos tan pronto como la orientación se puede hacer con el conocimiento del cuerpo solo.

Para demostrar el cambio de centro de conocimiento del cuerpo y para cubrir áreas específicas en el cuerpo, ligeramente arañar la piel de su rodilla izquierda con las uñas, lo suficientemente fuerte como para dejar un ligero sensación de hormigueo después de dejar de rascarse. Cierra los ojos y sentir esta área a hormigueo con su conciencia corporal. Hazte intensamente consciente de esa zona. Resalta que con el conocimiento del cuerpo. Sienta esta área hormigueo con su conocimiento del cuerpo solo, con su sentido del tacto y la sensación. Olvídate de el resto de su cuerpo por ahora.

A continuación, se sienten de más de la misma rodilla y ser más plenamente conscientes de ello como un conjunto completo. Siéntase su contorno y la forma y realmente consigue la sensación de que con su conocimiento del cuerpo. Su centro de la conciencia se centra ahora en su totalidad en la rodilla izquierda.

Cambia tu punto de conciencia corporal a la rodilla derecha, arañazos en primer lugar, para resaltarlos. Siente su la forma y el contorno con su conciencia. Centro de su conciencia en su totalidad en la rodilla derecha.

Cambia tu punto de conciencia corporal a tu dedo gordo del pie derecho. Cero en la parte superior de la articulación grande, donde se une con el pie. Mueve el dedo del pie un poco para ayudarle a conseguir la sensación de que, para que pueda concentrarse en lo con su conocimiento del cuerpo. Siente el dedo del pie entero. Siente el cosquilleo en la parte superior de la misma, a continuación, sentir su esquema y forma con el conocimiento del cuerpo. Centro de la conciencia en su totalidad en el dedo gordo del pie derecho.

Cambia tu punto de conciencia corporal a varias otras partes de su cuerpo - en cualquier lugar que te gusta - destacando que por primera vez por una luz rascarse o frotarse. Siente estas áreas diferentes a medida que los objetivos con su (ahora móvil) punto de conciencia corporal.

El aumento de la sensibilidad

Para mejorar su sensibilidad conocimiento del cuerpo, haga lo siguiente MBA ejercicios con la frecuencia que puede hasta que llegue la idea de esta técnica. Se mejorará progresivamente su sensibilidad, que es muy importante para todos los ejercicios y técnicas que figuran en este libro.

La primera vez que aprender a mover la conciencia a través de la superficie de su cuerpo, ayuda si se trazan los vía a lo largo de su piel con los dedos o un pincel, para resaltar la trayectoria de su cuerpo la conciencia, por lo que es más fácil de seguir con su punto de conciencia solo. Si esto no es suficiente, ligera y poco a poco rascar ni frotar la vía a lo largo de su piel con las uñas o una regla. Siga la pista ligeramente hormigueo este deja en la piel con su punto de conciencia corporal sola.

Para el seguimiento y el aprendizaje más amplios caminos de la energía, le sugiero que utilice un pincel de la anchura apropiada. Puede hacerlo usted mismo o tener un compañero que lo haga por usted mientras usted sigue las

47

----- Page 49-----

sensaciones causadas por el toque del pincel se mueve con tu punto de conciencia corporal. O puede frotar una vía con los dedos, acariciando repetidamente a lo largo de la vía elegida

Para empezar, sugiero trazar una ruta desde la base de su pulgar izquierdo, a lo largo del sensibles parte interna del brazo y hasta su hombro izquierdo. Cierra los ojos y concéntrate en la sensación de el pincel o con los dedos tocando y moviéndose a lo largo de la superficie de su piel. No haga caso de la mano haciendo el cepillado. Repetidamente tiempos esta vía, desde el pulgar al hombro y la espalda de su pulgar de nuevo, después de esto con tu punto de conciencia corporal hasta que haya una buena sensación para este camino.

Repita el ejercicio anterior con el brazo derecho.

A continuación, rastrear y seguir un camino de su dedo gordo del pie izquierdo, la parte superior externa de la tibia, por encima de su rótula, y en la parte superior externa del muslo a la cadera izquierda, luego de vuelta hasta el dedo gordo del pie otra vez.

Repita el ejercicio anterior con la pierna derecha. Practica esta técnica hasta que pueda trazar un camino a cualquier lugar de tu cuerpo con tu punto de conciencia corporal solo, sintiendo su camino a lo largo de la superficie de su piel sin tener que seguir un camino manualmente y destacarlo. Frota y ponlo de relieve, con la frecuencia y durante el tiempo que necesita para aprender esta técnica.

Si usted está entrenando con un compañero, puede ayudarse con un cepillo del otro cuerpo estimular las vías, o con un masaje de caricias con una sola mano. El masaje es una muy buena manera de aprender a concentrarse y mover un punto de conciencia corporal. Haga que su pareja le dará un lento-masaje mano y seguir el toque de su mano con su punto de conciencia. Haga que él o ella trace las vías por las piernas y los brazos, y hasta la espalda, después de contacto con su conciencia. Con una sola mano para esto hace que sea más fácil de seguir con su conciencia.

MBA ejercicio

Enfoque su conciencia en su rodilla derecha otra vez hasta que se siente bien con su conciencia. Cambie su centro de conciencia lentamente por el exterior de su pierna derecha, sintiendo su espinilla como su diapositiva de la conciencia por ella. Manténgase en movimiento su conciencia lentamente hasta que su centro de conciencia trata de su pie derecho. Mueva su conciencia poco a poco a su dedo gordo del pie derecho. Siente este dedo del pie con su conciencia. Mueve un poco y asegúrese de que realmente lo sienta y lo están di

rigidas también.

Mueva el punto de conciencia a la punta junto a él y sentir su forma y contorno con su conciencia. Tensa, mover, mover, tocar, o cero cada dedo del pie cuando sea necesario, para poner de relieve y la orienten.

A continuación, mueva su conciencia a través de su pie izquierdo y sentir que los pies con su conciencia. Flex y tensa su pie izquierdo ligeramente para conseguir la sensación de que en su conjunto. A continuación, la sensibilización central en la izquierda dedo gordo del pie. Siente tu conciencia caer de nuevo hacia el tobillo, y luego lentamente a lo largo de su espinilla izquierda hasta que se detiene en su rodilla izquierda. Mantenerlo en movimiento, deslizando se hasta el muslo y poco a poco en el lado izquierdo de su cuerpo hasta que pueda sentir su hombro izquierdo. Mueva su conciencia hacia abajo el exterior de su brazo izquierdo, moviéndose lentamente más allá de su codo hasta la mano izquierda. Siente toda la mano izquierda con su conciencia. Mover y centro de su conciencia en el dedo pulgar izquierdo. Siente su forma y contorno con su conciencia. Mueve un poco si es necesario resaltarlos. Sentir todos los otros dedos, uno a uno tiempo, con su conciencia.

Usted se acaba de mudar su centro de conciencia del cuerpo en todo su cuerpo, la focalización y enfocar su conciencia en muchas partes de la misma. También ha sido estimular su cuerpo de energía en el proceso, sin saber que estaba pasando, ya que su centro de conciencia se trasladó a través de su energía del cuerpo. Usted puede haber sentido alguna sensación de hormigueo o sensaciones peculiares difusa a medida que avanzaba su punto de conciencia alrededor de su cuerpo. Estas sensaciones son causadas por el movimiento de energía dentro de su cuerpo de la energía, y son normales para este tipo de ejercicio conciencia corporal.

Para manipular eficazmente su cuerpo de energía, es necesario ser capaz de centrar su punto de la conciencia en un solo punto en su cuerpo, luego de manipular este punto de conciencia. Este la manipulación se hace con el conocimiento del cuerpo activo, con algo que he llamado la proyección de imagen táctil. imagen táctil es muy fácil de aprender y usar. Usted ya ha aprendido las habilidades necesarias para este y pronto conseguirá la caída de ella. Sólo hace falta un poco de práctica.

10. Imágenes táctiles

imágenes táctiles (TI) es el uso activo de la conciencia del cuerpo para estimular directamente y manipular la sustancia del cuerpo de energía. Esto es simplemente una extensión de MBA. Cuando la conciencia del cuerpo es se centró en un área específica, y ese punto de conciencia se da el movimiento, este movimiento directamente estimula la energía del cuerpo en esa zona. Cuando se hace en el lugar de una energía primaria o secundaria centro (un chakra mayor o menor) que el centro de energía será estimulado directamente. Individuales de energía centros puede ser dirigido y manipulado de una manera fuerte y dinámica.

He desarrollado MBA y T.I. para una persona que había sido ciega desde su nacimiento y, por supuesto, no podía visualizar en todo, no tener idea de lo que la vista visual era. Esta persona puso en contacto conmigo en el Internet, a través de una computadora en Braille, y me preguntó si tenía una técnica de proyección que no se basó en visualización.

Esto fue un reto interesante, así que puse mi mente a la solución del problema. Después de unos pocos Eureka significativo, me ocurrió con MBA y T.I. - Ambos basados en el sentido del tacto. Cuando carretera a prueba esta nueva técnica, me sorprendió lo efectivo que fue. Fue a años luz de cualquier otras fuentes de energía del cuerpo técnica de manipulación, mucho más poderosa que las técnicas de visualización. Desde ese tiempo, he utilizado este descubrimiento como el fundamento de todas mis manipulaciones de la energía del cuerpo, desarrollo, y la proyección técnicas.

Irónicamente, he perdido el contacto con la persona ciega que empezó todo esto, mientras que la nueva TI con sede en técnica de proyección (llamada cuerda) estaba en pleno proceso de desarrollo.

El aprendizaje de imágenes táctiles

la conciencia de enfoque del cuerpo solo en la zona de destino especificado y tratar de no usar tus ojos a menos que realmente tenga que hacerlo. Muchas personas encuentran que no pueden aprender MBA o T.I. técnicas sin usar los ojos para ayudar a las zonas de destino específico. Haga lo que sea necesario, pero detener a sí mismo de usar los ojos tan pronto como sea posible. Muchos ejercicios y técnicas avanzadas más adelante en este libro no permiten el uso de los ojos u otras ayudas dirigidas o destacar.

Circular ejercicio

La mejor manera de aprender de imagen táctil es haciéndolo. Descanse sus manos cómodamente en su regazo, o en los brazos de su silla, con las palmas hacia abajo y los dedos ligeramente separados. Cierra los ojos, relájese, y el cambio su conciencia a la base de su pulgar derecho, parte superior. Hay energía secundaria importantes centros (chakras pequeños) en la articulación del pulgar y que ahora va a estimular uno de ellos. Muchos la gente se sienta uno de los centros pulgar (chakras pequeños) activará la primera vez que trabajar en ellos.

La primera área a trabajar es en la parte superior de la articulación grande donde el pulgar se une a la mano derecha. Flex el dedo pulgar mientras mantiene esta articulación entre los otros dedos para ayudar a localizarla. Ligeramente un rasguño área circular, a la derecha, en la parte superior de la articulación del pulgar, cerca de la mitad de una pulgada (1 cm) más o menos de ancho, a resaltar que con la conciencia. Poco a poco traza un dedo por la misma trayectoria circular, mientras que sigue el toque de los dedos que con su punto de conciencia. Ese punto de contacto, ese punto de sentir, es su punto de conciencia. Continuar después de esta acción hasta que usted puede recordar la sensación exacta de este movimiento circular y puede volver a crear esta acción con su punto de conciencia solo. (Un artista pequeño

pincel también se puede utilizar para este propósito.)

Siente el área de destino de hormigueo en la parte superior de su dedo pulgar conjunta con su punto de conciencia. Volver a crear la acción circular agitación. Mover su punto de conciencia en un pequeño círculo hacia la derecha en esa zona, como si lo estaba revolviendo con un lápiz imaginario. Concentrado andfeel este la acción, continuando el movimiento con su punto de conciencia solo. Mueva su offeel sentido a través de la piel con un movimiento circular. Mantenga este centro de agitación con una o dos acciones dando vueltas por segundo. (El momento no es crucial.) En poco tiempo, esta acción se beneficiarán de sus propias impulso y llegar a ser casi automático. A continuación, tendrá muy poco esfuerzo para continuar con esta acción. Mantenga su punto de conciencia muy cerca dentro de su piel como lo hace. Siente tu punto de la figura de sensibilización. 5 . Imágenes táctiles agitación

técnica en la articulación del pulgar

49

----- Page 51-----

continuamente dando vueltas y moviéndose a través de la piel en el área objetivo.

Después de un tiempo - cualquier cosa, desde unos pocos segundos a unos minutos durante un primer intento - que debe comenzar a sentir una pesadez localizadas, presión, sensación de hormigueo, zumbido, o incluso un hueso de profundidad cosquilleo en el interior de la articulación del pulgar. Esto puede extenderse a más de su dedo pulgar y la mano. Este sensación indica que el centro de energía en la articulación del pulgar ha sido estimulado con éxito en un un mayor nivel de actividad energética. Si usted siente esto, inmediatamente pasar al siguiente ejercicio. Si no siento nada, después de intentarlo durante varios minutos, pasar al siguiente ejercicio de todos modos.

Agitación ejercicio

Mueva el punto de conciencia en una acción recta cepillado arriba y abajo por la derecha general, justo por encima de la articulación en la base hasta la punta de la uña, sintiendo esta vía sobre la marcha. Mueva el punto de conciencia continua de ida y vuelta por esta zona. Ahora eres el cepillado el pulgar todo con su punto de conciencia y, por tanto estimulante que toda la zona energía. Siente la acción de cepillado a través de la totalidad de su dedo pulgar. Las sensaciones que puede he sentido antes se intensificará y extenderá a través de más de su dedo pulgar como usted hace esto, a medida que más y centros de energía más secundario y los puertos de intercambio de energía en el pulgar convertido en energía activo. Repita los ejercicios sobre el pulgar de su mano izquierda. Repita el ejercicio en los dedos gordos de los los dos pies, uno a la vez, comenzando en la parte superior de las grandes articulaciones de los dedos gordos solamente, donde se unen cada los pies.

Estimulación Notas

A menudo no están inactivos los centros de secundaria de energía (chakras pequeños) en un lado del cuerpo, pero rara vez en ambos lados. Si no sientes nada después de hacer cualquier acción de sensibilización durante varios minutos, mueva en el ejercicio siguiente. Aunque sensaciones de movimiento de energía a ser evidentes en la mayoría de casos, algunos pueden sentir nada en absoluto, aunque he encontrado una total falta de sensación de estar raro.

No hay sensación en todo indica que el cuerpo de energía está bloqueado o inactivo en esa zona. Si este es el caso, continuar con estos ejercicios temprano lo mejor que pueda. Es importante aprender y practicar el técnica. Más tarde, los ejercicios en este libro se recuperen las zonas inactivas y eliminar bloqueos energéticos.

Una ducha o baño caliente, no sólo relaja el cuerpo físico y limpia la piel, sino que promueve también un mayor flujo energético a través del cuerpo de energía. Si tiene problemas para hacer estos ejercicios, trate de baño primero.

El hormigueo en la piel causadas por el rascado se utiliza para resaltar las zonas de destino no es la causa de la movimiento de la energía-sensaciones. Prueba de esto, si lo desea, mediante la repetición de este ejercicio en el centro de su antebrazo, o en medio de una señal acústica o el muslo, donde no hay energía secundaria significativa los centros. Esta prueba se encontró que no causan sensaciones perceptibles movimiento de energía. Por otra parte, tratar este mismo ejercicio en otro centro de energía pequeña, pero sin rayar. Es el movimiento del punto focal de la conciencia corporal a través del cuerpo de energía, en el sitio de un centro de energía, que provoca sensaciones de movimiento de la energía.

Uso de imágenes táctiles

A continuación se presentan algunos ejercicios simples pero importantes que se basan en las indicadas en los anteriores capítulo. Estos le llevará un paso más cerca de tomar el control manual sobre el cuerpo de energía propia. Por favor, tome su tiempo en estos, como la práctica de la proyección de imagen táctil es fundamental para la mayoría de los procedimientos indicados en este libro, incluyendo las técnicas de trance y de proyección. Su importancia No se puede exagerar.

Conciencia de manos

La forma más natural de utilizar su punto de conciencia es sentir que tienen un par imaginario de las manos. manos de sensibilización son el negocio de los extremos de las imágenes táctiles. Se trata de la conciencia de gran alcance herramientas y los utilizará para aumentar la energía y la manipulación de centros de energía, así como para técnicas de proyección. Usted pronto aprenderá a utilizarlos en zonas más extensas y en muchos otros formas prácticas energéticas.

las manos son la conciencia, en la práctica, simplemente extensiones de la conciencia corporal. Usted tiene a la izquierda y un lado derecho de la conciencia. Cada mano es que se sentía como que es unido a un brazo de la conciencia imaginaria

----- Page 52-----

procedentes de cada uno de sus hombros, los brazos, aunque la conciencia en sí no son importantes.

Con la práctica, willfeel que cada parte la conciencia se une a un lado diferente de la energía

cuerpo. Cada mano se une a un lado diferente del cerebro, y la otra es la conciencia general

ligeramente más débil que el otro, dependiendo de qué lado del cerebro es dominante. Cuanto más

manos de conciencia del uso, más fuertes se vuelven y más fáciles son de usar.

Manos conciencia ejercicio

Cierra los ojos y relajarse, mientras se está sentado o recostado cómodamente. Usando su conocimiento del cuerpo solo

(Sin llegar a moverse), tomar conciencia de las dos manos hasta el pie izquierdo, como si estuviera

agarrar de la misma. Rascar ni frotar la parte superior de su pie izquierdo y mover un poco para destacar y

hacer este ejercicio más fácil. Sienta la totalidad de ese pie. Dibuja las manos sensibilización a través de su izquierda

los pies, desde los dedos hasta el talón, de ida y vuelta varias veces.

Después de esto, sacar sus manos de sensibilización a través de su pie hasta el tobillo, y luego poco a poco tomar

a través de ellos en toda la pierna. Sienta la totalidad de la pierna al pasar sus manos la conciencia

hacia arriba a través de. Dibuja las manos conciencia todo el camino hasta la espina, más allá de su rodilla, su

muslo, y hasta la cadera. Al llegar a la cadera, película de su conocimiento al instante de regreso a la

dedos de los pies de nuevo y repetir el alza-acariciando, la acción de energía de fondos. No derrame cerebral de su

sensibilización hacia abajo la pierna. Repita esta acción una y otra vez, teniendo varios segundos por movimiento, sensación de la totalidad de su pierna cada vez.

Este actionforces energía fluya en tu pie y lo dibuja a través de su pierna. Usted puede sentir

algunas sensaciones peculiares como lo hace, como hormigueo, zumbidos, calor, frío, presión, pesadez o

incluso sensaciones de cosquilleo hueso de profundidad. Repita todo el ejercicio con la pierna derecha.

Dividir el ejercicio Conciencia

La separación de cuerpo-conciencia es muy simple y fácil de hacer. Se siente muy natural en la práctica, al igual que

utilizando las dos manos reales, al mismo tiempo. Como un ejercicio ejemplo, dividir su conciencia y sentir

sus dos pies al mismo tiempo, una vez contra ellos, un sentimiento en cada una de las manos de su conciencia.

Dibujar la energía hasta las dos piernas al mismo tiempo, exactamente igual que con el ejercicio anterior, una y

más. Con un poco de práctica serás capaz de hacer esto sin esfuerzo. Si tiene problemas para dividir

la conciencia, se adhieren a la utilización de uno en uno hasta que se sienta más cómodo con esa separación.

Si has tenido un poco de práctica a dividir sus manos la conciencia, aumentar

la velocidad de la
hacia arriba acariciando la acción hasta que pueda llamar su conciencia a través de
las piernas al mismo tiempo,
tomar dos o tres segundos para cada pasada hacia arriba, desde los pies hasta l
as caderas.

Para agregar a lo anterior, imagina y siente como si estuviera barriendo el
agua a través de toda la
sus piernas con las manos de su conciencia. Imagina sus manos la conciencia son
cada uno con un gran
esponja y se esponja el agua hacia arriba a través de la totalidad de sus piernas
. El agua sigue intentando
a correr hacia abajo la pierna, el esfuerzo tan concentrado conciencia se utili
za para forzar el agua a subir. Esta acción
ofrece una resistencia más enérgica y le da a su conciencia algo en las manos para
agarrar, por así
hablan. Esto aumenta la eficacia de cualquier conjunto de acción de las extremida
des de la energía de fondos.

Visiblemente Detección de manos Conciencia

Después de un poco de práctica con el uso de las manos de sensibilización, usted
puede comenzar a detectar cuando se
dejar atrás los ojos cerrados. Esto es especialmente cierto si usted ha estado me
ditando al mismo tiempo. Usted
puede ver sombras vagas e indistintas formas en movimiento. No importa, sin emb
argo, si no se ve
nada, ya que no es necesario para ver algo de estas técnicas para trabajar con ef
icacia. Esté atento a este
efecto secundario por causa de interés de sólo: muchas personas han informado de es
te fenómeno.

Siempre mira mis manos la conciencia cuando se mueven más allá de mis ojos, per
o he tenido mucha práctica en esto,
por lo que no soy realmente un sujeto de prueba justa. Confío en mis voluntarios
para proveer de mí una retroalimentación más realista.

Como experimento, relajarse y cerrar los ojos. Concéntrate en la sensación de s
us manos la conciencia. Poco a poco
levanten la mano la conciencia más allá de su cara y los ojos y por encima de su ca
beza varias veces (no
en realidad se mueven las manos reales), acariciando las manos de sensibilización
sobre el rostro y la cabeza. Trate de sentido
esta detrás de los ojos cerrados. Vea si puede detectar los movimientos de sombra
, o si se puede ver el
forma de las manos de su conciencia a medida que avanzan más allá de sus ojos. Si t
ienes éxito en esto, usted está usando un tipo de
de la vista de la energía similar a tiempo real o de la vista astral, como se exp
licó anteriormente. Este experimento es más eficaz
si se hace inmediatamente después de la meditación.

11. Estructuras de soporte de energía

Para proyectar fuera del cuerpo al mismo tiempo plenamente consciente y tene
r alguna esperanza de recordar que después, se
es una gran ayuda para poder aumentar el flujo de energía dentro ya través del cuerpo
energético. Un
efecto secundario bien conocido del estado de trance es que produce un flujo más f
uerte de energía que hace el
estado normal de vigilia y con el uso regular provoca un desarrollo lento pero p
rogresivo.

La mayoría de las historias clínicas de OBE mencionan sensaciones de movimiento de la energía. El conocido las vibraciones y el pulso cardiaco no son más que sensaciones intensas movimiento de energía- asociados a la generación y la extrusión de la proyectada doble. Debajo de nuestra carnosa exteriores que son todos los seres bioenergéticos. Cuando la parte energética de la que nos mueve a la vanguardia, ya que hace durante la proyección consciente de salida, la energía se convierte simplemente en todo.

En una etapa muy temprana, cuando vi a los numerosos conflictos entre el pensamiento de la Nueva Era y varios escuelas de pensamiento oriental sobre la manipulación energética y el desarrollo, decidí tomar un nuevo enfoque práctico con mis investigaciones. Mi investigación y la experimentación con el cuerpo de energía largo de los años ha producido importantes descubrimientos y una gran cantidad de información.

Hace casi una década, me decidí a trazar el cuerpo de la energía de la manera difícil, utilizando imágenes táctiles para sentir mi camino a través de mi cuerpo la energía propia. Yo, literalmente, elegí mi camino a través de cada centímetro, buscando los centros de energía más pequeñas. Me probaron y estimulado andfelt cómo trabajaban, lo que lo hicieron, y cómo se integraban en la estructura del cuerpo humano bioenergético en su conjunto. I evitar la investigación de las obras existentes sobre este tema en el tiempo, ya que quería hacer un completo exploración fresca e imparcial de la energía del cuerpo humano.

Este trabajo me permitió descubrir gran parte de la estructura de soporte subyacente de la energía del cuerpo. Esto no es desconocido hoy en día, si la acupuntura investigación, reflexología, Tai Chi, Qi-Gong y otros disciplinas relacionadas con la energía, principalmente de origen oriental. Mis nuevas investigaciones, sin embargo, han dado me mucho más viable manos-en la comprensión de la energía del cuerpo de lo que hubiera sido posible.

Mis descubrimientos iniciales condujeron a un plan para poner en práctica lo que había aprendido. Esto hizo necesaria la desarrollo de muchas técnicas, que a su vez condujo a una mucho más experimentación y prueba. El nuevo sistema fue luego ampliamente con aislamiento de decenas de voluntarios que proporcionan amplia comentarios. Esto me permitió afinar mis teorías iniciales y técnicas, y desarrollar a los nuevos, un simple pero muy eficiente de la energía del cuerpo y la manipulación del sistema de desarrollo. Se ha demostrado extremadamente valioso y versátil en todos los aspectos de desarrollo energético y la OBE. Este libro contiene una versión modificada del sistema completamente nueva, adaptada a las necesidades de la proyección formación.

Cinco circuitos separados

La energía del cuerpo humano puede ser comparado a una reflexión energética del cuerpo físico, compuesto de materia etérica estable y altamente estructurada (véase el capítulo 28). Contiene en su interior

varios circuitos energéticos distintos pero interdependientes. He definido estos circuitos lógicamente, a través de la experimentación, la observación, y lo que considero que es un razonamiento sólido. Mis definiciones y descripciones esforzamos por ofrecer una buena manera de regla-de-pulgar de la comprensión y tratamiento de los procesos de pura energía de la energía del cuerpo, sin ser demasiado técnico o misteriosamente esotérica.

Hay cinco circuitos básicos energéticos dentro del cuerpo la energía humana. (No voy a discutir la principal del circuito de forma importante. Lo he demostrado aquí sólo para ilustrar las relaciones entre los circuitos diferentes.)

Circuito Maestro de Kundalini Circuito

Almacenamiento Circuito tres centros principales de almacenamiento de energía

Primaria Circuito Siete Centros de Energía Primaria (chakras principales)

Circuito secundario Apoyo a Centros de Energía

Terciario Circuito Puertos Intercambio de Energía

52

----- Page 54-----

Cada circuito tiene muchas funciones diferentes en la física, bioenergética, y pura energía- los niveles. Todos están interconectados y trabajar juntos para apoyarse mutuamente en sus requerimientos energéticos, y todos son parte integral del cuerpo humano bioenergético en su conjunto. Los centros de energía primaria (mayores chakras) y sus funciones superiores, no se puede hablar propiamente y desarrollado en alguna medida (de restricción accidente o la capacidad natural) hasta que el circuito inferior y pequeños centros de energía se han estimulado, desarrollado y estabilizado. Si se hacen intentos por desarrollar y utilizar la energía más alta circuitos en primer lugar, una gran cantidad de tiempo - diez años - debe ser de espera para los niveles inferiores de circuitos para ponerse al día con las nuevas exigencias que se les da.

Los primeros intentos de trabajo de energía, especialmente en los centros de energía primaria, puede causar importantes interrupciones y reajustes dentro de la estructura existente de la energía del cuerpo. Nuevos caminos de la energía se debe formar, y los viejos caminos de la energía bloqueada o redefinido, se amplió, y se aclaró. Hasta la estructura de apoyo se desarrolla hasta el punto en que puede manejar la mayor demanda energética puesto en la estructura de soporte energético de los requisitos modificados de los centros de energía superior, la energía es a menudo tomados de la vitalidad de las zonas de almacenamiento de la energía del cuerpo. Esto puede hacer que el cuerpo físico se convertido en energía agotadas. La fatiga, desorientación, dolores de cabeza, problemas digestivos, depresión,

y una variedad de trastornos emocionales y otros problemas impares pueden temporalmente manifiesto, en mayor o menor combinaciones y grados de severidad. Estos pueden ser especialmente pronunciada si los procedimientos y precauciones recomendadas en este libro no se siguen. Primaria del centro de trabajo, sobre todo, debe no llevarse a cabo con demasiada fuerza en una fase demasiado temprana del desarrollo. Antes de centros de atención primaria son trabajado de forma importante, la estructura de apoyo a las necesidades de desarrollo por lo que mejor puede manejar el un mayor flujo de las energías que de él exige.

El primer paso es estimular y clara individuales centros de energía secundaria, de cambio de puerto grupos, y sus vías de interconexión, una parte a la vez. Si bien este proceso puede parecer un poco tedioso, bien vale la pena. Una vez que el proceso de desarrollo se inicia, la energía comienza a fluir ahora más libre y fuerte a través del cuerpo de energía que era posible antes. Esto resuelve muchos subyacentes relacionados con los problemas energéticos de proyección por lo que la proyección sea más fácil y la reducción de la la gravedad de las sensaciones fuertes salida.

Flujo de energía

La persona promedio que normalmente absorbe sólo una pequeña cantidad de la energía y vitalidad disponibles cada día, y cada vez menos con la edad. La energía es absorbida durante el sueño, la digestión, la respiración y la exposición a la luz solar. Digamos que usted absorbe 100 unidades de energía en bruto por día, suficiente para promedio de los requerimientos diarios. Energía de desarrollo de los ejercicios de aumentar el uso de energía, y que comenzará con 200 o más unidades de energía bruta (vitalidad) por día. Este déficit de 100 unidades por lo general se compuesto por las áreas de almacenamiento de la energía del cuerpo, a veces causando los síntomas físicos de interrupción de energía del cuerpo y el agotamiento.

Con un poco de tiempo y atención, la energía del cuerpo puede estar condicionada a manejar casi cualquier cosa. La mejor manera de comenzar es estimular, desarrollar y nutrir la a importante estructuras energéticas secundaria y terciaria. El organismo de energía es entonces más capaces de adaptarse y desarrollar en respuesta a sus requerimientos energéticos nuevos.

Centros de secundaria de energía

centros de secundaria de energía son similares a los centros de energía primaria, pero son más pequeños y tienen menos funciones. Su objetivo principal es transformar la condición y las energías recibidas a través del terciario sistema (puertos de intercambio de energía) en las cualidades específicas que se requieren. Estas partes más pequeñas de la energía del cuerpo se puede comparar con algo como bioenergético componentes electrónicos.

El diagrama de la página siguiente representa un centro secundario típico de energía de tipo esquelético. Estos tienen cuatro postes de cada uno y un núcleo de conexión central que atraviesa el centro. Cada polo es

una pequeña estructura de energía vortexlike que las flores en la superficie de la piel directamente encima de la articulación. Estos polos están conectados a un conducto interior más amplio que pasa por el centro de todos los huesos, a través de la médula ósea. Energía que fluye a través de estos núcleos es la causa de la sensación de hormigueo hueso de profundidad sensaciones que suelen sentirse al mismo tiempo aumentar la energía, especialmente durante los ejercicios temprano. El esqueleto centros de secundaria están interconectados a través de las vías energéticas

53

----- Page 55-----

corriendo a través de la carne. músculos, tendones y nervios, ya lo largo de la superficie de la piel. Fig. 6. Primer plano de las típicas

Ligeramente diferentes, pero con funciones similares, son las secundarias secundaria (esqueleto) de energía centros adscritos directamente a los órganos físicos, ganglios nerviosos, las glándulas, y el centro, que muestra la sección transversal los músculos. Estos tipos de centros de secundaria no están vinculados a la articulación del dedo (saco)

Dedo centro

sistema esquelético, y por lo general sólo tienen uno o dos polos de la floración la superficie. No he sido capaz de determinar mucho más sobre este tipo de centro de energía secundaria. La secundaria centros y sus vías de conexión son, como era de esperar, bastante bien en línea con los meridianos de acupuntura tradicional y puntos de acupuntura.

También hay sorprendentes similitudes entre el sistema de secundaria, en su conjunto, y los sistemas nervioso y circulatorio humano.

Energía Puertos de Exchange

puertos Intercambio de energía (sistema terciario) son centros de energía muy pequeña con muy simple funciones, al igual que los millones de pequeños poros que cubren la superficie de la piel. Su función básica es absorber las energías de descarga. Toda la superficie de la piel se cubre con ellas, pero la mayor concentración en varias áreas principales: las plantas de los pies, las palmas de las manos, las fosas nasales, la boca, los labios y la lengua y los genitales. Las manos y los pies son los más grandes conductos de energía en el cuerpo y por lo tanto contienen las concentraciones más altas de los puertos de cambio. Así que estas son las áreas más importantes para estimular, desarrollar, y hacer conciencia sensible durante desarrollo temprano de los ejercicios.

Centros de almacenam

iento

La energía del cuerpo humano tiene tres centros principales de almacenamiento de vitalidad, en diferentes calidades de las energías se van acumulando. Estas son muy diferentes de los centros de energía primaria (chakras principales) ese compartir las esferas generales igual, aunque pueden considerarse

estar relacionados con energía. Fig. 7. Tres de almacenamiento de energía

centros, más importante de energía
Sub-ombligo concentraciones de cambio de puerto

Posición: A medio camino entre la línea del ombligo y el pubis, dos
pulgadas dentro del cuerpo de media

Función: Raw física de almacenamiento de energía vitalidad

Sub-corazón

Ubicación: Centro de pecho, en la base del esternón, dos pulgadas
dentro del cuerpo de media

Función: almacenamiento de crudo de la energía emocional

Sub-frente

Posición: Entre cantos cuenca del ojo-en el centro de la frente,
justo en el interior del cráneo

Función: primas de almacenamiento de energía mental y psíquica

De estos tres centros de almacenamiento, el más importante y más seguro
activamente relleno es el centro de almacenamiento sub-ombligo. Cuando este cent
ro está lleno,
desbordamientos en el centro de almacenamiento sub-corazón, que cuando está lleno
desbordamientos en el centro de almacenamiento debajo de las cejas.

Deliberadamente llenado los dos mayores centros de almacenamiento de primer
a es una práctica muy poco prudente que puede
desequilibrio de la energía del cuerpo y disminuir significativamente los niveles
de vitalidad. Esto no sólo es desarrollo
contraproducente, pero también puede afectar negativamente a la estabilidad emocio
nal, mental y psíquica. Llenado todos los
los centros de almacenamiento es un trabajo de toda una vida. Puede tomar meses
de aumento de energía regular antes de sub-

54

----- Page 56-----

niveles de almacenamiento aumentan significativamente el ombligo, porque una gra
n cantidad de energía se consume durante los primeros
el desarrollo de ejercicios.

No hay atajos seguro. Si andas buscando las habilidades psíquicas, la meditación
la práctica regular de trance
y el trabajo diario en el llenado de su centro de almacenamiento sub-ombligo. Ha
cer de la meditación trance y elevación de energía
una parte de su vida diaria, y su cuerpo energético se desarrolle de una manera na
tural, equilibrada y saludable.
Cualquier habilidades psíquicas latentes que comienzan a manifestarse cuando las c
ondiciones energéticas que les permitan
se crean. Forzar a este proceso hace que los problemas previsibles.

12. La estimulación de la energía del cuerpo

Cinco acciones Conciencia

Cinco acciones imágenes táctiles se utilizan para manipular el cuerpo energético,
utilizando la misma base
técnicas de todo. Rascar ni frotar cada centro de energía o vía energética cuando sea ne
cesario, para ayudar a

objetivo y hacerlo más fácil de seguir con la conciencia solo. Así como la sensación de estas acciones en el superficie, siento que pasa debajo de la piel y un poco en el interior del cuerpo. Con todo lo anterior acciones de sensibilización, que es la acción de sentir un punto de conciencia del cuerpo en movimiento en o a través del cuerpo físico que estimula la sustancia del cuerpo de energía. El tamaño de las actividades de sensibilización A continuación se van a variar según la parte del cuerpo o centro de energía que se está trabajando.

55

----- Page 57-----

Agitación Acción: Mueve tu punto de conciencia en un círculo hacia la derecha a través de la superficie de su piel. Esto es como si que se agitaban la zona de destino con un solo dedo de una de las manos de su conciencia. Esta acción puede ser la izquierda, si se prefiere.

El cepillado de Acción: Mueve tu punto de conciencia de nuevo adelante y hacia atrás a través de la piel como si el cepillado dicha zona con un pincel.

g. 8. Revolviendo la figura. 9. Cepillado
sobre la acción de la rótula rótula

Fi
acción

Envolver Acción: Mueve tu punto de conciencia en todo el área de orientación, articulaciones o las extremidades, como si continuamente colocar una venda imaginaria alrededor de él.

Lagrimo Acción: Utilice sus manos la conciencia en una de dos entregó lagrimo acción. Imagínese que usted está sosteniendo un pan pequeño rollo o no-la tuerca en la piel, o en virtud de que sólo, y en reiteradas oportunidades lagrimo esta separación, con las manos de su conciencia, y otra vez. Esta acción se utiliza principalmente en los centros de energía primaria, pero puede También puede utilizarse como un método alternativo para estimular la centros de secundaria de energía y grupos de puertos de cambio.

10. La figura de ajuste. 11. Lagrimo
sobre la acción de la rótula rótula

Fig.
acción

Esponja de acción: Imagine o siente que sus manos la conciencia la celebración de una gran esponja, con agua que una esponja hacia arriba a través de toda la zona que se está trabajando. Esto se utiliza principalmente como una acción de conjunto de las extremidades. Se puede utilizar una esponja de energía de hasta sólo un lado de un miembro, pero se usa principalmente para aumentar la energía a través de la totalidad de un extremidad o parte del cuerpo.

Fig. 12. Esponja

acción en la pierna

Notas de Instrucción

El nuevo sistema no requiere un nivel profundo de relajación, ni siquiera una gran cantidad de preparación. Una vez que estas técnicas se aprenden, es posible aumentar la energía en cualquier momento, incluso mientras viajar, caminar, hablar, trabajar o ver la televisión, etc Para los siguientes ejercicios de entrenamiento, el uso de relajación única luz, excepto cuando se encuentra con problemas de aprendizaje de estas técnicas y conseguir energía en movimiento durante los ejercicios temprano. Si bien la relajación física profunda no es necesario que el NUEVO sistema, si se encuentra con dificultades, algunos preliminares profunda relajación física y el trabajo de trance por lo general será de ayuda.

56

----- Page 58-----

Recomiendo sentado en una silla cómoda, con las piernas bastante recta y ligeramente adelantado, preferentemente con los pies descalzos o calcetines sueltos. No use ropa apretada, especialmente en las piernas, como nada apretado o incómodo puede interferir con la conciencia orientación y el aumento de la energía. Coloque una almohada o cojín bajo los pies. No se sienta con las piernas cruzadas durante las sesiones de entrenamiento, ya que esto hace de sensibilización dirigidas y aprender a elevar la energía más difícil. Cierra los ojos y tomar unos pocos respiraciones profundas, por lo general usted se instalará, y comenzar.

Cuando no responde centros de secundaria o grupos de puertos de cambio se encuentran, no deje su avances para concentrarse en las áreas bloqueadas. Trabajar en ellos para el tiempo sugerido, a continuación, mueva en el ejercicio siguiente. Trabajo alrededor de los bloqueos de esta manera ayuda a limpiar ellos.

Sugiero que los ojos se mantendrán cerradas y no se les permite mirar a la zona de destino. He encontrado que mirando hacia la zona de destino, incluso desde detrás de los ojos cerrados, tiende a diluir la eficacia de acciones de sensibilización. Sin embargo, algunos de mis voluntarios informaron tener dificultades para aprender a concentrarse la conciencia sin usar sus ojos para ayudar a la orientación. Se permite usar tus ojos a las ayudas de sensibilización dirigidas, mirando el área que se está trabajando, pero sugiero que el uso de los ojos para orientar poco a poco interrumpirse tan pronto como sea posible. Muchos de los ejercicios que viene no permitir que los ojos se utiliza en absoluto, al igual que con las técnicas de trance y de proyección, etc

El trabajo de estimulación preliminar

Estos ejercicios están diseñados para aislar y estimular individuales y pequeños c

entros de secundaria grupos de puertos de cambio. Escoger a través de ellos más les gusta esto permite bloquear áreas a ser identificadas hasta el que se puede borrar y fortalecerse. Cada área despejó con éxito aumenta significativamente el flujo

de las energías en el cuerpo de energía. los dedos individuales y de los pies no tiene que ser trabajado en todos los tiempo, sólo en las primeras etapas y para quitar bloqueos.

vías de conexión en el cuerpo de energía puede llegar a ser bloqueado y se redujo hasta el punto de se convierten en prácticamente desconectados, así como el cuerpo físico mal funcionamiento puede de forma similar.

las vías de energía puede ser curado y redefinido varias veces el dibujo de la energía a través y alrededor

ellos. El cuerpo energético, como el cuerpo físico, aprende muy rápido y se desarrolla una especie de energía

memoria de actividades de sensibilización, a menudo repetida.

Dedo de trabajo

Dedos de los pies son partes importantes de las estructuras energéticas más grandes y más poderosos dentro de los pies. Cada articulación del dedo contiene un centro de energía secundaria, con cuatro postes de la floración en la superficie de la piel. Estos están conectados a la gran concentración de puertos de intercambio de energía en la parte inferior de los pies y

dedos de los pies. Como las estructuras de elevar la energía, los pies son las bases de los conductos más grande y fuerte en el energía del cuerpo. Son estructuras de ahí la importancia de estimular y desarrollar

Un pie - por lo general el izquierdo - se activan normalmente mucho más fácil que el otro. Se puede tomar

muchas sesiones de desarrollo antes de la parte menos activa comienza a responder. Si en el primer ejercicio

a continuación, ninguna sensación se siente en cualquier dedo gordo del pie, esto significa que ambas áreas están latentes

o bloqueado. Esto no significa que el nuevo sistema no funcione para usted. Lo hará. Estas áreas lenta

progresivamente a medida que más clara de las estructuras de la energía en los pies claro.

Aumento de la meta de la parte superior de su dedo gordo del pie izquierdo.

Hay una bastante grande secundaria

centro en cada una de sus articulaciones. Dar a este dedo un rasguño ligero o frote a lo largo de su longitud con

la uña para resaltarlos, hasta que se estremece un poco en la parte superior. Utilice el cepillo

acciones de sensibilización y el cepillo a lo largo de toda su longitud, desde su punta a un par de

pulgadas más allá de donde se une con el pie. Concéntrate en la sensación de esta acción dentro de la

piel. Variar esta acción de vez en cuando y el cepillo cada lado de ella, así, interior y

exterior. Mantenga el cepillado hasta que sienta un ligero zumbido o localizada pesadez o

la presión en ese dedo del pie. Continúe cepillando durante varios minutos, o hasta que algún

sensaciones perceptibles se sienten, a continuación, pasar al siguiente ejercicio.

Repita el ejercicio anterior en el dedo gordo del pie derecho.

Utilice la acción esponja a través de la totalidad de ambos dedos gordos, uno a la vez.

La acción de agitación también puede ser utilizado en la parte superior de cada conjunto, si es que son difíciles de activar. Trate de dividir la conciencia y el cepillado o esponja ambos dedos gordos al mismo tiempo.

Utilice las acciones de cepillado y una esponja en todos los dedos de los pies menor, a partir de la figura del dedo del pie. 13. Cuerpo de secundaria

centros en los dedos del pie

57

----- Page 59-----

al lado del dedo gordo del pie en el pie más sensible. Pase el tiempo un poco más en el pie menos sensible, y en cualquier dedos de los pies que no responden para ayudar a liberar para arriba.

Uso de una acción un poco más ancho de cepillado (ancho de la punta de los dedos de los pies a un poco más allá donde se unen los pies) y comenzando con su mejor pie nuevamente, el cepillo en la parte superior entera de todos los dedos de los pies al mismo tiempo, de un lado a lado, desde el dedo gordo del pie a los pies pequeños, de ida y vuelta.

Repita esta acción en el otro pie.

Trate de dividir la conciencia y la repetición de lo anterior en ambos pies al mismo tiempo, en cualquier dirección que se siente por ser más fácil y efectiva.

Único trabajo

Los puertos de intercambio de energía en la parte inferior de los pies y dedos de los pies forman la capa exterior del complejo estructuras de intercambio de energía en los pies. Las plantas, por lo tanto extremadamente importante para el flujo de energía en el cuerpo, y los siguientes ejercicios deben ser cuidadosamente trabajado a través de mejores resultados.

Aumento de la meta de la mitad de la planta de la izquierda los pies. Rascar ni frotar la zona si necesita ayuda dirigidas a él. Uso de una acción en sentido horario pequeña agitación, aproximadamente un y media pulgadas de diámetro (3,5 cm), un círculo a su punto de la conciencia no continuamente. Mover esta acción de agitación lentamente sobre la parte inferior de su pie y sus dedos de los pies. Mantenga esta acción de agitación en movimiento en todo momento, que cubren todo el la zona afectada. Continúe esta acción móvil revolviendo hasta que que haya cubierto toda la parte inferior de su pie varias veces, incluyendo la parte inferior de todos los dedos de los pies y la talón. Esta acción de sensibilización es un poco como si estuviera usando un pequeña rotación masajeador eléctrico. Pase por lo menos cinco minutos en cada planta con esta acción rotatoria (a principios de ejercicios solamente) o hasta que la superficie de cada planta comienza a la figura. 14. Rotary revolviendo la figura. 15. Acción de cepillado responden bien. acción sobre la planta del pie en la planta del pie

Usando una amplia acción de cepillado, como si la pintura en las plantas con una brocha grande, la conciencia del cepillo de ida y vuelta, desde los talones hasta los pies, cubriendo toda la parte inferior de cada pie profundamente con la acción de cepillado, con un pie a la vez.

Trate de dividir la conciencia y la repetición de la acción de cepillado en ambos pies al mismo tiempo.

Usando una esponja acción profunda, dibujar la conciencia de las puntas de los dedos hasta el talón, de ida y vuelta a través de la totalidad de cada pie, un pie a la vez. Siente esta acción como rellenar el interior de la totalidad de cada uno de los pies a medida que hacer esto.

Trate de dividir la conciencia y la esponja a través de la totalidad de los dos pies al mismo tiempo.

Pies y Sensaciones

Trabajo en la parte inferior de los pies pueden causar sensaciones de movimiento de energía muy fuerte por cierto. Estos puede ser muy incómodo, incluso doloroso, sobre todo en las primeras etapas de desarrollo de estos ejercicios. Desafortunadamente, esto no puede ser ayudado y por lo tanto debe ser aceptado como el precio del desarrollo. Intenso zumbido, hormigueo, cosquilleo, y son los huesos de profundidad vibrantes sensaciones de movimiento de la energía comúnmente se siente. Esto puede continuar por algún tiempo, incluso después de las actividades de sensibilización que han causado los ha interrumpido. A veces, esto estará acompañado por contracciones nerviosas y espasmos musculares en la los pies y las piernas. Esto también puede ser muy fuerte en las primeras etapas. Ocasionalmente quemadura puntos calientes o fríos y parches pesados en el interior de los pies y las piernas también se puede sentir, lo que indica bloqueados y las áreas dañadas.

Todas estas sensaciones son normales para este tipo de trabajo de desarrollo energético. El grado de sensaciones sentía indica el grado de resistencia a la energía que se plantea. Sensaciones fuertes movimientos de energía son provocados por la cantidad más grande de lo normal de energía que se forzada a través de las vías de energía reducido y conductos. Este sobreestimula los nervios de la piel y el tejido circundante, cerca de la energía afectados vías.

Fuertes sensaciones movimiento de resistencia de energía debe ser ignorado. Si las sensaciones son demasiado fuertes para comodidad, pasar al siguiente ejercicio. Si estas sensaciones van más allá de los niveles de confort aceptable, suspenda inmediatamente todos los ejercicios por lo menos hasta el día siguiente, para darles una oportunidad para calmarse. Las sensaciones siempre será menor la próxima vez. Sensaciones fuertes son un signo de buena energía, lo que indica una buena la energía potencial de flujo en las zonas afectadas.

Sensaciones por lo general la facilidad de poco más de cinco o diez minutos, a veces un poco más. Caminar ayuda facilidad ellos. Si sólo sensaciones muy leves se sienten, esto puede indicar que un buen flujo de la energía ya existe, producir resistencia significativamente menor con sensaciones reducida. Pero si no hay sensaciones se sienten en todo, grandes bloqueos se debe sospechar, y el trabajo adicional se requiere para su solución. dolor físico real es bastante puntos de dolor raro, pero en caliente o en frío o dolor, además de dolores de agujas, no son infrecuentes. Estos indican determinados tipos de bloqueos de energía que normalmente se reducen gradualmente, a medida que se borran y

condicionada al flujo de energía mayor.

Es una buena idea tener un cuidado especial bien los pies y las manos, por lo menos al hacer estas primeras ejercicios. Recomiendo que esto se convierta en un hábito para cualquiera que haga serios, a largo plazo-energético el desarrollo. Si usted tiene dificultad para mover los pies de energía, trate de un baño de agua caliente con comodidad, luego frotar con un cepillo para uñas, prestando especial atención a las plantas de los pies y los talones. Exfoliante pies hasta que hormigueo ligeramente, a continuación, seco y frotar un poco de aceite corporal o crema en ellos. Esta atención especial se hacen más consciente de sus pies, como la sensación de todo el pie hormigueo causados por esta atención tendrá una duración de algunos tiempo. Esto puede ayudar con la conciencia de orientación. La aplicación de aceites esenciales, además de masajes y reflexología técnicas, también pueden ayudar a activar y claro bloqueado estructuras de energía en los pies.

Pierna de trabajo

Cada barrido de la pierna debe tomar aproximadamente tres segundos para cada pasada, arriba o abajo. Este ejercicio es diseñado para estimular el camino de la energía, no para elevar la energía a través de la pierna, que es la conciencia por se cepilla en ambas direcciones. Repita este proceso para cada uno de los siguientes ejercicios de piernas.

Utilice una acción amplia de cepillado en la parte frontal de cada pierna, uno a la vez. Cero, frotar o acariciar la pierna entera vía, si es necesario para ayudar a orientar y trazar el camino que se está trabajando. Mover la conciencia del consejo de dedos de los pies, sobre la parte superior del pie y el tobillo, la espinilla hasta la rodilla y hasta parte superior de la articulación de la cadera en la parte frontal de cada pierna, una pierna a la vez. sensibilización carrera constante ida y vuelta una docena de veces o más por trayecto.

Repita esto en la parte posterior de cada pierna, uno a la vez, desde el talón a la parte posterior de la articulación de la cadera (parte superior de la nalga), a continuación, hacia abajo de nuevo.

Repita esto en los lados exteriores de cada pierna, uno a la vez. Preste atención a tomar la energía desde los más pequeños los pies con este ejercicio, por el lado exterior del pie al talón, al lado del tobillo, hasta el lado de la rodilla, al comienzo del espacio ultraterrestre articulación de la cadera, luego de vuelta otra vez.

Repita esto en las piernas interior, uno a la vez: de dedo gordo del pie a través de la cara interna del pie hacia el lado interior del tobillo, la rodilla interior, a los pliegues inguinal interno en la parte superior de cada pierna, luego hacia abajo de nuevo.

Levante la energía con la acción esponja grande a través de la totalidad de cada pierna, sintiendo toda la pierna. Dibujar la conciencia de los dedos del pie, a través de tobillo, y en a través de articulación de la rodilla hasta la cadera, luego de vuelta a través de los toda la pierna de nuevo.

Trate de dividir y hacer conciencia de este último ejercicio en ambas piernas a la vez.

Mano y brazo de trabajo

El cuerpo energético también los intercambios y la saca energías en sí misma a través de las manos y los brazos. En lugar de excesivamente las cuestiones, es mejor pensar en estas energías como las energías sutiles simplemente atmosférica, a diferencia de las energías más terrenal que desembocan en los pies y las piernas. Las manos, como los pies, cada uno tiene una fuerte concentración de los puertos de cambio en las palmas y las partes inferiores de los dedos.

Dedo de trabajo

El proceso para la estimulación de la mano y los dedos es similar a la utilizada con la pies, con pequeñas diferencias. Para algunas personas es más fácil de hacer dedo temprana y de la mano ejercicios si se ven en cada dedo, ya que trabajar en él. Esto es admisible, pero por favor, deje de usar los ojos para este propósito una vez que las técnicas son aprendidas.

En primer lugar, los dedos separados ligeramente y utilizar una acción estrecha adulta a fin de estimular la en toda su longitud de cada dedo en la parte superior. El trabajo en un dedo a la vez y un cepillo de alcance de la mano de las muñecas durante treinta segundos cada uno, o hasta que empiecen a responder, y más tiempo si así lo desea. A su vez la mano de nuevo y repita esto con cada dedo en su inferior.

Utilice una acción amplia de cepillado, como si estuviera usando una brocha grande, y la figura. 16. Cuerpo de secundaria estimular la parte de atrás de cada mano, que abarca todos los dedos de las puntas de los centros a una pocas pulgadas de la mano

por encima de las muñecas, con una mano a la vez, por treinta segundos o más, aunque respondió bien antes.

Utilice una acción amplia de cepillado a través de todos los dedos, de lado a lado, cubriendo todos los dedos.

Trate de dividir la conciencia y la repetición de lo anterior en ambas manos a la mismo tiempo.

Fig. 17. Amplia cepillado y acciones de agitación

Palm Trabajo

Palm trabajo puede causar sensaciones intensas movimiento de energía en las palmas y los dedos. Estas sensaciones suelen reducir más rápidamente que las de los pies.

Repita el mismo proceso que se utiliza con la planta de cada pie, en la palma de cada mano, uno a la vez.

En primer lugar utilizar una acción de apretado, móviles agitación, moviéndose sobre esta acción hasta que haya cubierto la totalidad de la palma de cada mano, incluyendo la parte inferior de todos los dedos.

Utilice una acción amplia de cepillado, de ida y vuelta, desde unos pocos centímetros por encima del talón de la mano para puntas de los dedos, que cubre toda la superficie de la palma de la mano y parte inferior de todos los dedos.

Use una esponja de acción general a través de la totalidad de cada mano, de dedo por encima de las muñecas.

Trate de dividir la conciencia y estimular las dos palmas, de las muñecas por encima de los dedos.

Brazo de trabajo

Mover la conciencia de ida y vuelta de manos a los hombros, una docena de veces en ambas direcciones para cada uno de los siguientes ejercicios. Toma cerca de tres segundos sobre cada barrido del brazo hacia arriba, y lo mismo para cada barrido hacia abajo.

A lo largo de brazo izquierdo exterior, utilice un cepillo de acción de gran alcance de la mano, a lo largo de dorso de la mano a la muñeca, más de antebrazo hasta el codo, a lo largo del bíceps externo para la articulación del hombro exterior, de ida y vuelta.

Repita el procedimiento anterior en el brazo izquierdo interno de la punta de los dedos, palmas de las manos, la muñeca interior, parte interna del codo, la axila.

Repita el procedimiento en todo el brazo izquierdo, usando una esponja de acción, sentimiento de todos los del brazo, por dentro y por fuera.

Repita todos los ejercicios anteriores con el brazo derecho.

Trate de dividir la conciencia y repetir con el conjunto de los dos brazos a la mismo tiempo.

Guía de Referencia Rápida

Pies y piernas

Acción de cepillado en cada dedo del pie, agregar la esponja de acción para los dedos gordos Todos los dedos de los pies

Amplia acción de cepillado en todos los dedos en cada pie "

Móvil giratorio acción de agitación sobre la superficie de cada Soles única

Amplia acción de cepillado a lo largo de la duración de cada planta

"

Esponja acción a través de toda la planta de cada pie del pie entero

frente cepillo, la espalda, exterior, y las vías internas de las piernas, en ambos sentidos Piernas

Esponja a través de todo de cada pierna, dedos de los pies a las caderas, en ambos sentidos "

Las manos y los brazos

Unte cada índice y el pulgar, las partes superior e inferior de los dedos

Amplia acción de cepillado a lo largo de la longitud, parte posterior de cada mano manos

Amplia acción de cepillado a través de todos los dedos "

Rotary agitación acción, una acción amplia de cepillado en cada Palmas

esponja a través de toda la acción de cada mano a mano entera

Amplia acción de cepillado a lo largo de exterior, a continuación, interior, las vías de Armas

Esponja a través de todo de cada brazo, mano con hombro, en ambos sentidos "

Técnicas Energéticas de rebote

rebote de Energía es una técnica simple toma de conciencia y eficaz que ayuda a limpiar, redefinir y fortalecer todos los caminos de la energía.

Conciencia factor de resistencia

Al mover la conciencia rápidamente por el cuerpo de energía, se encuentra con una energética resistencia natural.

60

----- Page 62-----

Esto se siente como que está arrastrando a su punto de conciencia a través de una sustancia casi líquido, que permite que se sienta la sustancia de su cuerpo de energía propia. La acción de rebote crea una especie de ondulación en el interior del cuerpo de energía, causando la interrupción energética, lo que obliga a que la energía fluya. Esto ayuda a bloqueos claros y desarrolla conductos internos.

A modo de ejemplo (utilizando una esponja de acción rápida) botar su conciencia arriba y hacia abajo a través de todo de una pierna, desde el pie hasta la cadera, sintiendo que se mueve en ambas direcciones, al igual que la esponja antes de todo el tramo de ejercicio. Rebote desde el pie hasta la cadera y la espalda, rápida y repetidamente. Su conocimiento del cuerpo es capaz de los movimientos de relámpago, y de parpadeo de la parte del cuerpo a otra al instante, pero no tanto cuando se mueve a través del cuerpo de energía de esta manera. Poco a poco aumentar la velocidad de la acción de rebote y te sentirás muy pronto resistencia. Usted encontrará que hay un límite de velocidad natural de cerca de medio segundo en cada sentido. Si usted se mueve más rápido que esto, su conciencia se tiende a perder contacto con su cuerpo la energía y comenzar a prender desde el pie hasta la cadera y la espalda, mientras que la pierna saltando en el medio. Una vez que esto sucede, usted ya no es conciencia en movimiento a través del cuerpo de energía y por lo tanto ya no es estimulante.

Prueba de rebote

Cualquiera que sea parte de su cuerpo que desee para hacer rebotar la sensibilización a través, primer experimento con la velocidad, el aumento de la frecuencia de rebote hasta que encuentre resistencia. Una vez que esto se siente, reducir la velocidad un poco hasta que son rápida y cómodamente rebote sensibilización a través de su cuerpo, manteniendo al mismo tiempo la sensación de contacto con ella. Esta será la velocidad correcta para la acción de rebote en esa zona. No cuenta o esta vez con un rebote, sólo sentir la velocidad más cómoda para usted en esa área.

Pierna de rebote

Como el anterior, tomar conciencia a través de una o ambas piernas, desde los pies hasta las caderas. En primer lugar ensayo de resistencia y encontrar la frecuencia correcta, entonces rebote repetidamente en las caderas. Rápidamente se desarrollará un ritmo natural y sentir la ligera arrastrando el efecto que tiene en su cuerpo de energía. De energía en el movimiento de sensaciones zona de rebote suelen ser bastante leve. Continuar rebote por lo menos durante un minuto, o durante el tiempo que desee. Es una sensación bastante agradable cuando te acostumbras a él y la acción de rebote se convierte rápidamente en casi automático. Trate de dividir

conciencia y rebote—a través de las dos piernas al mismo tiempo. Manteniendo las p
iernas
así como lo hace más fácil pasado.

Fig. 18. Pierna de acción de rebote

Brazo de rebote

Como es arriba, rebote sensibilización a través de los dos brazos, uno a la vez,
desde los dedos hasta los hombros y la espalda
de nuevo en varias ocasiones. La primera prueba para la resistencia y ajustar la
velocidad de rebote para adaptarse. Trate de dividir la conciencia y
saltando a través de los dos brazos al mismo tiempo.

Espinal Bounce

Esta es una técnica maravillosa, si usted sufre de nuevo la tensión o dolor en l
a columna vertebral. Tengo algunas lesiones espinales mí
y parece muy calmante y curativo. Una vez que domines el rebote espinal, puede p
oner en marcha y
usar su mente para otras cosas. Sólo una pequeña parte de tu mente se requiere para
mantener la acción de rebote va en
el fondo. Esto promueve la relajación física profunda, ayuda a aliviar los nudos de
tensión en la columna vertebral, así como
estimular suavemente las raíces nerviosas de la mayoría de centros de atención primari
a.

Aumento de la meta del coxis (cóccix) en la base de la columna vertebral. Move
r la conciencia a lo largo de toda la longitud de
la columna vertebral a la parte superior de su cabeza. Bounce conciencia de ida
y vuelta, de arriba hacia abajo, sintiendo que todos los
manera. Aumentar la velocidad y ajustar la frecuencia, entonces lenta a un ritmo
más cómodo - cerca de la mitad de un segundo
más o menos en cada dirección. Tenga cuidado de respirar de forma natural mientras s
e hace esto. La acción de rebote de la columna vertebral tiende a
interferir con el patrón de respiración natural. Esto puede causar respiración superfi
cial y la respiración intermitente
celebración.

Lleno-Cuerpo de rebote

El rebote de cuerpo completo toma conciencia de arriba y abajo por todo el c
uerpo. Esto se puede hacer desde cualquier
posición, pero se aprende mejor mientras se está acostado con los brazos levantados
por encima de la cabeza. Tomar conciencia de ambos
pies, a través de las piernas, la cabeza del torso, y brazos, todo el camino hasta
justo por encima de los dedos. Bounce conciencia de vuelta
adelante y hacia atrás, desde los pies a la punta de los dedos. El ritmo de rebote
debe ser bastante rápido, uno o dos segundos cada uno
manera, pero lo que se siente más natural es lo mejor. Trate de sentir la totalida
d de su cuerpo, por dentro y por fuera, con cada
todo el cuerpo rebote.

Una variante de lo anterior es con los brazos descansando a los lados, donde
la conciencia se despide de sus pies
a justo por encima de la parte superior de su cabeza. Esto es mucho más práctico cua
ndo se está sentado o de pie.

Tenga en cuenta, después de haber trabajado con tanto esfuerzo y esmero a tra
vés de su cuerpo de energía recientemente descubierta,
que esta es sólo la parte de formación temprana. El nuevo sistema es muy progresiva
y, una vez que se aprende, de gran

partes de su cuerpo de energía rápidamente empezar a responder a las actividades de sensibilización única. Las piezas más pequeñas de la estimulación ejercicios dados hasta ahora se combinan en forma rápida más grande y más simple de todo el de la estimulación de las extremidades y energía acciones de sensibilización. Todo lo que empieza a ser más fácil, más rápido y más caz una vez que esto sucede.

13. El aumento de la Energía

El aumento de la energía es una parte esencial de estimular, desarrollar y alinear las funciones superiores de la energía del cuerpo, incluyendo fuera de la proyección del cuerpo. Esto hace que el uso de muchas de las habilidades que han aprendido hasta ahora en este libro.

Siente la energía de sensibilización acciones como si estuviera dibujando una gran esponja a través de cada par de miembros, como si fuera una esponja de agua a través de ellos. Mantente físicamente relajados como sea posible mientras que hace estos ejercicios, pero no te preocupes si un poco tensa o tienden a temblar un poco a veces. Un poco la tensión física no va a interferir con este tipo de elevar la energía. Con el tiempo usted aprenderá cómo hacer esta de pie, mientras que, caminar y correr incluso.

Con todos los ejercicios próximos elevar la energía, si no puede dividir la sensibilización y el trabajo en dos partes al mismo tiempo, trabajar en una extremidad a la vez. Es mucho más importante ser capaz de aumentar la energía a través de un miembro que ser capaz de dividir la conciencia. Las siguientes técnicas, sin embargo, tendrá que ser modificado para adaptarse a las acciones de una sola extremidad elevar la energía.

No se preocupe si una pierna o un brazo no parece responder bien. Por lo general, un lado del cuerpo más activo y sensible con energía, y por lo tanto más fáciles de obtener energía a través. Sigue intentando con el lado que no responde, y siguen tratando de utilizar los brazos y las piernas de dos en dos mientras que hace estos ejercicios. Si una pierna o un brazo es todo lo que puede sentir, obtener energía a través de él, pero no descuidar su débil socios. El lado más débil siempre necesita más desarrollo. Un poco de tiempo extra debe ser anulada para esto durante cada sesión de entrenamiento. estimulación regular lentamente revitaliza áreas inactivas como la energía ampliar las vías y se redefinen.

El aumento de la pierna de Energía

Hay dos maneras de aumentar la energía en su cuerpo: con la conciencia solo o con la conciencia con la ayuda de la respiración. Las técnicas básicas para elevación de energía con la conciencia solo se usan generalmente como parte de un cuerpo de circuito, o para elevar la energía a los centros de primaria. También son muy útil cuando no resulta práctico para hacer algo más elaborado. Por ejemplo, intentar esto si usted está cansado y sólo quiere recaudar un poco de energía rápida antes de para conciliar el sueño.

Prestimulate pies, utilizando las técnicas aprendidas en el capítulo anterior.

cepillo de Primera en todos los dedos de los pies con una sola acción, a continuación, utilizar la totalidad pies la figura. 19. Pierna elevación de energía esponja de acción, de uno en uno o ambos juntos. Continuar con esto hasta que al subcentro de ombligo

que sienta cierta actividad.

la conciencia de Split (opcional) al llegar abajo y agarrar la energía en ambos pies con sus manos de sensibilización y tirando hacia arriba con una acción profunda esponja. Esponja que a través de toda la de ambas piernas a las caderas, como si la esponja de agua a través de ellos. Esta energía la acción de las fuerzas de flujo en pies y hasta a través de las piernas.

Toma la energía a través de los muslos y en la parte delantera de las caderas, omitiendo el área de la ingle, dejando que fluya directamente a su centro de almacenamiento sub-ombligo de cada lado. El sub-ombligo está a medio camino entre el ombligo y la línea del pubis y alrededor de dos pulgadas dentro de su cuerpo. Esta acción se no tienen que ser precisos, la sensación general de fondos y empujar la energía en este ámbito es todo lo que es requiere.

Desarrollar una acción de dibujo rítmico, barrer y esponja la energía hacia arriba a través de las piernas y en el centro de almacenamiento. Tomar dos o tres segundos en cada barrido hacia arriba, o lo que siente más natural. Al final de cada barrido hacia arriba, la conciencia película de nuevo a sus pies, listo para comenzar más. Si la conciencia no se divide fácilmente, use una pierna a la vez, alternando entre ellos con cada movimiento ascendente.

62

----- Page 64-----

Cuando usted consigue un buen flujo de energía que se mueve en su sub-ombligo, usted puede sentir una agitación, burbujeante sensación similar a la del estómago viento. Esta es una muy buena señal, que indica la energía es éxito que se levantó, se convierten y almacenan. El sitio exacto de esta sensación varía ligeramente de persona a persona, pero por lo general dentro de una o dos pulgadas del centro.

Brazo de elevación de energía

La energía puede ser recaudado a través de armas, así como las piernas. Los brazos son normalmente sólo se utiliza como parte de un circuito de cuerpo completo o para estimular los centros de primaria, pero también se puede utilizar por sí mismos.

Si usted está sentado en una silla, o bien colgar las manos a los lados o descansar en la palma hacia arriba su regazo. Si está acostado, mantenga las manos por encima de la cama con los codos apoyados en la superficie de la cama. Por otra parte, extender los brazos de ancho y descansen en la cama. Cualquier posición va a hacer por este fin y la comodidad es importante. Si no puede dividir la conciencia con facilidad, alternando los brazos y levantar de energía a través de ellos uno a la vez.

Prestimulate ambas manos, entonces la conciencia centro firmemente en las ma

nos.

la conciencia de Split (opcional) y extraer la energía a través de las dos manos, a través de la totalidad de ambos brazos a los hombros, y en a través de la parte posterior del cuello. Aquí es donde se unirá con la flujo de energía que se plantea a través de la columna vertebral, como parte de un circuito de cuerpo completo la energía de fondos (véase más adelante).

Si esta técnica se utiliza por sí solo, toma energía a través de los hombros, hacia abajo sobre el el pecho y el estómago y directamente en el centro de almacenamiento sub-ombligo.

El uso de dos a barridos de energía de tres segundos, agitando la conciencia de nuevo a las manos al final de cada barrido de brazo, listo para comenzar la siguiente.

Esta técnica puede combinarse con la respiración, aumentando la energía a través de los brazos durante el En el aliento, y agitando la conciencia de nuevo a las manos durante la exhalación, listo para el siguiente en respiración.

la sub-ombligo, además de Fig. 20. Brazo de elevación de energía del centro de método alternativo de tomar la energía sobre la cabeza

De cuerpo entero-Circuitos

La respiración crea un movimiento natural dentro de la conciencia del cuerpo, que de algo que entra y sale del cuerpo. Esto tiene un movimiento natural hacia arriba y hacia abajo, hacia a dentro y hacia fuera a él. Este movimiento es muy útil cuando se combina con técnicas de sensibilización de energía. La respiración también proporciona la energía-acciones de sensibilización con un ritmo natural.

Brazos y piernas

El primer paso es relajarse y prestimulate las estructuras de energía en los pies, piernas, manos y armas. Repita lo anterior dos secciones en el brazo básicas y la energía elevando la pierna, según sea necesario, hasta que se sienta algunas sensaciones de movimiento de la energía. Si no sientes nada, continuar con los ejercicios siguientes de todos modos, como la energía seguirá siendo elaborado en ya través de su cuerpo, incluso si usted no puede sentir nada.

Dos Parte del circuito de almacenamiento

En primer lugar, aquí es una técnica sencilla de tomar del brazo y la pierna de energía directamente en el almacenamiento sub-ombligo centro. Esta técnica pronto desarrolla un ritmo natural que hace que sea muy fácil de hacer, y pronto se vuelve casi automático. Siéntase libre de variar las posiciones de los brazos y las piernas a lo que se siente

más natural. Este circuito se puede hacer mientras se está sentado, tumbado, de pie, o incluso caminar, pero es

mejor manera de aprender mientras se está acostado con los brazos abiertos o por encima de su cabeza.

1. Prestimulate según sea necesario, entonces la conciencia centro firmemente en ambos pies.
2. Durante la inhalación, aumentar la energía a las piernas y el flujo que en el sub-ombbligo.
3. Continúe el flujo de energía en el sub-ombbligo hasta en el aliento se acaba.
4. Cuando en los acabados respiración, la conciencia película al instante en ambas manos.
5. Como empieza a exhalar, obtener energía a través de los brazos, el pecho hacia abajo, y en el sub-ombbligo.
6. Continúe el flujo de energía en el sub-ombbligo, hasta que el aliento se acaba.
7. Al final de la exhalación, la conciencia película de nuevo a los pies de nuevo.
8. Repita los pasos 2 a 7 continua, estableciéndose en un ritmo natural.
9. Si la conciencia no puede ser dividido, alternando los brazos y las piernas, con una extremidad a la vez.
10. IN y OUT se puede revertir si se prefiere.

De cuerpo completo circuito de almacenamiento

El circuito de cuerpo entero combina la energía de sensibilización con la respiración, como en el anterior técnica, sino que cubre todo el cuerpo con un flujo continuo de energía, en lugar de separar dos los flujos. Esto estimula la mayoría de los conductos de energía, caminos y centros de energía en el cuerpo, incluidos los centros de energía primaria.

Un circuito de cuerpo completo se debe hacer, si es posible, de diez a quince minutos por día para ganar importantes beneficios para el desarrollo de la misma. Esto también se puede dividir en muchas reuniones más pequeñas, y ni un minuto por sesión es muy valioso. Una vez aprendido, esta técnica se puede utilizar para hacer un mejor uso de la libertad de espera y tiempo de viaje. No hay límite a la longitud de tiempo que puede o debe ser practica, con mayor frecuencia, mejor.

Si esta técnica se lleva a cabo por tan sólo unos minutos antes de dormir, la energía adicional planteada aumenta la intensidad de los sueños y los sueños lúcidos. Esto permite a todos los cuerpos sutiles y el sueño, con lo que la proyección consciente de salida más fácil de hacer y recordar.

La acción de sensibilización de la energía utilizada en el circuito de cuerpo completo puede ser bastante amplio, no tiene por qué ser se redujo a sólo la columna vertebral. Deje que se extendió como la energía se produce a través de la espalda y hacia abajo sobre su frente, justo antes de reducir su desembocadura en el sub-ombbligo.

Utilice lento, la respiración profunda y natural. Prestimulate pies y manos y la conciencia a través de rebote todo su cuerpo un par de veces antes de comenzar el circuito de cuerpo completo.

El circuito completo del cuerpo puede ser hacer en cualquier posición, pero se aprende mejor cuando está acostado boca arriba con los brazos descansando cómodamente en lados.

Durante el barrido hacia abajo sobre la cabeza, la energía es mejor tener en la boca y la garganta, y fuera luego a la parte superior del pecho, ya que continúa moviéndose ha

cia abajo hacia el sub-ombbligo.

De lo contrario el área de la garganta se saltará como la conciencia pasa por encima de la cara y el mentón, y contiene centros importantes que se debe incentivar. Sirve de ayuda si la lengua se desha ce y sostuvo suavemente contra el techo de la boca durante el circuito de cuerpo completo.

Tomando la energía en la boca puede ser omitido por completo si esto resulta ser demasiado difícil o demasiado distraer la atención. En este caso, simplemente tome la energía hacia abajo sobre la cara y el pecho, saltando de la boca por completo. La parte de la boca del circuito de cuerpo entero no debe ser olvidado. Añade que en un momento posterior cuando se siente más cómodo con él.

1. Prestimulate según sea necesario, entonces la conciencia centro firmemente en ambos pies.
2. Durante la respiración, aumentar la energía a través de las piernas y la espalda.
3. Levante la energía a través de las armas como la conciencia pasa cuando las manos están descansando (opcional).
4. Continuar elevando la energía por el cuello hasta la parte superior de la cabeza.
5. Mantenga la conciencia en la parte superior de la cabeza y se acumulan allí hasta que la inhalación es completado.
6. Como se inicia el aliento, la energía de barrido sobre el rostro, en tu boca, la garganta y el pecho para el sub-ombbligo.
7. Continúe el flujo de energía en el sub-ombbligo hasta que se complete la exhalación.
8. Al final de la exhalación, la conciencia película de nuevo a los pies, listo para el siguiente en la respiración.
9. Repita los pasos 2 a 8, mientras que la solución a un ritmo natural.

64

----- Page 66-----

10. Si no puede dividir la conciencia, alternas y utilizar una extremidad a la vez.
11. IN y OUT se puede revertir si se prefiere.

Participar en los brazos de cuerpo completo del circuito

Una vez que se sienta cómodo con el circuito anterior, únete a tus manos hacia el flujo de energía. Esto aumenta el flujo total de energía, así como la elaboración de diferentes tipos de energías a través de sus manos.

Durante el circuito por encima de todo el cuerpo, como su conciencia de movimiento ascendente pasa a sus manos, sacar energía a través de las manos y los brazos también. Levante el brazo de la energía en consonancia con el resto de su energía a partir de este punto en adelante, en un barrido hacia arriba del líquido. Siente la energía del brazo de unirse a la columna vertebral energía que fluye a través de la parte posterior de su cuello. Sin problemas continuar con esta sensibilización a la acción en el centro de la corona. Continuar con el cuerpo entero circuito como se indica más arriba. El único cambio es la adición de mano y el brazo energía en el flujo con cada barrido hacia arriba en la inhalación. Todo lo

demás se mantiene igual.

Uso de los brazos con el circuito de cuerpo entero debe considerarse opcional.

Puede omitirse si usted tiene dificultad con él, o encontrar que esta adición hace que sea muy complicado. Es más importante tener algún tipo de figura completa.

21. De cuerpo completo del circuito

circuito de energía del cuerpo que puede utilizar que seguir servilmente a cada paso del

estas técnicas. Haz lo mejor que pueda. Ninguna de las acciones de sensibilización utilizadas con estos energética

aumento de las necesidades técnicas para ser más precisos. Una sensación más o menos aproximada de energía que se mueve de un

lugar a otro en su cuerpo es lo suficientemente buena. Usted obtendrá una mejora con la práctica.

Si no puede dividir la conciencia, aumentar la energía hasta lados alternos del cuerpo, teniendo la energía hasta

una pierna y el brazo de la corona, y luego continuar de forma normal. Con cada nuevo en la respiración, cambio de lado

siendo utilizado, primero a la izquierda ya la derecha, etc

Flujo de energía y esfuerzo

Como he mencionado, un estado de profunda relajación física por lo general no es necesaria para el aprendizaje del

nuevo sistema. Esfuerzo por lo tanto se puede poner en las acciones de elevar la energía-sin romper ninguna delicada

estado mental. La cantidad de energía que puede plantearse es en gran medida afectados por la aplicación de la voluntad.

Esto es particularmente útil cuando existen condiciones de baja energía de fondo, o, a veces cuando un

mayor flujo de energía que se necesita, por ejemplo, para la compensación no responde terco, y la obstrucción de las zonas con

la fuerza bruta la conciencia.

Además de limpiar los bloqueos, para el desarrollo normal Recomiendo que sólo un a

nivel normal de esfuerzo de ser utilizado. Esto no sólo es más fácil, pero es mucho más natural. Se animará a más

desarrollo uniforme y sólida de la energía del cuerpo en su conjunto. Un esfuerzo de demasiado grande puede causar demasiado rápido

expansión y el crecimiento en ciertas áreas, lo que puede hacer el desarrollo de estructuras energéticas demasiado

delicado para ser de utilidad práctica. El desarrollo forzado a través de un esfuerzo o excesivo aumenta de tamaño, pero

las vías de energía débil, temporales e inestables. Estos se retrae de nuevo a su original

redujo estado muy rápidamente, tal vez incluso más pequeño que antes, si no se nutre suavemente durante

el desarrollo.

Uso de energía muy fuerte de fondos esfuerzos para desbloquear las estructuras dañadas o agotados en el

energía del cuerpo puede causar continua demanda de energía y el uso de alta energía muy por encima de la

cantidad de energía elevada. Esto puede resultar en el agotamiento físico temporal.

Con frecuencia, más energía se

utiliza para reparar los bloqueos de lo que realmente se plantean y se almacenan, lo que provoca una energía temporal

déficit. Esto también puede causar sensaciones notable movimiento de energía-que continuará durante algún tiempo

después de campañas de energía se han suspendido. Esto es bastante normal e inevitable a menudo.

Me gustaría dejar una cosa muy clara. sensaciones fuertes movimientos de energía son los principales causada por la resistencia en el cuerpo de la energía - resistencia natural a un mayor flujo de energía

65

----- Page 67-----

a través bloqueadas o estrechas centros de energía y los circuitos. Muchas personas, durante las primeras etapas de desarrollo, sentirá algo de sensaciones de movimiento de energía muy fuerte por cierto. Estas sensaciones fluctuar, la reducción gradual en intensidad a medida que el cuerpo desarrolla la energía para manejar la energía mayor flujo.

La energía, cuando se responde en las primeras etapas, lo más comúnmente causan un a creciente y burbujeante, corriendo sensación de agua. Esto es especialmente fuerte y notable en las espaldas y los muslos. Estos pueden ser muy intensa e incluso a veces impresionantes. También puede sentir hormigueo fuerte, hueso de profundidad sensaciones que parecen provenir desde el interior de la médula de sus huesos. Muchos de mis voluntarios han informado de que han caído de sus sillas y no pudo estar por un tiempo, debido a crecientes sensaciones de movimiento de la energía en sus piernas han sido tan fuertes.

Varias sensaciones peculiar movimiento de energía, a menudo muy fuertes, puede ser causada por el NUEVO del sistema. Es bastante normal, al tiempo que estimula los pies, piernas, manos y brazos, sentir muy fuerte zumbidos y sensación de hormigueo en su interior. Estas sensaciones se desvanecen poco a poco con el uso regular y desarrollo, la reducción a un flujo de energía cálida y confortable, suave cosquilleo.

Los niveles de sensibilidad también puede verse afectada por otros factores, tales como la condición del cuerpo físico y la fuerza y disponibilidad de energía libre, que fluctúa diariamente y varía de un lugar a otro.

Común Sensaciones

hormigueo, cosquilleo, zumbido, y vibrando en las plantas de los pies y dedos de los pies
Apresurar el agua sensación hasta las piernas y los brazos
Huesos de profundidad dentro de hormigueo manos, pies, piernas y brazos
Hormigueo energética sentimientos punta del cuerpo hasta los brazos, las piernas y la columna vertebral
espasmos musculares y espasmos
telaraña cosquilleo, como hormigas caminando sobre ti
escozor y picor localizado sensaciones
manchas Dolor, frío o caliente, sobre todo en plantas y palmas
calambres musculares

Tenga en cuenta que las sensaciones fuertes movimientos de energía, siempre reducir en el cuerpo energético desarrolla. Maestros de la elevación de energía, con cuerpos de energía muy desarrolla da, sólo sienten un suave, hormigueo calor como grandes cantidades de energía se dibujan en sus cuerpos. Mira

a la disminución
sensaciones de movimiento de energía-como signos de un verdadero progreso en el desarrollo de la energía del cuerpo.

Efectos secundarios

El nuevo sistema, especialmente en las primeras etapas, de vez en cuando causar hinchazón temporal, bultos, erupciones y ampollas acuosas incluso los pequeños. En mi opinión, esto es causado por la energía reducida vías que tiene mucho mayor que una cantidad normal de energía forzada, aunque ellos.

Esto parece sobrecarga de algunos de los nervios y las terminaciones nerviosas en el cuerpo físico, que afecten temporalmente a los tejidos blandos circundantes y la piel y causar estos efectos secundarios.

Si usted tiene alguno de estos síntomas, los tratan como lo haría con cualquier normal hinchazón, erupción o ampollas. Consulte a su médico si le preocupa. Energía sarpullidos y ampollas generalmente pican y pican bien fuerte cuando la energía se extrae a través de ellos. Estas se curan muy rápidamente si continúa ejercicios regulares de desarrollo, por lo general en un día o dos, y con frecuencia desaparecen por completo durante la noche.

Si su cuerpo energético no responde en absoluto, incluso después de semanas de esfuerzo regular, yo le aconsejo que someterse a un chequeo médico millones por un médico calificado. bloqueos de energía de esta magnitud son no es un indicador de buena salud. Esto puede indicar las condiciones iniciales de la enfermedad que aún no son sintomática. Como el diagnóstico precoz de la mayoría de condiciones médicas es primordial para su éxito tratamiento, esto puede ser un beneficio adicional muy valiosa de trabajo de la energía.

Conciencia Momentum

Después de repetir cualquier acción veces elevar la energía-varios, se encuentra que se desarrolla una tendencia a continuar por su propia voluntad. Acciones de sensibilización por lo tanto a menudo continúan después de haber dejado

66

----- Page 68-----

conscientemente haciendo. Yo llamo a esto un impulso conciencia efecto. Parece ser causada por un tipo de la energía del cuerpo la memoria hacerse cargo, lo que demuestra la facilidad con que estas técnicas pueden ser aprendidas.

Continuando con demandas energéticas

Después de un bloqueo de energía se ha despejado, la energía del cuerpo a menudo se continuará fluyendo la energía a través de las áreas recientemente talados. sensaciones de energía-movimiento por lo tanto, podrán seguir con experiencia para algún tiempo después de las acciones de estimulación han cesado.

bloqueos de energía también a menudo se desaparecen espontáneamente, en respuesta a anteriores energética

el desarrollo de ejercicios. Esto puede ocurrir en cualquier momento del día o de noche, lo que puede causar la energía sensaciones de movimiento para comenzar de manera espontánea y sin ninguna razón aparente.

Centro de Energía Spin

centros de energía primaria son vórtices de energía no física que se ven (a la vista clarividente), como rucos de luz multicolor. Aunque los centros de secundaria no tan fácilmente pueden ser observados, Es lógico sugerir que pueden tener atributos similares. El sentido natural en el que gira un centro es girar a menudo se puede sentir con la acción de sensibilización agitación. Si usted se siente la resistencia mientras se agita un centro de energía, trate de invertir el sentido de la acción. Si la nueva dirección se siente más fácil y más naturales, o tiene un efecto más positivo, hay una buena probabilidad de que ese centro funciona mejor que estimulado de esa manera.

Envuelta Etérico

envoltura etérica es una técnica versátil y útil para despejar los bloqueos y restaurar la dañada partes del cuerpo energético. Las áreas que no responden, hormigueo notablemente, se sienten pesados, o picadura, o zumbido, o vago, o actuar de un modo diferente del resto de su cuerpo, por lo general indican algún tipo de bloqueo, el agotamiento, o daños. Estas áreas necesitan más atención para reparar y restaurar. Cuando que dibuje o rebote sensibilización a través de su cuerpo, también puede venir sobre las áreas que se sienten más pesados o más claro o más borrosa o más grueso, o que proporcionan mayor o menor resistencia a las acciones de sensibilización. Estas sensaciones indican las áreas que necesitan un trabajo extra para eliminarlas.

Use una acción de gran envoltorio sobre el área dañada. Imagine que tiene una venda blanca sin fin de energía pura que fluye de las manos de su conciencia. Siente esta venda de la energía que fluye directamente en el área dañada a medida que lo envuelva. Conscientes de la esencia de su energía que fluye con este vendaje. Esta acción se va a variar según el tamaño y la posición de la zona que se está trabajando.

envoltura etérica es útil para obtener las zonas inactivas de trabajo. Por ejemplo, si desea etérico envolver una pierna: Aumento de la meta el pie y comenzar a envolver a los dedos del pie para arriba, como si estuviera cuidadosamente colocar una venda de energía se superponen a su alrededor. Siente la energía que fluye en que área, en el pie, a través de las manos de su conciencia. Continúe envolviendo a lo largo de los pies, sobre el tobillo, y en la pierna, todo el camino hasta la cadera. Tómese su tiempo en esto y tener cuidado de solapamiento la acción de envolver todo el camino. Repita esto tantas veces como sea necesario, ya que este ejercicio no puede ser exagerado.

Tenga en cuenta que algunos bloqueos de energía no se mostrarán durante algún tiempo. Muchos sólo se convertirá en evidente después del trabajo de desarrollo energético se ha convertido en una práctica

habitual, ya que el cuerpo de energía se vuelve más sensible a la energía y el aumento de demandas de energía.

Energía diaria-El aumento de tiempo

No hay límite en cuanto a la cantidad de aumento de la energía puede o debe hacer, siempre y cuando esto se toma sólo en el centro de almacenamiento sub-ombiligo. La energía se produce con más frecuencia, más energía se almacenada y la energía más estarán disponibles para la física, bioenergética, y pura energía- propósitos. Es mucho más beneficioso para el desarrollo energético a largo plazo para aumentar la energía con suavidad y lentamente y por períodos más largos de tiempo, de lo que es para recaudar grandes cantidades de energía en ráfagas cortas solamente. Corriendo el desarrollo crea frágiles estructuras energéticas que tienen poca utilidad práctica, ya que tienden a romper cuando se ponen bajo presión.

67

----- Page 69-----

14. Estimular Centros de Energía Primaria

¿Qué tienen los centros de energía primaria (chakras mayores) que ver con la proyección? Bueno, al igual que el Las nuevas condiciones del sistema secundario de la energía del cuerpo y ayuda a repararlo para consciente de salida proyección, también lo hace un poco de trabajo en el circuito primario. Con la proyección consciente de salida, la energía es simplemente todo. Durante un OBE, la energía del cuerpo entero, incluyendo todos los centros de primaria, se activa y contribuye a la generación con energía, proyección y mantenimiento de el proyectado matrimonio.

Algunas personas (los que tienen mucho de la capacidad natural) no necesite lo que se da en este capítulo, pero la experiencia me ha enseñado que la formación OBE y la preparación debe ser abordado de la misma manera como cualquier otra habilidad psíquica. Si los procedimientos estándar de desarrollo energético se aplican a OBE formación, los resultados son mucho más fáciles de obtener.

Uso de métodos basados en la visualización de hoy en día, estimular y desarrollar con éxito las primarias centros de energía (chakras mayores) puede tomar muchos años. Las nuevas técnicas hacen exitosa principal centro de posible incluso en las primeras etapas del desarrollo de la activación. Debido a esto, exhorto a tener cuidado al utilizar estas técnicas en los centros de primaria. Las nuevas técnicas son mucho más eficaces que son los métodos más obtusos de visualización basadas-enseñanza comúnmente.

Usted puede haber oído un gran despliegue publicitario sobre los peligros del trabajo principal centro de energía y energía kundalini. Creo que mal viene de una falta de comprensión de la energía del cuerpo y cómo sus centros de energía y estructuras de trabajo. Si bien hay algunos efectos secundarios potencialmente adversos, los centros de energía primaria y el kundalini no son bombas energéticas tiempo de espera para salir en caso de que toca accidentalmente el botón equivocado energética o alambre dentro de su cuerpo de

energía propia.

Si el trabajo de primer centro de desarrollo se lleva a cabo con cuidado, respeto, y la inteligencia, no hay muy poco de qué preocuparse. Provocando un aumento total de la kundalini requiere preparación enorme, esfuerzo y la autodisciplina durante un período prolongado de tiempo. No creo que esto podría suceder accidentalmente o por medio de la experimentación simple, mientras que utilizando el sistema de desarrollo energético dado en este libro.

Usted puede encontrarse con algunas cuentas contando las experiencias de algunas personas muy especiales, donde kundalini tiene fama de haber surgido espontáneamente en respuesta a sus intelectuales y espirituales el desarrollo. Casos como éste son raros en el extremo. Me atrevería a conjeturar que las posibilidades de que esto ocurra a la persona promedio en los niveles normales de energía desarrollo sería más de un millón a uno.

Trabajando en centros de atención primaria es sólo un paso por encima a trabajar en su apoyo a secundaria los centros. El aumento de la energía y estimular los centros de energía primaria es muy simple. Usted ya ha aprendido todas las habilidades requeridas. Hay, sin embargo, un poco más para conocer los centros de primaria antes de comenzar cualquier trabajo serio sobre ellos. Son mucho más complejo y poderoso que el centros de secundaria, y debe ser tratado con gran respeto. No nos equivoquemos al respecto; maltratar a los centros de atención primaria de energía puede ser peligroso - física, emocional, mental y psíquicamente. I han dado varios avisos y advertencias en estas páginas y recomendamos estar cuidadosamente tenidos en cuenta.

Para mí, los centros de energía primaria son los órganos principales energéticos del cuerpo de energía. Cuando observado clarivamente, estos pueden parecer simples ruedas o vórtices de luz multicolor, pero en realidad estos son extraordinarias estructuras energéticas complejas. Ellos siempre están activos en alguna medida, incluso si no se percibe como activo. Ellos son una parte integral de todos los bioenergéticos y pura energía-funciones de la energía del cuerpo humano. A los efectos de la formación y el desarrollo, sin embargo, visión estos son los mejores pensado como transformadores de energía simplemente primaria.

Muchos tipos de energías primas se recogen a través de los puertos de intercambio de energía y canalizada a través de la red secundaria, donde estas energías están condicionados. Estas energías son entonces sea utilizado para los procesos vitales bioenergéticos, se introducirán en las áreas de almacenamiento, o canalizados en energía primaria los centros. Los centros de primaria de los transforman en energías con valores más altos de pura energía, tal como se por las actuales demandas energéticas.

Aparte de los centros de la corona y la frente, que están unidos directamente a las partes del cerebro, primaria centros tienen sus raíces en la columna vertebral. Estos también se unen o energía relacionadas con las principales órganos, glándulas y ganglios nerviosos, y están vinculados entre sí y conectados entre

circuitos de apoyo del cuerpo de la energía. La estructura completa energético de la energía del cuerpo humano

es tan complejo como el sistema nervioso biológico.

Una cosa más antes de continuar: Hay opiniones contradictorias sobre el número y la colocación

de los centros de primaria (chakras). Mis propias manos-en la investigación está de acuerdo, en estos asuntos, con la

La ciencia del Tantra hindú. Para leer más acerca de las complejidades más esotérico de los chakras, según

a Tantra hindú, recomiendo el excelente libro de Harish Johari, Chakras - Centros de Energía de Transformación.

A efectos de la estimulación energética, los centros de energía primaria son los mejores

imaginado como la energía circular vórtices aproximadamente el tamaño de la palma de su

mano, a excepción de los centros del ombligo y la corona, que son más grandes.

Base de centro, punto central entre el ano y los genitales (perineo)

El centro de la base tiene sus raíces en la base de la columna vertebral, pero el centro de su

vórtice externo es la mejor idea de como la floración entre el ano y la genitales. Esta es el área que por lo general trabajando. Puede parecer como si sería difícil para estimular debido a su ubicación, pero en la práctica esta área es bastante fácil de trabajar.

genital centro: punto central en los genitales (masculino y femenino)

Ombligo centro: punto central en el ombligo (ombligo)

Fig. 22. La primaria

plexo solar sitio: punto central en centros de energía del plexo solar

De acuerdo a la ciencia del Tantra hindú, el área del plexo solar no contiene un aparte

centro de energía primaria, por sí mismo, pero está relacionado y conectado con el centro más grande del ombligo por debajo de ella.

Mis manos en la exploración de los centros de atención primaria respalda esta opinión.

Hay, sin embargo, la mayoría de definitivamente una estructura energética grandes, importantes y sensibles bastante en este sitio. Se siente y se comporta

al igual que otros centros de atención primaria, cuando trabajó en y con éxito si estimulado, produce similares sensaciones energéticas.

El mayor tamaño del centro del ombligo puede ser parte del problema. La gente simplemente puede estar trabajando

y en estimular las partes más altas del centro del ombligo más grande. Cuando el centro del ombligo es estimulado,

a menudo causa una sensación pulsátil en el plexo solar, justo encima de él. Partes del centro del corazón, cuando

estimulada, también pueden causar sensaciones chakralike en el plexo solar. El centro de almacenamiento secundario de corazón -

muy activa en la mayoría de las personas - está situado en la región superior del plexo solar. De todos modos, me

sugieren que el plexo solar se considerará, a todos los efectos como un centro de energía primaria. He por lo tanto incluidos en el plexo solar como un sitio de la estimulación de la energía primaria, mientras que no se lista como un centro de energía primaria, por sí mismo.

Corazón centro: punto central en el corazón

Garganta del centro: el punto central en la base de la garganta

Cejas centro, punto central en medio de la frente, entre las crestas en la ceja

Corona centro: punto central en el centro de la corona

El centro de la corona es mucho mayor que los centros de primaria. Con toda su estructura de apoyo, cuando es plenamente activa, flores y cubre toda la parte superior de la cabeza por encima de la línea del cabello. Todos los acciones de sensibilización en el centro de la corona, por tanto, mucho más grande para reflejar este mayor tamaño. Todos los centros de energía, primaria y secundaria, están conectados con y representado en el centro de la corona y su estructura de apoyo. El centro de la corona se puede comparar a ser el cerebro central energética de la energía del cuerpo. Esto tiene la misma relación con la energía del cuerpo como lo hace el cerebro físico a su cuerpo físico.

A partir de Centros de Primaria

Comenzar a trabajar en el circuito primario es un importante paso adelante en el desarrollo energético, especialmente con las nuevas técnicas muy eficaces que figuran en este libro. Yo no recomiendo graves

69

----- Page 71-----

trabajo principal centro de desarrollo llevarse a cabo de forma importante hasta que la nueva secundaria determinado sistema anterior se ha practicado por lo menos tres meses. El cuerpo de la energía debe acostumbrado a la red secundaria y se le dará tiempo para estabilizarse. Toda la energía de gran movimiento sensaciones, como el causado por el nuevo sistema, se debe dar tiempo para reducir antes de centros de atención primaria se trabajan. Una gran variedad de problemas potenciales se pueden evitar simplemente condicionar la la energía del cuerpo primero. Esto hará que la energía del cuerpo más robusto y ágil, aun que por lo general aumentar el control consciente sobre el flujo energético a través de la experiencia práctica.

El más ligero poderes secundarios circuitos energéticos más pesado-deber de circuitos energéticos primarios.

Los circuitos secundarios y terciarios necesidad de hacer ejercicio, desarrollo y acondicionamiento antes de primaria trabajo circuito puede de manera segura y eficaz de proceder.

Por lo menos, le sugiero la labor secundaria NUEVA se concentrará en forma regular, preferiblemente todos los días, durante unas pocas semanas antes de cualquier trabajo serio principal del centro se hace. El momento es, por supuesto, hasta para el individuo. Algunos principios de la experimentación con los centros de pri

maria, por ejemplo durante los intentos de OBE, se rara vez causan problemas. Sin embargo, si se producen problemas, o si tiene dificultades para primaria centros de trabajo, por favor regrese a la red secundaria y pasar más tiempo en él. Continúe hasta que que puede progresar en el circuito primario con más confianza.

Estimulación Notas

Al principio, puede que tenga que pasar varios minutos estimular cada centro de primaria. Usted También puede encontrar en las primeras etapas de que algunos centros de primaria no parecen estar respondiendo bien. Esto es normales. Es raro encontrar a personas que no tienen respuesta centro de primaria en todo, especialmente si tienen trabajado con éxito con la red secundaria. Al igual que con los secundarios, centros de atención primaria se cada vez más la conciencia sensible y por lo tanto más fáciles de trabajar.

Para fines de formación, no será necesario un nivel profundo de relajación o el estado de trance. Sin embargo, un nivel un poco más profundo de la relajación a la utilizada para el trabajo secundaria se recomienda. Primaria centro de trabajo es más eficaz cuando se hace durante el estado de trance, como la energía del cuerpo es natural más activo entonces. Si tiene problemas para estimular los centros de primaria, el uso de la relajación completa y trance técnicas antes de cada sesión de trabajo de primer centro.

Las técnicas para estimular los centros primarios de energía (agitación, cepillado, lagrimeo y embalaje) son los mismos que los utilizados con los centros de energía secundaria. Las acciones deben ser ligeramente más grande que reflejan el mayor tamaño de los centros de primaria. Adaptarlas como mejor le parezca y variar el tamaño de cada acción para lo que se siente la más natural y efectiva. Trate de sentir la estimulación primaria la conciencia centro acciones como penetrar en un par de pulgadas en el interior del cuerpo a medida que los utilizan.

Así como con los centros de energía secundaria, a los arañazos, accidente cerebrovascular frote, o cepillo de los sitios de los centros de primaria, según sea necesario, para poner de relieve y de destino con el conocimiento del cuerpo. Acabar con este tipo de manual orientación tan pronto como sea posible.

La esponja grande, toda la extremidad de acción de sensibilización se utiliza para aumentar la energía a través de las piernas el centro de la base. Esta misma acción también se utiliza para aumentar la energía antes y durante todas las primarias centros, como si esponja energía líquida a través del cuerpo.

Con todos los centros de primaria, cese las acciones de estimulación tan pronto como sensaciones energética se hacen sentir. No hay necesidad de exagerar la estimulación centro de atención primaria, especialmente para los fines de la formación de proyección. Sobreestimulación puede causar una gran cantidad de problemas. Una vez que el centro comience a endurecer, calambres, latido, pulso, zumbido, hormigueo, burbujas, o se siente caliente o frío, tenga en cuenta que el centro activo, y seguir adelante. Sobreestimulación de los centros de primaria es aconsejable, especialmente durante los primeros días de primaria del centro trabajo.

El centro de la base es el centro primario más importante para estimular durante los ejercicios temprano. A menos que

el centro de la base es lo suficientemente estimulado, la energía no puede fluir con fuerza suficiente en la mayor centros a fin de permitir la activación notable. Sugiero que más tiempo se gasta en el centro de la base de en cualquier otro, a menos notables sensaciones energética se hacen sentir en él. Un a base aparentemente inactivos centro no se detiene la activación de los centros superiores. Si puede activar incluso uno de los los centros superiores, entonces la energía es, sin duda que atraviesa el centro de la base.

Recomiendo que no es el centro genital ser estimuladas o utilizadas en absoluto. Este centro es muy sensible y puede ser un tanto inestable. Si las técnicas de estimulación NUEVA se aplican a él, este centro puede llegar a ser inestable y causar una gran cantidad de problemas. Está íntimamente relacionado con la

70

----- Page 72-----

poderosas estructuras de la energía sexual en la ingle y los genitales de hombres y mujeres. Si este centro se activa, incluso accidentalmente, puede crear las condiciones que pueden hacer difícil de seguir con un mayor desarrollo ejercicios en ese momento ... por razones obvias. Sin embargo, no se preocupe si usted de vez en cuando siento algunas sensaciones ligeramente eróticas procedentes de este centro durante estos ejercicios. A veces esto no se puede evitar y no suele interferir con el trabajo más primaria del centro en ese momento, ni causar problemas serios o en curso.

Centro de Primaria proceso de estimulación

Este proceso se puede hacer mientras se está sentado o acostado, pero me recomiendo que la posición de sentado ser utilizado mientras que aprenderlo. Trate de ambas posiciones y utilizar lo que funciona mejor para usted. Ejecutar a través de la ejercicios de relajación una vez, luego despejar su mente con la técnica de conciencia de la respiración (véase el capítulo 15) hasta que esté bien establecido. Usted no necesita estar en el estado de trance. Por otra parte, cerca de sus los ojos y liquidar a ti mismo teniendo diez respiraciones largas y lentas antes de comenzar.

Utilice un circuito de todo el cuerpo durante unos minutos antes de comenzar la estimulación centro de primaria. En particular, asegúrese de pasar un poco de tiempo estimular el conjunto de ambos pies y ambas manos antes de comenzar. Se les proporciona la mayor parte de la energía elevada y se utiliza durante estos ejercicios, y ayuda si los tiene listos energía.

Base Centro

Levante y la energía de esponja de los pies del centro de la base, muchas veces con una esponja de acción profunda hasta a través de la totalidad de ambas piernas. (Suplente de una pierna a la vez si no se puede dividir la conciencia.) Después de varios barridos de la pierna hacia arriba, utilice la agitación, el cepillado, a continuación, lagrimeo acciones en el centro de la base,

uno a la vez. Continuar la estimulación durante varios minutos, alternando las actividades de sensibilización, o hasta que sensaciones de energía se dejan sentir. Cuando la energía se dejan sentir, o si nada se siente después de varios minutos, continuar con la siguiente etapa.

Genital Centro

Aumentar la energía y la esponja de los pies a base de centro otra vez. Suavemente tome la energía a través de la base de centro, esponja de energía a través del centro de genitales y hasta en el centro del ombligo. (Una vez más, estimulación directa no es aconsejable.) Si toma la energía a través del centro genital causa sexuales excitación u otros problemas, evitar este centro en su totalidad por tomar la energía que lo rodea. Bucle en el centro genital, teniendo a través de su cuerpo y directamente al centro del ombligo en la superficie de la estómago. Adaptar esto a lo que se siente más natural y cómoda.

Ombligo del Centro

Aumentar la energía y la esponja de los pies a base de centro otra vez. Suavemente tome la energía hacia arriba a través la base, a través de o en el centro de genitales, y hasta en el centro del ombligo. Estimular el ombligo centro con las tres acciones de estimulación. El centro del ombligo es más grande que los otros centros menores, por lo que trabajar en un área de por lo menos el doble de tamaño para el mejor efecto. Continuar la estimulación durante varios minutos, o hasta que sienta las sensaciones de la energía. Cuando usted se siente sensaciones, o si se siente nada después de varios minutos, continuar a la siguiente etapa.

La estimulación del plexo solar del Sitio

Levante y la energía de esponja de los pies a la base, a los genitales, hasta el ombligo, y sin problemas en un máximo de la energía solar sitio de estimulación del plexo. Estimular el sitio del plexo solar con las tres acciones. Continuar la estimulación durante varios minutos, o hasta que las sensaciones de la energía se dejan sentir. Cuando usted se siente sensaciones, o si se siente nada después de varios minutos, pasar a la siguiente etapa.

Centro del Corazón

Levante y la energía de esponja de los pies a la base, a los genitales, hasta el ombligo, al plexo solar, y sin problemas en hasta el centro del corazón. Estimular el centro del corazón con las tres acciones de estimulación. Continuar estimulación durante varios minutos, o hasta que las sensaciones de la energía se dejan sentir. Cuando usted se siente sensaciones, o si no sientes nada después de varios minutos, continúe a la siguiente etapa.

La Garganta del Centro

Levante y la energía de esponja de los pies a la base, a los genitales, hasta

el ombligo, al plexo solar, corazón, y sin problemas hasta en el centro de la garganta. Estimular el centro de la garganta con las tres acciones de estimulación. Utilice la acción envuelve alrededor de su garganta para la estimulación extra, envolviendo todo el cuello una docena de veces o más. Continuar la estimulación durante varios minutos, o hasta que las sensaciones de la energía se dejan sentir. Cuando usted se siente sensaciones, o si se siente nada después de varios minutos, continúe a la siguiente etapa.

Centro de Cejas

Levante y la energía de esponja de los pies a la base, a los genitales, hasta el ombligo, al plexo solar, corazón, garganta, y sin problemas hasta en el centro de la frente. Estimular el centro de la frente con la estimulación de tres acciones. Siente estas acciones como penetre en el interior de su frente. Trate de no dejar que la frente o los ojos se tensen como hacer esto. Continuar la estimulación durante varios minutos, alternando o entre todo lo anterior técnicas en caso necesario, o hasta que las sensaciones de la energía se dejan sentir. Cuando usted se siente sensaciones, o si se siente nada después de varios minutos, continúe a la siguiente etapa. Cuando el centro de la frente llega a un normal nivel de actividad, un pulso, palpitations sensación general se harán sentir en el centro de la frente. Cesar estimulación tan pronto como se siente.

Cejas extra Centro de Estimulación

Si no hay actividad se siente en el centro de la frente después de hacer lo anterior, o si un intento de proyección de alto nivel ha de hacerse, lo siguiente proporcionará estimulación extra.

Utilice una acción profunda agitación en las sienas derecha e izquierda durante veinte segundos más o menos en cada uno, estimular los dos centros de secundaria grandes allí. Entonces, despedida la conciencia sin problemas de templo en templo, a través del centro de la cabeza, durante otros veinte segundos más o menos.

Utilice la acción de embalaje alrededor de la frente todo, como si envolver una venda alrededor de la circunferencia de su cabeza, una docena de veces o más. A continuación, utilice la acción de cepillado a través de toda la frente, de templo en templo. Por último, utilice la acción de cepillado hacia arriba y abajo de la punta de la nariz hasta justo por encima de su cabello, una docena de veces o más en cada sentido.

El proceso anterior se puede repetir varias veces los intentos de proyección de alto nivel, pero no es conveniente para las sesiones de estimulación regulares realizados con fines de desarrollo. Exagerar centro de la frente estimulación puede causar dolor frente central, dolores de cabeza y una plétora de otros físicos, mentales y problemas psíquicos.

Crown Center

Levante y la energía de esponja de los pies a la base, a genitales, el ombligo, al plexo solar, corazón, la garganta, con la frente, y sin problemas hasta en el centro de la corona. acciones más grandes son necesarios para estimular

el centro de la corona y su estructura de apoyo. Comience con una amplia acción de cepillado, como si la pintura toda la parte superior de su cabeza con una brocha grande, en todas las direcciones, que cubre la superficie por encima de la nacimiento del pelo. A continuación, utilice una acción de gran agitación, que cubre toda la parte superior de la cabeza. Para terminar, el uso de grandes lagrimeo acciones, como si en repetidas ocasiones destrozando un grande y redonda, barra plana de pan que está cubriendo la toda la parte superior de la cabeza.

Sienta todas estas acciones penetre en el interior de su cabeza. Trate de no dejar la cabeza, las cejas, los ojos o la tensión mientras hace esto. Alterna estas acciones y continuar la estimulación durante varios minutos, o hasta que sensaciones de energía se dejan sentir. Cuando usted se siente sensaciones, o si se siente nada después de varios minutos, dejar de trabajar o continuar con el siguiente ejercicio. Al igual que el centro de la frente, no exagere centro de la corona estimulación.

Por lo general se sienten más fuertes sensaciones en algunos centros de energía primaria que en otros. Pase un poco más de tiempo en los centros de inactivos que en centros activos para promover más aún el balance energético y el desarrollo. centros de primaria activa que muestra signos evidentes de la actividad deben ser dejados solos.

Continuando con la estimulación primaria

Una vez que haya completado la estimulación por encima del centro principal ejercicios, ayuda si usted mantiene parte de la energía que fluye suavemente a través de todos estos centros. No es necesario repetir el proceso anterior para hacer esto. Uso de una acción de sensibilización esponja hacia arriba desde los pies de energía esponja, sin problemas hacia arriba a través de todos los centros de primaria del centro de la corona en un barrido de largo, entonces la conciencia película de nuevo a sus pies otra vez. Mueva su conciencia a través de todos los centros de atención primaria durante el alza

72

----- Page 74-----

esponja acción. No esponja a la baja, sólo la conciencia película de nuevo a los pies al final de cada hacia arriba esponja acción. Por otra parte, esta acción se puede hacer desde la base hasta el centro de la corona sólo, siempre y cuando las piernas están proporcionando un flujo razonable de la energía. Estos dos métodos se pueden alternaron para la variedad.

energía adicional también se puede dibujar en el cuerpo a través de las manos y los brazos con este proceso, pero esto debería ser opcional como la mayoría de la gente encuentra difícil de esta acción. Pruebe ambos métodos y ver lo que funciona mejor para usted. Repita esta acción suave y continuamente durante el tiempo que sea necesario.

Otra buena manera de aumentar la energía a través de todos los centros de atención primaria es el uso de los anillos de humo técnica de inducción de trance (ver capítulo 17). El circuito secundario de todo el cuerpo también se puede utilizar aquí con buenos resultados, al igual que el circuito de dos partes de la energía de sensibilización y almacenamiento (véase el capítulo 13).

No exagere o utilizar demasiado esfuerzo con cualquiera de los métodos anteriores, con el mayor cuidado y de manera constante realmente es la mejor manera de trabajar en el circuito primario. ejercicios de estimulación pueden ser devueltos a en cualquier tiempo, durante cualquier ejercicio o práctica que requiere el uso de energía, para aumentar el flujo de energía cada vez que sea necesario.

Centro Primario de respiración de circuito

La idea del circuito de respiración principal es elevar la energía hacia arriba en el circuito primario para proporcionar la estimulación continua de todos los centros con un flujo constante y suave de la energía.

El aumento de la energía hacia arriba a través de todo el cuerpo tiende a interferir con la respiración natural ritmo. A menudo se encontrará en la respiración y la celebración de la respiración al aumentar la energía hacia arriba a través de su cuerpo. Respirar por lo tanto se puede utilizar con buenos resultados para mejorar la energía de fondos acciones. Lo que sigue es un circuito de respiración muy simple que no sólo mejora la elevación de energía, sino también regula el patrón respiratorio. Respirar de forma natural en todo momento durante este circuito y evitar la baja, respiración artificial.

1. Centro de conciencia en los pies al principio de la inhalación.
2. Durante EN energía esponja aliento, hasta las piernas, a través de todos los centros de primaria, del centro de la corona.
3. Dibujar a través de las armas como la energía pasa cuando las manos están descendiendo (opcional).
4. Mantenga la conciencia centrada en el centro de la corona hasta que en la respiración se ha completado.
5. Al final de cada uno en la respiración, la conciencia película a los pies y espera, listo para el próximo en la respiración.
6. Repita los pasos 1 a 5 de forma continua, durante todo el tiempo que sea necesario.

Desarrollo horas de la sesión

Al principio, cuando el trabajo principal del centro es el primero realizado, sesiones de desarrollo tenderá ser asuntos bastante larga. Al igual que con el aprendizaje del nuevo sistema de secundaria, el trabajo principal del centro toma un poco de tiempo para aprender y hacerlo bien. Con un poco de práctica regular, el tiempo necesario para lograr esto reducirá significativamente. el trabajo principal centro de estimulación puede ser incluido en períodos ordinarios de sesiones de desarrollo. Esto puede ser incorporado como parte del circuito de cuerpo entero, con el Nuevo sistema de secundaria, con un centro de estimulación primaria poco se hace antes de iniciar el completo cuerpo circuito.

La longitud de tiempo de las primarias son estimulados depende en gran medida del tipo y nivel de el desarrollo buscado, pero te sugiero que no este nivel de trabajo sea exagerado. Una vez que las técnicas se aprenden, una sesión de media hora cada día es muy adecuada para la mayoría de los propósitos de desarrollo. Cualquier más que esto es exagerar las cosas y podría causar problemas que surjan.

Primaria sensaciones centro de energía puede ser muy fuerte y variable, en función de sus recursos naturales estado, el nivel de actividad, y la cantidad de energía que fluye a través de ellos. Active los centros primarios de puede afectar los nervios, músculos y piel circundante de muchas formas peculiares . Fuerte energética movimiento en un centro de primaria pueden hacer que la carne a su alrededor a temblar, el pulso y / o latido muy notablemente. Estas sensaciones con frecuencia se puede sentir con los dedos, mostrando que son reales, no sólo sensaciones subjetivas.

73

----- Page 75-----

El estado de las estructuras secundarias y terciarias de apoyo del cuerpo de la energía desempeña un gran parte en el tipo y nivel de actividad principal del centro que pueden ocurrir. Si usted experimenta actividad incómoda o dolorosa la actividad principal del centro, o ninguna en absoluto, por favor, vuelva a pasar y más tiempo en el sistema secundario de nuevo, especialmente el circuito de almacenamiento de todo el cuerpo, ya que esto ayudará aliviar estos problemas.

trabajo regular de la red secundaria no debe ser detenido sólo porque han comenzado a trabajar en el circuito primario. Debes usar siempre el circuito de cuerpo completo como el pilar de todas las energéticas prácticas de desarrollo.

La mayoría de las sensaciones Energética Común

localizada pesadez, presión
Latido, pulso, agitando
calambres, pesadez, opresión
hormigueo, zumbido
Caliente o sensación de frío

Parece lógico que el más pesado la sensación de energía, el más activo es el centro de energía.

Esto es en parte cierto, pero demasiado fuerte o sensaciones incómodas son indicadores justo de la energía obstrucciones y partes mal funcionamiento de los centros de energía primaria, y de su apoyo energético estructuras.

Típicamente, un centro de energía primaria en un nivel normal de funcionamiento causará una muy notable localizada pulsátil y palpitante sensación y un sentimiento constante de la presión. La velocidad y la pesadez de esta palpitante variará en función de las demandas energéticas que se coloca en un centro. Algunos centros de atención primaria, sin embargo, se encontró que causa unas sensaciones bastante predecible durante la ejercicios de desarrollo o los intentos de proyección, y por lo tanto merecen una mención especial aquí.

Base Centro

Este centro de trabajo a menudo causa un herido, zumbido tipo de dolor sient e. Esto puede durar unos días después de que haya sido activado con éxito, y rara vez más que ninguna. Esta sensación se finalmente se establecen para un latido constante y confortable.

En ese sentido, la base de ejercicios de estimulación centro puede aparecer a invadir un poco en la parte baja área de los genitales, debido a la proximidad de los genitales en el centro base. Esto por lo general no causa ningún problema, siempre y cuando la conciencia se centra específicamente en el centro de la base. Es muy normal sentir cosquilleo, hormigueo o sensación de zumbido en los genitales, incluso rayando un poco en el lado erótico, mientras trabajaba en el centro de la base. Esto es bastante normal y no es motivo de alarma. Es por lo general no causa ningún problema, siempre y cuando la conciencia no se le permite a la deriva y se convierten en bloqueado en el área genital - una clara no-no para el aspirante serio.

Ombbligo del Centro

Un general cálido y acogedor pulsátil y palpitante alrededor del ombligo, que se extiende unos pocos pulgadas a su alrededor, es normal para este centro. También puede sentir una agitación, burbujeante, sensación de gaseosas de movimiento dentro del estómago, entre el ombligo y la línea del pubis y unos pocos centímetros o lado de allá. Esta extraña sensación de burbujeo se relaciona con el funcionamiento del centro de almacenamiento sub-ombligo, que, si bien un órgano de energía independiente, también se relaciona con el funcionamiento energético de todos los principales centros, especialmente los inferiores.

La estimulación del plexo solar del Sitio

Este sitio puede generar una sensación de presión, la tensión y la ansiedad, incluso, y la sensación de que se no recibir suficiente oxígeno. Pasar a la siguiente etapa de los ejercicios, respirando lenta y profundamente, y esta sensación suele desaparecer con bastante rapidez. Si esta plaga que, sin embargo, reducir la cantidad de tiempo que pasa estimular esta zona, o incluso saltar por completo si esto persiste. Esto es más comúnmente se siente las primeras veces que es estimulado con éxito en plena actividad, y por lo general pasar si el desarrollo de ejercicios se practican con regularidad.

Centro del Corazón

sensaciones del corazón del centro puede ser muy visceral y por lo tanto son los más preocupantes y difíciles de todos a pasar por alto. corazón normal actividad del centro se siente como un latido en la carne y las costillas en la superficie del pecho, al igual que los latidos del corazón pesado llegar después de un esfuerzo, pero en la superficie del pecho y sin ningún tipo de dificultad para respirar. Nada más que esto es inusual para un de

sarrollo normal

ejercicios. sensaciones fuertes puede ocurrir, sin embargo, especialmente si un OBE espontánea, o cerca de OBE, se produce. A menudo, esto va a suceder durante el trabajo principal centro de desarrollo, especialmente durante los estado de trance. Estas sensaciones potencial extra-pesados son por lo tanto merece una mención especial aquí.

Heavy sensaciones centro del corazón están en su más fuerte muy en la etapa de salida de una OBE. Este se produce cuando el proyectables doble generados internamente, así como durante su proyección. Extrema sensaciones asociadas con el corazón del centro de proyección indican inevitables conflictos energéticos causados por la presencia de una mente despierta durante el proceso de proyección.

El corazón puede sentir como que son las carreras, a veces a un ritmo que parecía imposible. No es la real carreras de corazón físico, sin embargo, pero el centro del corazón. El centro del corazón trabaja horas extra para proporcionar el mayor cantidad de energía necesaria para un OBE conscientes de salida que se produce. El centro del corazón hace que estos sensaciones fuertes, lo que hace itfeel como el corazón físico es en sí misma competición. Si el gancho a ti mismo a un monitor cardíaco durante una salida de EFC consciente, usted encontrará su ritmo cardíaco aumenta sólo ligeramente y que este aumento se debe principalmente a la excitación. Un centro del corazón de carreras no le hará daño o perjuicio que en absoluto, pero se necesita algún tiempo para acostumbrarse, debo admitirlo.

El centro del corazón, cuando en plena actividad, especialmente durante una salida de OBE, se siente algo como esto: Coloque una mano en el pecho, con los dedos descansando sobre su corazón. Toque al cance de la mano de el pecho, más o menos en el tiempo con un ritmo cardíaco normal-golpe-golpe ... golpe-golpe ... golpe-golpe. Aumente esta tasa hasta que un ruido sordo en el pecho tan rápido y tan duro como los dedos se pueden mover. Agregue un poco de muy pesada de todo el cuerpo las vibraciones, una sensación de continua caída, y unos ruidos muy extraños, y esto es algo parecido a cómo el centro del corazón puede sentir durante una proyección consciente de salida.

Tenga en cuenta, y estar dispuestos a aceptar y el tiempo estas sensaciones centro del corazón durante los primeros intento de proyección de éxito. Si usted no está completamente preparado para estos que le hará entrar en pánico y descarga de su primer éxito de proyección real. En el lado positivo, el corazón oprimido-centro sensaciones siempre reduce durante los intentos de proyección posterior, aunque a menudo lentamente.

La Garganta del Centro

Cuando está activo, la presión y latidos en el centro de la garganta puede causar a veces leves, pero incómoda sensación de ahogo, e incluso la falta de aliento, como si algo estuviera tocando y presión sobre la tráquea. Esto es en parte causada por el área sensible de este centro se encuentra, sino también pueden estar vinculados con la actividad fuerte centro del corazón. Estas sensaciones se sintió principalmente durante los primeros intentos exitosos de estimulación durante el estado de trance. Si se tiene con ellos, que facilitará de

gradualmente en respuesta al trabajo regular el desarrollo energético. Si, sin embargo, sensación de asfixia continúan trastornando los ejercicios de desarrollo y los intentos de proyección, o bien reducir la cantidad de tiempo gastado en este centro o saltar por completo. De hecho, todos los centros primarios que causan sensaciones que son demasiado incómodo o doloroso debe ser trabajada sólo muy ligeramente o se saltan por completo hasta que el reducir las sensaciones.

Cejas y Centros de la Corona

Por lo general, se sentirá la presión y latidos en el centro de la frente durante la estimulación y el desarrollo de ejercicios. Esto es bastante normal. Estas sensaciones pueden ser muy fuerte y notable en algunas personas.

Fuerte presión del centro de la frente sensaciones por lo general se harán sentir en algún momento durante el curso de desarrollo energético a largo plazo, especialmente si latentes habilidades psíquicas están presentes. Usted se sentirá presión, ya sea localizada en el centro de la frente - como si alguien estuviera presionando con el pulgar duro en él - o como una banda apretada alrededor de la circunferencia de la cabeza a nivel de la frente. Este último se siente como si un ancho cinturón de cuero atadas alrededor de la cabeza y se aprieta lentamente por un invisible sádico. Si el centro de la corona también participa, esta presión también puede involucrar toda la parte superior del cráneo por encima de la línea del cabello.

Cejas y la presión centro de la corona puede ser incómodo, incluso doloroso, a veces, pero en general es esporádicos. No va a pasar todo el tiempo. Fuerte presión es un signo bastante común de desarrollo,

75

----- Page 77-----

y acertadamente puede ser considerado como energético dolores de crecimiento. Si los dolores de cabeza o migrañas resultado de esta presión, tratar esto como lo haría normalmente. Por favor, consulte a un médico si el dolor persiste. Bolsas de hielo y botellas de agua caliente, que se alternan, por lo general la facilidad este tipo de dolor a la presión.

El efecto estroboscópico

El efecto estroboscópico es mi término para un fenómeno ocasional energético-cum-visual que puede ocurrir en cualquier momento durante la meditación o el sueño normal, como un efecto secundario tardío de energía el desarrollo. Un relámpago de luz brillante increíblemente blanco plateado se ve detrás de los ojos cerrados, en el ojo de la mente, por lo general acompañada de una ligera sensación de conmoción cerebral en la frente y toda área facial, como si de un golpe con la mano abierta. La amplia zona sobre la que se sintió este golpe sin dolor consiste en la estructura de apoyo en la cara. La luz estroboscópica se siente algo así como lo haría si un poderoso flash de la cámara se partió a muy corta distancia, mientras que los ojos están abiertos

os, pero sin herir los ojos.

Muchas personas me han contactado en los últimos años, muy preocupado, creyendo que estaban bajo algún tipo de ataque entidad, ya que había experimentado el efecto estroboscópico. A menudo se desprenden desarrollo energético debido a esto. Pero este fenómeno es causado únicamente por el centro de la frente, como que la energía acumulada flash hacia arriba en el centro de la coronilla. Este efecto está directamente relacionado con clarividencia y es un fuerte indicador de que el potencial clarividente está presente.

Al ser un clarividente de energía mí, estoy muy familiarizado con este efecto. El efecto estroboscópico marca el comienzo de la creación de energía de la pantalla de visión, que forma el telón de fondo visual que contiene la secuencia de la visión. La corriente de la visión es la inundación de las visiones ojo de la mente viva ha visto por un energía clarividente. clarividencia energía es mi término para la clarividencia ojo de la mente visual, trajo acerca de la estimulación a través de pura energía durante el estado de trance.

Una de las funciones más básicas de los centros de energía primaria es su capacidad para acumular energía, actuando tanto como condensadores de energía sutil. Una vez que la acumulación de un centro de primaria de energía alcanza un cierto punto, luces estroboscópicas su energía acumulada hacia arriba en los centros superiores. El flash-activa las estructuras circundantes energéticos, y muchas forja nuevas conexiones energéticas, que permite una mucho más fuerte, de mayor calidad, el flujo energético. Esto permite que las funciones superiores del centros de atención primaria, por ejemplo, en el caso del centro de la frente, la clarividencia y otras habilidades psíquicas. conexiones temporales de energía y las estructuras se disuelven cuando los centros de energía responsable de la su creación se energéticamente agotado.

Con el centro de la frente, a diferencia de todos los centros, el efecto estroboscópico es muy visible en la propia mente los ojos. Considero que esta forma similar a como el condensador de electrónica en una fábrica de flash de la cámara. Cuando la frente centro logra una carga completa, que flashes con fuerza una vez. Si los permisos de flujo energético, la frente centro flash varias veces más. La creación energético de la pantalla de visión utiliza para producir energía clarividencia, sin embargo, tiene un flujo ligeramente más fuerte y estable con más energía que la naturaleza por lo general prevé.

Si el flujo de energía es lo suficientemente estable como para mantener el proceso de la clarividencia plena de energía, algunos segundos después de los flashes primera inicial del centro de la frente comenzará efecto estroboscópico regularmente cada pocos segundos. Esto aumentará rápidamente en frecuencia a intervalos de aproximadamente un cuarto de segundo, acelerando a una continua confusión estroboscópico. La pantalla de visión de entonces comienzan a formarse en el ojo de la mente.

La pantalla de visión se parece mucho a un espejo ovalado. Imagine una cerca de dos metros de altura y un pie de ancho, colgando el brazo extendido delante de usted en el ojo de su mente, bordeada por densos, de color gris oscuro-humo. La superficie de la pantalla de visión se compone de humo textura muy pálido-gris. Su superficie

se mueve y gira un poco, a veces con las chispas y destellos de luz que viene de dentro de ella. En esta telón de fondo, el flujo energético que permite, ves una transmisión de brillantes visiones 3-D, a menudo con sonido y el color. operadores Clarividente finalmente aprender a manipular la pantalla de su visión, y mentalmente en sintonía con las áreas de interés. Incluso cambio de su cuerpo y entrar en la pantalla de visión y visiones experiencia de primera mano, que puede ser comparado a un tipo de fuerza a akáshicos-registros de OBE. La creación de la pantalla de visión, de la luz estroboscópica primero en su formación, es absolutamente fascinante reloj.

El efecto estroboscópico es completamente natural, energéticamente hablando. Simplemente significa que el centro de la frente en cuestión está más desarrollada que la media, o tiene mayor potencial natural. El efecto estroboscópico no causa ningún daño y es una muy buena señal, si usted está planeando para desarrollar cualquier tipo de psíquicos capacidad. También indica un gran potencial para el desarrollo de habilidades de alto nivel de proyección.

76

----- Page 78-----

Cuerpo-Rush Sensaciones

Mientras se hace el trabajo del centro de desarrollo secundaria o primaria, es bastante normal experimentar periódicos adrenalina hormigueo tipo se apresura a través del cuerpo, especialmente a través de la espalda y la columna vertebral. Estas cuerpo hormigueo juncos son causados por el movimiento de la energía resultante de secundaria y primaria centros de generación de pulsos de ondas de energía a través de la energía del cuerpo. Estos no deben ser confundirse con los picos de energía kundalini-tipo. picos de la energía Kundalini son mucho más pesados, a menudo incómodamente caliente, y vienen con una sensación bastante fuertes calambres en el ano, el perineo, el coxis, colon, y la columna lumbar. Estas sensaciones son generalmente localizados en la mitad inferior de la columna vertebral. Normal del cuerpo energético-punta oleadas pueden ser provocados por muchas cosas, incluida la energía de fondos esfuerzos que la liberación de bloqueos importantes, así como por brotes emocionales. Estos pueden asimilarse a el surgimiento, hormigueo oleadas de sentimiento energético causado por la música que eleva.

las ondas energéticas afectan a las terminaciones nerviosas en el cuerpo físico, sobre todo en la columna vertebral y la espalda los músculos. Esto hace que la sensación de hormigueo, surgiendo tipo de sensaciones de adrenalina correr el cuerpo. Estos pueden ser muy fuerte, incluso a veces espectaculares, pero son normales. Sin embargo, si la energía se precipita se sienten como particularmente fuerte y calambres, y se sintió disparos a través de la parte inferior de la columna y estómago, y si el calor o el frío quema y el dolor se siente, la estimulación debe detenerse inmediatamente. Estas sensaciones indican la actividad de kundalini prematura.

Si los síntomas causan preocupación o siguen siendo un problema, le sugiero que deje de primaria del centro

de trabajo y utilizar sólo la red secundaria. La red secundaria es el género más nuevo, más seguro y más predecible que el trabajo principal del centro. Tiene muchos menos efectos secundarios y es un género mucho más general del sistema. Usted puede regresar al trabajo principal centro más tarde. Si usted sospecha que un pico de kundalini ha ocurrido, me permito sugerir que se tome al menos una pausa de tres meses a partir de todas las primarias del centro trabajo, para dar tiempo al cuerpo de energía para adaptarse. ejercicios para el desarrollo puede entonces reanudar de manera segura.

La reducción de la actividad primaria-Centro

Después de cualquier tipo de trabajo energética participación de los centros de primaria, es, tradicionalmente, se cree que muy importante para cerrar todos los centros de energía que se han abierto (es decir, estimulado). Esto es ilógico e ineficaz.

Ninguna acción de sensibilización localizada, y no se visualizan ya sea de acción, se encuentran a causa de una energía vórtice centro o chakra para reducir la actividad, desactivar o cerrar. Una acción de estimulación visualizado (Comúnmente llamada la apertura del chakra o acción de cierre) sólo afecta al cuerpo de energía si se localizado en el sitio de un centro de energía primaria. Por lo tanto, se convierte en un tipo de acción del cuerpo-conciencia, aunque sea bastante obtuso.

La experiencia me ha enseñado que no importa cómo una acción de sensibilización o visualizar se realiza en el sitio de un centro de energía, si tiene algún efecto en todo lo que causará una mayor estimulación. Considero que es ilógico pensar que cualquier acción inversa tendrá éxito en el cierre o el cierre de un centro de energía una vez que se ha convertido en activo. Esto es, en principio, muy parecido a avivar la chispa en una llama con un técnica de estimulación y luego tratar de hacer que la llama mal salir por avivar desde una diferente dirección.

Cualquiera que sea la técnica utilizada, la apertura y el cierre de ambos métodos implican una similar localizada acción en el sitio de un centro de primaria. centros de primaria de energía (chakras) son complejos físicos órganos, cada uno con muchas funciones sutil bioenergética y pura energía. No se les debe comparado con simples dispositivos mecánicos que pueden abrirse y cerrarse. centros de primaria de energía no son sólo puertas poco que se puede abrir y cerrar con buenas intenciones y una visualización poco. Algunos la gente puede disputar esto, convencido de que los centros de energía debe ser de liberadamente cerrado. Sea como sea puede, mi lógica se basa en la sólida experiencia de primera mano: los centros de energía, simplemente no puede ser desactivado o cerrado de esta manera.

Los que creen que han tenido éxito en hacer esto se encuentra que sus acciones no son más que coincidente con su resultado supone. Los centros de energía en cuestión habría sido desactivar por sí mismos de todos modos. En la mayoría de los casos, los centros de primaria comienzan desactivar el momento disciplinas de relajación y trance son los niveles de partido y normal de la activ

idad física y mental

restaurado. La mejor manera de desactivar los centros de energía es dejarlos solos y dejar de usarlos.

77

----- Page 79-----

centros de energía también dejará la actividad cuando el cuerpo de la energía se convierte en energía agotado.

Esto puede suceder cuando las estructuras de apoyo energético en el cuerpo de energía se agotan, y

se vuelven incapaces de suministrar la energía necesaria para apoyar la actividad energética.

Si no significativa actividad energética constante se hace sentir en los centros de energía primaria después de un

período de desarrollo, deben ser dejados solos. Una se debe intentar reducir la actividad en

ellos sólo si continúa sensaciones energéticas se pronuncian o incómodo. Lo que sigue es una lista de

maneras de reducir la actividad en el cuerpo de energía. Las combinaciones de estas acciones, en condiciones normales

circunstancias, reducir significativamente la actividad energética en los centros de primaria.

Invertir en energía acciones de sensibilización en las piernas y los brazos, el vertido de energía.

Deje de sensibilización centrada en el cuerpo de energía y sus centros de energía primaria.

Romper las disciplinas físicas y mentales de relajación.

Mover, de pie, hablar, estiramiento, y restablecer la circulación y el movimiento completo.

Póngase cómodo y vaya a dormir - si esto es apropiado.

Abrace una botella de agua caliente en un centro de incómodamente hiperactiva, y luego ir a dormir.

Alterne morir por encima de bote de agua caliente con una bolsa de hielo.

manos vigorosamente frote ni golpe, los brazos y las piernas, para dibujar la conciencia lejos de las primarias.

Caminar, trotar, nadar, hacer ejercicios aeróbicos - el ejercicio físico puede ayudar.

Tome una ducha o dos - helada si es necesario.

Evitar cualquier tipo de ejercicio energético o en la práctica hasta que haya cesado la actividad.

Cuando todo lo demás falla, comer y seguir comiendo hasta que todas las sensaciones no deseadas cesar.

He tenido algunos casos en centros de atención primaria se han negado a desactivar por unos días después de

estimulación. Este problema puede surgir cuando las partes gravemente empobrecido de la energía del cuerpo de repente tienen

su flujo de energía restaurada. Una fuerte demanda, continuando energética lo que puede seguir mucho tiempo después de

estimulación y actividades de recaudación de la energía han cesado.

Si esto llega a suceder - y esto es bastante raro, por cierto - hacer uso de todos los elementos mencionados anteriormente

maneras de reducir la actividad principal del centro. Sugiero que alcohol y drogas recreativas se evita,

y la meditación y las prácticas energéticas ser limitado. Le sugiero que se concentran en física normal

la vida y la actividad hasta que el problema se resuelve solo, como siempre. La

regla general con cualquier tipo de problema energético es tomar un descanso energética, por el tiempo que sea necesario

En el peor de los casos que he encontrado, que tomó casi un mes antes de la actividad energética se detuvo por completo. Este consistía principalmente de pulsación y revoloteando en los centros de la frente y el corazón, a lo largo de con el cuerpo energético frecuentes adrenalina tipo juncos. Este problema poco a poco aliviado y, finalmente, desaparecido. Tenga en cuenta que esta persona también tenía un trastorno alimentario grave, era bastante hiperactivo, y fue constantemente pérdida de peso en este momento, y en contra de mi consejo, continuó con la dieta durante todo este episodio. I creo que el factor de la dieta contribuido significativamente a los problemas energéticos en general y el tiempo detenido esta condición llevó a estabilizarse.

He encontrado que mueren de manera más rápida desaceleración de la actividad energética es comer grandes cantidades de metales pesados alimentos, especialmente proteínas pesadas. (Esta es una excelente solución a corto plazo, pero el uso a largo plazo obviamente, causa aumento de peso.) digerir una comida pesada tiene una gran cantidad de energía. Después de una pesada comida, el cuerpo energético desvía sus recursos en los procesos de digestión bioenergético. El cuerpo de la energía casi se apaga cuando el estómago está sobrecargado. Una gran comida por lo tanto consume todos los disponibles energía, sin dejar nada para apoyar la actividad de pura energía.

Por esta razón, cualquier trabajo energético o relacionados con el desarrollo, incluso la simple meditación, puede ser un pérdida de tiempo si se aplican una o dos horas de una comida pesada. Este es uno de los más comunes problemas que se presentan para mí, donde los ejercicios de desarrollo energético que parecía ineficaz. Una luz comida, o incluso la abstinencia temporal, se recomienda antes de los ejercicios de desarrollo. Si usted tiene problemas para que su cuerpo la energía para responder a cualquiera de los ejercicios propuestos en este libro, va en un dieta baja en grasa o baja en proteínas para un par de semanas, o cualquier otra dieta similar, puede hacer toda la diferencia.

Posibles efectos secundarios negativos

Aunque posiblemente algunos riesgos involucrados con el trabajo principal del centro, considero que es bastante seguro comprometen a los niveles indicados en este libro, siempre se siguen todos los procedimientos y precauciones son

78

----- Page 80-----
----- Page 80-----

debidamente atendido. Los principales problemas que pueden derivarse de la labor principal del centro, además de los ya discuten, se describen a continuación. La incidencia de los problemas graves son poco frecuentes. Otros contribuyen factores, además de desarrollo energético, son casi siempre implicados.

De los cientos de personas que han consultado conmigo en el desarrollo energético, en persona ya través de Internet, sólo un puñado se han desarrollado lo que podría considerarse graves

los problemas. En todos los casos, he encontrado que los factores externos han contribuido a la causa de estos o los problemas. Todos los problemas que pueden surgir a través del trabajo principal del centro puede ser superada si se reconocen principios y manejado con un poco de sentido común.

Prematuro de Kundalini

Al plantear el kundalini es una cosa extraordinariamente difícil de hacer, puede ser muy preocupante si la energía kundalini comienza manifestando prematuramente. El cuerpo y la mente debe ser enérgica, mental y físicamente preparado para manejar este nivel de movimiento energético. Normalmente se tarda varios años de desarrollo mental, energético y espiritual y la purificación antes de que se puede hacer con seguridad razonable. Un pequeño número de personas, sin embargo, de vez en cuando se sienten los síntomas de la energía kundalini agitación cuando emprenden el desarrollo energético graves del circuito primario. Esto puede dar lugar a picos de energía de disparo a través de la columna lumbar, a menudo acompañada de ardor y calambres sensaciones.

Esto no debe ser confundido con el normal, a menudo impresionantes, la adrenalina de tipo energético se apresura a través del centro de la base y la columna vertebral asociada con niveles normales de energía secundaria y primaria movimiento. Estas cuerpo energético juncos son completamente síntomas normales para ese tipo de desarrollo del trabajo.

En más de dos décadas de trabajo de personal de desarrollo energético, debido a mi necesidad de encontrar mi propio camino en estos asuntos, he experimentado y vivido a través de casi todos los errores estúpidos y temerario error que es posible hacer. A través de la experiencia, he descubierto que no importa cuán mal el error, o la gravedad de sus efectos, puede ser superada. Tomando un descanso completo de todos los trabajo energético, incluyendo la meditación, y concentrarse en las cuestiones físicas de la vida real es el mejor manera de aliviar los problemas y deshacer los errores de esta naturaleza.

Por ejemplo, en los años ochenta cuando me levanté la kundalini que casi me mata, muy literalmente. Mi cuerpo experimentó fuertes impactos físicos. Una vez que se había recuperado de eso, el resultado ataque de las energías y las impresiones en el trabajo dentro y alrededor de mí comenzó a desequilibrar mí en muchas maneras sutiles. Yo era plenamente consciente de lo que estaba sucediendo y por qué, pero también sabía intuitivamente la cura. Apago todo por poco más de un año, además de la meditación y la oración suave, y concentrado exclusivamente en mi vida física, familia, trabajo, salud y actividades intelectuales.

Seguí mis pies firmemente plantados en el suelo en todo momento, hasta que mi cuerpo energético y percepciones fueron completamente estable de nuevo. Una vez yo estaba totalmente satisfecho de que todo el interior estaba funcionando normalmente de nuevo, volví a mis prácticas energéticas y mística. He encontrado, después de mi energía día de fiesta, que todo funcionaba perfectamente en el interior una vez más, mucho mejor que antes, de hecho. No

hubo recurrencia de mis problemas, ni ha habido en la última década.

Desequilibrio mental y emocional

En los casos en que me he encontrado con problemas psicológicos o emocionales que parecen haber sido causado por el desarrollo energético, otros factores que contribuyen siempre han estado presentes. Una vez investigación, por lo general encuentran que sugiere procedimientos se están modificando y se ignoran las precauciones. O eso, o preexistentes inestabilidad mental o emocional en el trabajo, que causan o contribuyen a la problema global - por lo general tanto más. Debido a esto, os recomiendo que las personas con deficiencias preexistentes y las inestabilidades en estas áreas pensar muy cuidadosamente acerca de esto.

Estos factores deben considerarse siempre ante cualquier tipo de desarrollo energético graves, especialmente el trabajo del circuito primario, se lleva a cabo. En caso de duda, por favor, solicitar el dictamen de mayoría cualificada terapeuta o médico. Si el desarrollo energético se lleva a cabo sin tener en cuenta, propongo que el sistema secundario NUEVA practicar por su cuenta por lo menos un año, o hasta el momento en que se siente que el trabajo principal del centro puede llevarse a cabo con confianza.

Es muy posible que produce inestabilidad mental o psíquica, si los centros de la frente o la corona exceso de trabajo, o si se trabajan con exclusión de los ejercicios de desarrollo.

En el mismo Así, el trabajo demasiado en el centro del corazón puede causar problemas emocionales a manifestarse. Estos mismos

79

----- Page 81-----

problemas también pueden surgir si mis advertencias son ignoradas y el sub-frente o centros de almacenamiento de sub-corazón activamente cubrir.

No importa con qué frecuencia o la firmeza con que advertir a la gente acerca de estos peligros, a menudo se piensa conocen mejor y hacerlo a su manera sin tener en cuenta. Mientras que puede relacionarse con esta actitud, por favor, comprenda que las advertencias y precauciones que figuran en este libro son muy cuidadosamente pensado. No se les da a la ligera. Todos se basan en la experiencia de primera mano dura y se les ha dado por muy buenas razones.

Prestar atención a mi consejo sobre estos asuntos le ayudará a evitar muchos efectos secundarios desagradables, los errores, y problemas potenciales. Esto, en sí mismo, será de gran velocidad el tiempo de desarrollo en general. En muchos casos, donde advierte no se presta atención, los problemas no surgen de inmediato, pero las condiciones que permiten problemas potenciales de manifestar se han creado. Un problema por lo tanto pueden surgir más tarde, o se producen de forma intermitente, especialmente si imprudente prácticas energéticas continúan.

La mayoría de las personas que han ignorado las advertencias y luego venir a mí para ayudar a creían firmemente que seguridad podría tener accesos directos a las habilidades psíquicas. Esto era algo que quería a toda costa, sin tener que preocuparse por todo lo que parece una pérdida de tiempo y cosas aburrid

as desarrollo de edad. Más información

A menudo, estas personas pagan un alto precio por su falta de previsión, a través de más lento o

suspendió indefinidamente el desarrollo. Romper las reglas aquí puede ganar una persona algunos rápida

temporal de las habilidades psíquicas, pero ¿a qué precio, lo que pido. ¿A qué precio? Mental, psíquico y emocional

inestabilidades no son cosa de risa. Estos pueden tener efectos devastadores en todos los aspectos de la vida.

Un buen ejemplo fue mi camino recientemente. Un joven me escribió acerca de algunos consejos que le había dado en uno de mis tutoriales en línea muy pronto (publicados en los años de la World Wide Web hace varios) no

al exceso de trabajo de los centros frente y la corona durante el trabajo principal centro de desarrollo. Dijo que,

después de leer esta advertencia, que había trabajado exclusivamente en su corona y centros de frente por casi un

mes, sólo para ver qué pasaba. Él era el más molesto de que nada extraño había ocurrido - mientras yo estaba más aliviado. Este tipo de comportamiento temerario totalmente contrario a la lógica y el sentido común.

Otra razón común para desafiar mis precauciones, he encontrado, es que la gente tome el consejo basado en

en las experiencias de la gente obtenida a través de métodos basados en el uso ineficaz de visualización. Debido a

la naturaleza de gran alcance de las técnicas basados en el conocimiento del nuevo sistema, no cualquier persona con una amplia experiencia

con ellos en el largo plazo es un asesor totalmente inadecuada, sin importar sus antecedentes o experiencia.

Digo esto sin reservas.

Hay formas correctas y formas incorrecta de hacer casi todo, y esta palabra en particular

se aplica a los muchos aspectos del desarrollo energético y psíquico. El desarrollo de los ejercicios

dada en estas páginas fomentar las habilidades psíquicas de una manera segura y totalmente natural. Si estos ejercicios

se practique con regularidad y no excesivo, a todas las advertencias y precauciones son debidamente atendidas, y si un poco

el sentido común se aplica en caso necesario, cualquier latentes habilidades psíquicas pronto suben a la superficie. Estos

puede ser utilizado y alimentado de manera segura y natural, un pequeño paso que se están adoptando a la vez. Hay

hay formas seguras de punta estos asuntos.

Aumento del deseo sexual

Es bastante bien conocido hoy que la labor principal del centro de energía tiene el potencial de causar un

plétora de problemas energéticos, de los cuales en gran medida el aumento del deseo sexual es probablemente el más

conocido. Este problema genital bastante raro está más relacionado con la energía kundalini que a la normalidad

los niveles de la actividad energética primaria o secundaria. Se trata de un problema potencial solamente - algo que

tener en cuenta, pero no excesivamente preocupados. Al igual que con todo el potencial energético de desarrollo

problemas, esta es una cuestión de sentido común. Es fácil de detectar los signos y reconocer la situación antes de que

pueden convertirse en problemas graves.

Aumento del deseo sexual, potencialmente puede convertirse en un problema con el centro de atención primaria NUEVO

técnicas de manipulación y el desarrollo que figuran en este libro, sobre todo por la
a muy eficaz
la naturaleza de las técnicas utilizadas. Salvo accidente, sin embargo, el mal uso
intencional y la energía sexual
experimentación son las principales causas para este tipo de problema. Problemas que
normalmente sólo se produciría en
el centro genital es deliberadamente enfocado y estimulado activamente. La conciencia
del cuerpo por lo tanto puede
quedan atrapados en el centro genital, sino que puede ser muy difícil cambiar el enfoque
del cuerpo
la conciencia fuera de esa zona. Si se permite que esto continúe, por lo general no
causa ningún duradera
daños y perjuicios - restricción de agotamiento sexual y energético, por supuesto. La
solución es rápida
mover la conciencia del cuerpo y pasar al siguiente ejercicio. Sin embargo, si el
conocimiento del cuerpo tiende a mantener
agitando de nuevo en el centro genital de su propio acuerdo, suspender la sesión inmediatamente,
descanso

80

----- Page 82-----

la disciplina de relajación, y el uso de la desactivación de las medidas dadas anteriormente.
Aplausos y sellado
los pies son también una buena manera de forzar la conciencia del cuerpo lejos del
centro genital. Si todo esto falla, un
ducha de agua fría lo hace por el truco. La cura definitiva para esta enfermedad es
probablemente de pie en una
balde de agua helada, con las dos manos también se sumerge en agua helada.

Chakra Wonder-trabajadores

Hay gente en el mundo de hoy publicidad de sus servicios, en muchas mareas diferentes,
como
maestros energético capaz de abrir centros de atención primaria de energía (chakras) para
otras personas. Este
servicio por lo general tiene un alto precio que se le atribuye, a menudo miles
de dólares. Ellos dicen que tienen un alto
niveles de conocimiento y habilidad, y que una vez chakras han sido abiertos por
ellos, los poderes psíquicos
se habilitará en el receptor de sus servicios. Ellos afirman que pueden salvar a la
gente de muchos años de
desarrollo de un trabajo aburrido de edad. Ofrecen una solución rápida y un atajo fácil
- por un precio. Sin
excepción, estas personas son los fraudes y charlatanes, más interesado en la apertura
del Banco Popular
cuentas que en la apertura de sus chakras, que no puede realmente hacer de todos
modos.

Activación de los centros de primaria de energía de una persona desde el exterior
(a menudo desde una gran distancia)
simplemente no se puede hacer. Personas como esta, si tienen alguna capacidad en
todos, puede ser capaz de causar unos cuantos
sensaciones energética en los centros de primaria de otra persona (pero sólo en persona),
aumentando y
dirigir la energía en ellos. Si es posible, esto sería una simple transferencia energética
similar a
curación. Sin embargo, esto no tendrá el efecto deseado a largo plazo en el principal
receptor de
centros de energía. Las personas que reciben esta energía no sentiría más en concepto de

energía

sensaciones y no reciben ningún beneficio de ella más de lo que obtendría al aumentar su propia energía y estimulando sus centros de atención primaria propios.

Debe ser bastante claro ahora que los centros de primaria no son simples pequeños dispositivos mecánicos que se puede abrir y cerrar con unas cuantas olas de una varita mágica y algunas buenas intenciones. Excepto accidente o la capacidad natural, centros de energía primaria que se nutre de la atención y su estructuras de soporte energético desarrollado y fortalecido. Esto debe hacerse de forma equilibrada o la energía del cuerpo se convertirá en desequilibrio, que puede causar problemas graves. El desarrollo de la energía del cuerpo y sus centros de atención primaria lleva su tiempo, siempre y cuando se necesita tomar. Atajos y rápidos correcciones no son ni sabios ni aconsejable.

81

----- Page 83-----

La tercera parte - las competencias esenciales

Parte 2 ", New Energy Ways", y la parte 3, "competencias esenciales", contienen una serie completa de unidades estructuradas de formación que enseñan las habilidades necesarias para el desarrollo de habilidades relacionadas con la proyección. ¡Atención! el conseguir empantanado, puede que desee saltar a otras partes y volver a las unidades de formación después. Por favor, tenga en cuenta, sin embargo, que algunas técnicas de la terminología y discutieron y se utiliza en la tarde partes se relacionan con el contenido de las partes 2 y 3. El glosario en la parte trasera de este libro puede ayudar.

15. La relajación física profunda

El primer obstáculo grande que enfrentan los proyectores es la relajación física profunda. Esta habilidad esencial debe estar bien aprendido. No puedo subrayar suficientemente fuerte, de los miles de proyecciones relacionadas con el problemas que se han ocupado en los últimos años, en persona y en Internet, un área de habilidad se encuentra camino en el frente como causantes de la mayoría de los problemas - la relajación física profunda - o mejor dicho, la falta de que. Todo el mundo parece correr a través del aprendizaje la más importante de todas las habilidades básicas, para continuar con el aparentemente más cosas interesantes.

Muchas personas parecen pensar que debido a que pueden permanecer despierto el tiempo suficiente para alcanzar un cierto nivel de trance, por lo tanto deben estar físicamente lo suficientemente relajado. ¡Incorrecto! Es muy posible para alcanzar los estado de trance sin tener un nivel profundo de relajación física suficiente para crear las condiciones que permiten proyección consciente de salida. El estado de trance que significa que su cuerpo físico está dormido mientras que su mente sigue despierta. Sin embargo, su cuerpo todavía puede contener una tensión significativa física y nudos musculares, incluso cuando dormido o en estado de trance. Un estado de trance tensa no permite la adecuada generación de la proyectables doble. Simplemente no va a generar en las zonas que

contiene datos físicos

tensión. Esto puede resultar en dolorosas semiprojections parcial o incluso, y una gran frustración.

relajación física profunda es la base sobre la que descansa todo lo demás. Sin ella, consciente-proyección de la salida se convierte en extremadamente difícil, si no imposible. Si no aprendemos a fondo esta habilidad valiosa, va a desperdiciar una cantidad enorme de tiempo y esfuerzo tratando de proyectar antes de estar listos, sólo para no todo el derecho de atender contra el borde de la salida. Más tiempo y esfuerzo debe ser dedicado al aprendizaje de una profunda relajación física que con cualquier otra habilidad - es lo que cuenta! Relajación mejora con el tiempo y la práctica. Es muy importante para desarrollar habilidades efectivas de relajación y buenos hábitos de relajación en los primeros días de desarrollo. relajación física profunda es muy fácil lograr, si usted va sobre él de la manera correcta y la práctica regular.

Postura y Confort

Antes de comenzar a utilizar el sistema de profunda relajación física (viene pronto), por favor, asegúrese de usted no está cansado. Un déficit de sueño puede ser un problema real, lo que interfiere con su capacidad de permanecer despierto durante los ejercicios próximos - especialmente si usted no los está acostumbrado, lo que no aconsejo.

El valor de estos ejercicios se reducirá considerablemente si el cansancio natural se le permite interferir con el proceso de relajación deliberada. Sugiero que estos ejercicios puede hacer cuando se está despierto y bien descansado. También sugiero que no practican estos ejercicios inmediatamente después de una pesada comida, ya que esto tiende a promover el sueño en lugar de relajación física profunda.

Si es una simple relajación problema, el baño antes de comenzar estos ejercicios pueden ser de gran ayuda, especialmente en un baño caliente, minerales sales de baño.

Use ropa suelta y cómoda y tener los pies descalzos o calcetines sueltos, dependiendo del local temperatura. Para empezar, sentado en un cómodo sillón con la espalda bien, el cuello y el brazo de apoyo, y con una almohada bajo tus pies. Esta almohada es necesaria, puesto que se relaja el cuerpo físico a un nivel muy profundo, los músculos de apoyo en los pies tienden a relajarse y exponer los huesos, la reducción de la circulación y causando molestias distracción.

Si un sillón no es una opción, utilice lo que está disponible. Incluso una silla de comedor puede ser sustituido, aunque más se debe prestar atención a encontrar el punto de equilibrio perfecto para la cabeza. Es posible utilizar una cama, pero para conciliar el sueño puede ser un gran problema. Si tiene que usar una cama, se encuentran en su espalda y mantenga los antebrazos en vertical por encima de la cama, con los codos apoyados en la superficie de la cama. Esto ayudará a evitar que se quede dormido.

Una buena postura ayuda mucho con la relajación física profunda. No se permita a caída de la silla. Si usted comienza con una buena postura, su cuerpo va a estar bien equilibrado. Si su postura no es bueno, cuando los músculos relajarse profundamente, su cuerpo va a ceder. Esto puede causar molestias en la columna vertebral y articulaciones, así como problemas de circulación, todo lo cual interfiere con la relajación. Ponga almohadas detrás de su espalda y el cuello en caso necesario, para asegurarse de que no se cede.

La cabeza debe ser equilibrada y no se permitirá a ceder a la espalda o delante o al lado. Cerrar los ojos y deje que su cabeza y el cuello relajarse. Mueva la cabeza hacia adelante y hacia atrás lentamente y le encontramos que hay un punto de equilibrio exacto, entre el lugar donde cae, en cualquier caso, a través de la gravedad. Este punto de equilibrio es la posición perfecta para la cabeza. Si usted tiene una almohada detrás de su cuello, es permitido la dejó caer suavemente de nuevo en la almohada. Una posición de la cabeza equilibrada tiene el beneficio adicional de mantener despierto, ya que, si dormitar, la cabeza tiende a caer sobre su pecho o al lado y así te despiertas.

Una vez que haya un poco de práctica en el equilibrio de su cuerpo y de trabajo en la relajación física profunda, puede usar cualquier cosa, incluso una silla de madera comedor de respaldo duro. Si usted tiene equilibrio, se puede relajar a un nivel muy profundo en cualquier lugar y en cualquier momento y en cualquier situación.

Relajante muscular Grupos

He guardado la relajación física profunda ejercicios aquí lo más simple posible. Todo lo que se requiere es progresivamente tensar y relajar grupos de músculos opuestos. Si usted ya sabe todo el cuerpo la disciplina de relajación, puede adaptarse a éste, verificando que todos los grupos musculares están cubiertos. Advertencia: Proceda lentamente y con cuidado con estos ejercicios cuando empieza a usarlos. Está muy fácil de la tensión los músculos poco utilizados y los tendones con cualquier sistema de uso de grupos musculares opuestos, especialmente los músculos del cuello. Si tiene alguna duda sobre su capacidad para hacer estos ejercicios de manera segura, por favor consulte con su médico o terapeuta físico en primer lugar.

Con todos estos ejercicios, preste especial atención a la parte de la relajación en el final de la misma. Permita que sus músculos a hundirse y caída total y relajarse después de tensar. En las primeras etapas de la relajación formación, sugiero que este sistema se practica en varias ocasiones, hasta una sensación de cuerpo entero del cálido y acogedor peso se consigue. Lo suficientemente cerca no es suficiente cuando se trata de relajación física profunda de OBE. La práctica de este fondo le ahorrará una gran cantidad de tiempo y esfuerzo, y hacer la proyección mucho más fácil. Este sistema, al igual que con cualquier otro, será más rápido y más eficaz cuanto más a menudo se utiliza. Con la práctica regular, un nivel profundo de relajación física puede ser

logrado en sólo unos minutos.

Full-Body Estiramiento: Para ello, de pie o acostado, antes de decidirse a t i mismo para comenzar el siguientes ejercicios. Tome una respiración larga y profunda, mientras que estirar los brazos y las piernas y arquear la espalda y el cuello. Estírese derecho hacia fuera, como si muy cansado y con un tr amo completo de bostezar.

Diez Respiraciones: Siéntese cómodamente y prepárese para comenzar. Cierra los ojo s y relajarse durante un minuto o dos, dejándose establecerse. Cuando esté listo, tome diez respiraciones largas, prof undas, llenando sus pulmones cada vez, luego vaciar toda la salida. Sienta la tensión se escape hacia afuera o en su cuerpo todos los vez que exhala. Imagine una nube blanca de la energía chispeante está entrando en su cuerpo con cada uno en respiración. Imagine esta entrada de la nariz y moviendo a través de los conductos n asales, la garganta y hacia abajo y en el llenado de los pulmones. Imagine una nube oscura de la tensión se va a su cuerpo con cada uno de largo, exhalación. Tómese su tiempo en esto. Después de que el diez respiraciones, y en todas las siguientes ejercicios, si es posible, mantener una pequeña parte de su mente enfocada en su r espiración, sintiendo que entrar y sale de su cuerpo. Esto ayudará a mantener su mente clara, que ayuda a la relaja ción física profunda enormemente.

Pies y las pantorrillas: Estiramiento de espalda todos los dedos de los pies y tensa los pies y las pantorrillas, al mismo tiempo, durante cinco segundos, luego relájese. dedos de los pies se curvan hacia abajo y repetir, tensa ndo los pies y las pantorrillas, y luego relajarse ellos.

Muslos: Tense los muslos, mantener por cinco segundos y luego relajarlos. Pr esione hacia abajo con ambos talones y tensa de nuevo, y luego relajarse de nuevo.

Las caderas y las nalgas: Empuje las nalgas hacia atrás en la silla y tensa el los, mantenga esto durante cinco segundos, luego relájese. Rock caderas lentamente hacia adelante y tensa durante c inco segundos y luego relajarlos.

83

----- Page 85-----

Plenario de las piernas: Tensa todos los músculos en el conjunto de ambas cade ras, piernas, pantorrillas y pies, todo al mismo tiempo. Mantenga la posición durante cinco segundos y luego relajarlos, realmente dejarlos ir.

Estómago y la espalda baja: Empuje a cabo el estómago y se tensan todos los múscul os del estómago y bajar de nuevo. Mantenga la posición durante cinco segundos, luego relájese. Chupe en el estómago y músc ulos de la espalda baja tensión. Mantenga la posición durante cinco segundos, relájese.

Pecho y la espalda superior: Arco hombros hacia adelante mientras exhala y l a espeleología en el pecho. Tensa todos los superior de la espalda y músculos de los hombros, tensas durante cinco segundos y luego relajar. Empuje los hombros hacia atrás y tomar una respirar profundamente mientras empuja hacia afuera el pecho. Tensa todos los músc ulos de espalda y el pecho. Mantenga la posición durante cinco segundos, relajarse.

Brazos y hombros: Tense los hombros, los brazos y las manos, por lo que los puños apretados. Tiempo y mantenga durante cinco segundos y luego relajar. Curl ambos antebrazos y en los puños hacia los hombros, las muñecas que se encrespa hacia el interior. Tiempo y mantener durante cinco segundos, luego relájese.

Cara y la cabeza: Con los ojos cerrados, la cabeza hacer retroceder, la boca abierta, y arruinar la cara, tensión todos los músculos de la cabeza y la cara. Mantenga la posición durante cinco segundos, luego relájese. También con los ojos cerrados, la sonrisa ampliamente, mientras que atornillar toda la cara y los párpados, tensando todos cuero cabelludo facial, y músculos de la mandíbula. Mantenga durante cinco segundos y luego relajar. Fruncir el ceño profundamente, mientras que atornillar la cara y tensando todos cuero cabelludo, la mandíbula, y los músculos faciales. Mantenga la posición durante cinco segundos, luego relájese.

Mandíbula: Con la cabeza bien en su posición de reposo equilibrado, la fuerza de la mandíbula inferior hacia fuera. Tensa la mandíbula y Mantenga la posición durante cinco segundos, luego relájese.

Cuello 1: Sin tensión, cuello arco lentamente hacia adelante y presione firmemente hacia abajo la barbilla sobre el pecho en la medida de como sea posible. Manténgalo en esa posición durante treinta segundos, respirando normalmente, y luego relajarse lentamente de nuevo a su posición normal de descanso. (Si usted tiene problemas de tensión en el cuello, mantenga la barbilla en el pecho durante un máximo de tres minutos).

Cuello 2: Una vez más, sin tensión, presione lentamente la cabeza hacia atrás y de manera firme empuje la barbilla hacia arriba arriba. Sigue empujando barbilla, pero no los músculos tensos del cuello. Mantenga esta posición durante treinta segundos, la respiración normalmente, luego, lentamente, relajarse en posición de reposo equilibrado. (De nuevo, si usted tiene la tensión del cuello problemas, mantenga esta posición durante un máximo de tres minutos.)

Cuello 3: Con la cabeza en su posición normal de reposo, los dientes poco a poco la arena y tensa todos los músculos del cuello, sintiendo la tensión correcta difusión a través de todo el cuello y hasta en el cráneo. Mantenga la posición durante diez segundos, luego relajarse.

Full-Body Tramo: Estancia en posición relajada y dése un tramo de todo el cuerpo, lo mejor que pueda. Suavemente estire y tenso como gran parte de su cuerpo con esta medida que puede, teniendo una larga, respiración lenta y profunda. Tiempo y mantener durante cinco segundos o así, entonces profundamente relajar todo el cuerpo, mientras que exhalando. Compruebe la postura y reajustar la posición de descanso en este punto, según sea necesario, pero mientras se mantiene en al estado de relajación.

Diez Respiraciones: Repita este paso bien, realmente sentir toda la tensión salir de su cuerpo con cada exhalación. Realmente siente que su cuerpo se hunde en la silla o la cama, se hunde y conseguir más pesado, más cálido y más felizmente relajado con cada exhalación.

Conciencia Manos Masaje

Las áreas de la cabeza, el cuello y los hombros son los más difíciles de todas las partes del cuerpo a relajarse profundamente. Estrés y la tensión interna en particular, afectan a los músculos en estas áreas. Esta tensión viene de dentro, por lo que tenemos que ir más profundo para quitarla. Utilice sus manos para dar masajes a la conciencia de la tensión de estas áreas.

Siente? nuestras manos la conciencia de masaje profundo dentro de su cuello

y los hombros y hasta en su cráneo, como si alguien realmente los masajes para usted. Utilice su memoria para volver a crear estas acciones de sensibilización. Sienta sus manos penetrar profundamente en los músculos y los tendones y la columna vertebral en el cuello y los hombros. Sienta sus manos acariciando profundamente a lo largo de su espina dorsal y hacia ya través de su cabeza. Sentir toda la tensión abandona su cuerpo y sentir que se hunde y cada vez más cálido y más pesado y más relajado profundamente y felizmente.

Después de haber pasado por el proceso de relajación total, relajarse y concentrarse en su respiración mientras mueve sus manos la conciencia en todo el cuerpo, en busca de nudos musculares, tensión, o otro tipo de problema. Tenga en cuenta estas áreas estrechas para futura referencia, para salvar a tener que buscar para ellos en todo momento. Vuelva a revisar todas las áreas problema conocido de vez en cuando, durante todos los ejercicios venideros, y descansar cuando sea necesario.

84

----- Page 86-----

16. Domando la Mente

La mente superficial es siempre activa mientras está despierto. Puede ser comparado con un mensaje enorme y recordatorio de la almohadilla. Su función es mantener al tanto de todo lo que está sucediendo a su alrededor. Se chat distancia constante, le recuerda a todo, constantemente diciendo y repitiendo lo obvio; juguetonamente hacer comentarios ingeniosos sobre todo mientras se asegura de que usted sabe exactamente lo que se sucediendo en el mundo que te rodea en todo momento. "¿Es eso un coche en mi disco? Leche, tengo que conseguir la leche! Maldita sea, mi coche está bien atrasados por un servicio! ¿Por qué se dice que la noche anterior - lo que quería decir con esa mirada que me dio? "Et cetera.

Esto es lo que se llama diálogo interno, o la mente del mono, utilizando el término más oriental. No realmente cuenta estos pensamientos y las imágenes ya que constantemente revolotean a través de nuestras mentes, y que servir a un propósito útil en nuestra vida diaria. Estos son, sin embargo, las molestias absoluta cuando se tratando de limpiar, relajar y concentrar su mente. Es como tener a alguien dentro de tu cabeza constantemente charlando en usted mientras usted está tratando de hacer un trabajo serio. No puede concentrarse por completo a menos que usted tiene un poco de paz mental y calma en el que hacerlo.

Esto es parte de la razón por la cual mucha gente puede concentrarse mejor mientras se escucha música. Música ocupa la mente superficial y retrasa el diálogo interno, lo que permite niveles más profundos de el pensamiento y la concentración. La mayoría de los adolescentes pueden trabajar y estudiar muy bien con la música a todo volumen todo volumen. No pueden, sin embargo, hacer lo mismo en total paz y tranquilidad debido a la incesante diálogo interno.

Mientras que la música puede ayudar el diálogo silencio interior, en lo que respecta a la formación mental es mejor considerado como un apoyo artificial. No aconsejo que se utilizará a menos que sea

absolutamente necesario. Para relajarse profundamente la mente y alcanzar el estado de trance, donde se puede trabajar con un nivel más profundo y más poderoso de mente, es necesario el silencio el parloteo constante de diálogo interno. Superficie pensamientos también crear tensiones internas que se reflejan en el cuerpo físico como la tensión física, por lo que la proyección más difícil.

Pensamiento-Ejercicios de control

Pensamientos respiración lejos: Centre su atención en el proceso de la respiración, con esto se mantendrá su mente totalmente clara. Sentir cada respiración penetren en su cuerpo y llenando sus pulmones, entonces siento que salir de su cuerpo. Siga el proceso de respiración con la mente, pero no pensar en ello. Siéntelo, ser consciente de ello, deja que la sensación de respirar ocupar toda tu mente. Este ejercicio es suficiente para ocupan la mente de superficie y de mantener sus pensamientos senderismo en la bahía.

Si usted necesita más que eso, contar las respiraciones. Cuente hasta diez respiraciones, a continuación, volver a empezar. Contando mentalmente no es una infracción de la disciplina del control del pensamiento. Al contar cada número, arrastre la palabra mental sobre el conjunto de cada respiración. Por ejemplo, seguir la respiración con cuidado y comienzan a contar (mentalmente) "Onneeeee" (uno) para todo el aliento. Mantenga su mente clara durante el siguiente en la respiración y contar (mentalmente) "Twooooo" (dos) para el conjunto de la exhalación.

Mientras mantenga su mente clara, pensamientos superficiales intentará arrastrarse nuevamente dentro de su mente. Cuando esto comienza a suceder (y siempre en las primeras etapas) impulsar con rapidez y firmeza a la basura antes de que tengan la oportunidad de afianzarse y completar su mensaje. Obtendrá progresivamente mejor en esto con un poco de práctica. Pronto será capaz de detectar la presión pensamiento solo, y así detener los pensamientos antes de que tengan la oportunidad de formar en las palabras reales mental dentro de la superficie de su mente.

Al llegar a la etapa en que se puede sentir la presión de los pensamientos, ya que están a punto de de inicio, usted está realmente llegando a alguna parte. A continuación, puede empezar a empujar presiones pensamiento de distancia antes de pueden formar en los pensamientos reales. Finalmente, con un poco de práctica, usted será capaz de mantener su superficie de la mente totalmente clara, como una pizarra en blanco. La presión de los pensamientos que desean iniciar se quedará con que durante algún tiempo, incluso después de que los maestros. Esta presión, sin embargo, progresivamente facilidad con la práctica regular.

Una superficie de pensamiento: "Bueno, yo mejor que el gato un collar antipulgas nuevo ..."

" -Sí, yo mejor que el gato un fl nuevo ...

Se convierte en: "Bien, mejor que me la ca ..."

-Sí, será mejor ge ... "

Cada vez mejor: "Derecho, apuesto ..."

"Derecho, ?..."

"R ???..."

Casi lo consiguió: "???"

amiento a punto de comenzar "...?..." - Esta es la presión de un pens

Casi allí: "....." - La disminución de la presión pensamiento

resión "... " - Casi cualquier pensamiento de p

es = mente clara Perfecto: "?" - No hay presión de pensar en todas las superfici

Control del pensamiento y ejercicios de concentración se debe hacer todos los días durante al menos cinco minutos en total, y durante más tiempo si es posible. Este es el mejor distribuidas en el día y se convierte en varias más pequeñas ejercicios. (Tiempo de espera y de viaje se puede poner a buen uso.) Aunque esto puede ser difícil y frustración en las primeras etapas, con un poco de práctica regular puede ser la mente la superficie celebrada claro con muy poco esfuerzo por períodos prolongados de tiempo.

La mente más profunda

Una vez que la mente le da en la superficie y el diálogo interno es silenciada, usted experimentará un profundo silencio dentro de tu mente que puede sentir un litde extraño al principio, un poco como estar sentado solo en el medio de un estadio de fútbol rápido vaciado después de un gran partido y escuchar a medida que cae lentamente en el silencio total que deja a todos. Se olvida de toda la actividad, y de repente se siente extraño y anormalmente tranquila. Esto se debe a que son calmar pensamientos superficiales que se han charlando desapercibido en el fondo mental para toda la vida. Se ha creado una especie de trabajo forzado, hueco sentimiento, un silencio forzado mental dentro de su mente. La celebración de esta requiere esfuerzo y concentración, que se suma a la clase forzado silencio de los sentimientos.

Tomará algún tiempo para que su mente más que acostumbrarse a este silencio mental y empezar a relajarse y en expansión, así que tenga paciencia. Usted se va acostumbrando a esto y algún día aprendamos a amar a más de

cualquier otra cosa. Una vez que haya alcanzado el silencio interior, se puede pensar más profundamente y enfocarse su mente completamente en lo que usted está haciendo.

Las críticas de grupos religiosos de la práctica de la meditación y de despejar la mente se deriva, que creo, de la gente de saltar a conclusiones cuando escuchan términos como vacío, vaciar el mente, el silencio interior, o entrar en el silencio. Algunas personas religiosas afirman que no es seguro para vaciar el mente, como el diablo azulejo o alguna entidad del mal puede entonces tratar de entrar y lo habitan. Sin embargo, si se tiene en cuenta de lo difícil que es vaciar la mente morir y mantener en claro para cualquier longitud de tiempo, se convierte en evidente que este vacío sólo viene a través de un esfuerzo mental disciplinado. Usted está bloqueando sus propios pensamientos, y por lo tanto también el bloqueo de cualquier otro pensamiento entre en tu mente. En cierto modo, meditadores llenar sus mentes con silencio mental estática y utilizar esto para reprimir todo pensamiento. La clara mente, o la mente vacía, asociada con la meditación con más precisión considerarse como obligado silencio mental que se ha vuelto más fácil con la práctica.

He encontrado que la práctica de mantener la mente clara la fuerza puede ser una eficaz contramedidas contra las energías y los pensamientos intrusivos, independientemente de su naturaleza u origen. Un espíritu entidad que quería invadir o mentalmente interferir con alguien que le resultaría mucho más fácil de deslizarse en entre el diálogo interno mental de esa persona, y se esconden entre el parloteo sin sentido de un mente indisciplinada. En caso de que la mente la superficie se mantiene clara y silenciosa a través de un esfuerzo mental disciplinada, no hay ningún lugar para los espíritus que ocultar.

86

----- Page 88-----

La relajación y la concentración

un gran esfuerzo mental, puede generar una gran tensión física. El cuerpo físico está íntimamente relacionada con todos sus procesos mentales, lo que afecta la mente afecta al cuerpo físico a algunos medida. Aprender a concentrarse y relajarse al mismo tiempo que enseña cómo el divorcio mental y cuerpo la conciencia de las acciones de las acciones físicas. Ser capaz de separar los diferentes tipos de acciones es muy importante para todos los trance, enérgico, el cuerpo de la conciencia, y en relación de proyección-técnicas.

Los siguientes tres ejercicios están diseñados para mejorar la concentración y el enfoque mental. Se puede realizarse en cualquier momento y en cualquier lugar durante el día. Aproveche el tiempo de viaje hacia y desde el trabajo, tiempo de espera, atascos de tráfico, y cualquier otros momentos libres durante el día en el que están obligados a hacer nada. Simplemente tome una respiración profunda, relajarse un poco, y comenzar, de pie o sentado. Al menos uno de estos se deben realizar ejercicios durante un par de minutos, varias veces al día. Cuanto más a menudo se trata de

hecho, la concentración más rápido y la concentración mental mejorará.

Un solo objeto de la conciencia

Escoja un objeto - árbol, silla, imagen, nube, gato (cualquier cosa) - y mirar fijamente pero con suavidad que. No te enfoques en cualquier parte, pero deja que tus ojos suavemente la mirada en la totalidad de ella. Use la respiración la conciencia para mantener su mente clara, mientras que hace esto, la respiración de su pensamientos. Mantenga esta objeto en la vista todo el tiempo que puede sin cambiar la mirada o permitir que cualquier idea para poner en marcha. Centrarse en este objeto a la exclusión total de todo lo demás. Siente todo el objeto y se siente la imagen de ella cada vez mayor dentro de su mente a medida que la mirada en él. No permita que sus ojos o en la frente a tenso. Continúe esto por tres minutos, o durante el tiempo que pueda.

Al finalizar este ejercicio, cierra los ojos y cubrir rápidamente con las palmas de las manos, dejando fuera toda la luz. Trate de mantener y seguir la imagen residual del objeto en el ojo de tu mente durante el tiempo que pueda. Trate de hacer esta imagen residual crecer más fuerte. A medida que la imagen residual se desvanece, mantenga la memoria de ella en el ojo de tu mente, imaginar los detalles de la misma manera como lo haría construir y mantener cualquier fantasía. Como alternativa, o si está nonsighted, sostener un objeto con ambas manos y lo siento. Siente su forma y textura y llenar su mente con la imagen de esta percepción general, sintiendo que esto la exclusión de todo lo demás. Cualquier objeto que va a hacer.

Enfoque puntual

Elija una pequeña mancha o marca en una pared y el enfoque suave pero fijo en él. Mantenga su mente clara de todos los pensamientos. Utilice la conciencia aliento para ayudar a mantener su mente superficie transparente. Si usted se concentra y mirada dura, un efecto óptico de vez en cuando hacer que su visión para oscurecer. Su vista se apagará alrededor de los bordes, cada vez más oscuro y de cierre hasta que pierden temporalmente la vista. No haga caso de esto, o acaba de abrir y cerrar de distancia sin romper la concentración. Su visión volverá a la normalidad tan pronto como se dejar de concentrarse. Mantenga sus ojos y la frente relajado y esto no ocurre tan a menudo. Continuar durante tres minutos, o durante el tiempo que pueda. Como alternativa, sostenga la punta de un lápiz en el dedo y presione suavemente hasta que pueda sentir un diminuto punto de presión. Mueva su dedo muy poco para hacer este pequeño punto de presión se siguen sintiendo. Concéntrese en este punto de la presión a la exclusión de todos los otra, con conciencia de la respiración para mantener su mente clara de todos los pensamientos.

Afterimage retención

Relajarse, calmar la mente, y mirar fijamente a cualquier fuente de luz suave: la luna, una vela, un bajo wattage luz, una ventana abierta, etc (Por supuesto, no mire al sol o cualquier fuente de luz

lo suficientemente brillante para los ojos de los daños. Y tenga en cuenta que estos ejercicios, si exagera, puede provocar fatiga visual o un dolor de cabeza. Si esto sucede, lo tratan como lo haría con cualquier tensión ocular normal o la tensión dolor de cabeza.)

Mirada suave pero fijamente a la fuente de luz durante treinta segundos más o menos sin cambiar la mirada o cambiar su enfoque. No se centre directamente en ella, sólo la mirada en él. conciencia del uso que contenga la respiración superficial de la mente clara, mientras que hace esto.

Entonces cierra los ojos y rápidamente se cubren con las palmas de las manos, dejando fuera toda la luz. Mantener y seguir el brillante imagen residual que se ha generado en el ojo de su mente. Mantenga

87

----- Page 89-----

la vista de este durante el tiempo que pueda. Trate de hacerlo crecer y que dure todo el tiempo. Si se utiliza una ventana abierta, tratar de conservar también la sombra de la situación vista a través de la ventana y no sólo la luz, usando su imaginación para volver a crear y mantenerlo. Manipular el foco de sus ojos detrás de sus párpados cerrados afectará esta imagen residual. Juega con este enfoque hasta que encuentre lo que ayuda a mantener postimágenes el más largo. Como alternativa, se centran en la textura de un objeto. Después de memorizar la textura, mantenga la percepción sensación posterior en cuenta durante el tiempo que pueda, la celebración de su mente clara con conciencia de la respiración.

Respiración Conciencia

Por favor, preste especial atención a este ejercicio, como la técnica de conciencia de la respiración se utiliza extensivamente a través de este libro.

Al igual que hicimos antes, respirar lenta y profundamente, y regularmente, a través de la nariz y hacia fuera por la boca. Enfoque su conciencia en toda la acción de la respiración. Siente el aire que entra y salen de su cuerpo. Siente el borde de ataque del aire que entra en la nariz, se mueve en a través de los conductos nasales, la garganta, y rellenar el interior de sus pulmones. Seguimiento y sentido andfeel el aire que pasa a través de las partes internas del cuerpo. Mantenga su mente totalmente clara de todos los pensamientos superficiales mientras que hace esto. Tu mente debe considerarse como una pizarra en blanco. No permita que ningún pensamientos superficiales para poner en marcha. No contar las respiraciones o imaginar cualquier cosa con este ejercicio. Enfoca tu atención completa únicamente en el flujo de aire dentro y fuera de su cuerpo.

Tiempo de ti mismo y ver cuánto tiempo puede seguir esto sin pensar en alguna idea en absoluto. Mantenga una nota de cuánto tiempo usted puede hacer esto, ya que esto indica cómo están progresando con estos ejercicios. Continuar este ejercicio durante tres minutos, o durante el tiempo que pueda. Una vez que llegue a los tres minutos marca, que será capaz de mantener su mente totalmente clara por un período indefinido de tiempo. El esfuerzo de

hacerlo progresivamente la facilidad con la práctica habitual hasta que se convierta sin esfuerzo.

Color de la respiración

conciencia de la respiración de inicio, que el anterior. Imagine que su color favorito brillante (cualquier cosa menos marrón, negro, o gris) que entra en su cuerpo con la parte del aire que se mueve a través de la nariz a medida que EN respirar. Imagine este color (en el ojo de su mente) como si el aire que se respira en una nube de vapor de gas, de colores, lleno de vida y energía. Imagine una nube oscura de aire dejando descolorida su cuerpo con el borde de ataque de su aliento al espirar - esta tensión y se derroche de energía. Concentrarse únicamente en este y mantenga su mente totalmente clara de todos los pensamientos.

Este ejercicio en particular tiene la ventaja adicional de producir un flujo de energía en la atmósfera el cuerpo ya través de los pulmones, lo cual es estimulante y valiosa para la formación física y la vitalidad mental. Continúe esto por tres minutos, o durante el tiempo que pueda.

Como alternativa, o si no te puedes imaginar el color, imagine que su perfume favorito en su lugar, o utilizar un esencia real para enfocar. Siga la vanguardia de este aroma, ya que es inhalado y exhalado.

Práctica

Silenciar la mente superficial puede parecer muy fácil, pero definitivamente no es una cosa fácil de aprender. Es toma tiempo y práctica, pero esto es una necesidad absoluta para cualquier tipo de desarrollo graves. En el primeras etapas de entrenamiento mental, si usted puede silenciar su mente la superficie por más de diez segundos que están haciendo muy bien. La capacidad para despejar la mente la superficie es muy progresivo, sin embargo, y la práctica regular de paga grandes dividendos. Seguir trabajando en esta capacidad de regular y sus diez originales segundos de silencio mental va creciendo rápidamente en veinte, de treinta, de un minuto, luego dos minutos, luego más y más, cada vez más fácil todo el tiempo.

Por favor, no se desanime si algunos de los ejercicios en este libro parece difícil la primera vez que probarlos. Aprender algo nuevo puede ser difícil, pero todo se hace más fácil con un O cultar regulares la práctica. Trabajando en estas habilidades de forma individual le ahorrará una gran cantidad de tiempo y esfuerzo en el a largo plazo. Recuerde, cualquier cosa que salta o mal hecho durante las primeras etapas de desarrollo un día deje de todo progreso hacia adelante. Para ello será necesario un retorno a lo básico con el fin de hacer de nuevo lo que ha sido omitidos. Sólo haga lo mejor que pueda con estos ejercicios y la práctica regular. Usted pronto se encuentra haciendo un progreso constante.

Repetición de patrones de pensamiento auto-

problemas pensado repetir Auto-patrón de vez en cuando surgen durante o como consecuencia de los trastornos mentales el desarrollo de ejercicios. Este problema puede ocurrir a cualquier persona en cualquier momento y sin ninguna razón aparente. Lo que ocurre es esto: una línea de una canción, una cancioncilla publicitaria, un poema, un fragmento de diálogo, las preocupaciones y molesta, o algo similar pronto aparecerá en la mente superficial, sin ninguna razón aparente. Es comenzará a repetirse una y otra y otra vez, ad nauseam. En menor medida, este problema puede también tomar la forma de imágenes de fantasía o de la memoria.

Esto puede ser una investigación seria, exasperante, y el problema frustrante. Se hace todo tipo de mental grave trabajo, o incluso dormir, prácticamente imposible. Esto no es cosa de risa. He visto a gente perder días de sueño por esto. He visto a hombres y mujeres adultos de streaming lágrimas de frustración. También he niños vistos golpeando sus cabezas contra las puertas y las paredes tratando de silencio pensamiento auto-repetición patrones. Esto nunca puede suceder a usted o alguien que usted conoce, y espero que nunca, pero en el caso lo hace, hay una solución, en cuatro etapas.

Primera Etapa: Limpia tu mente a través de la pura fuerza de voluntad, la pizarras en blanco que, silenciando la repetición y la brutal explotación de manifiesto, mientras que al respirar profundamente, de gran alcance, durante el tiempo que puedas, apretando los sus dientes física y mental si es necesario. Látigo y garrote tu mente a la obediencia temporal. La relajación física no es necesaria para nada de esto. Pon todo lo que haya en esto y estar preparados para arrojar un poco de sudor mental honesta sobre ella. Utilice la conciencia aliente para ayudar con esto como sea necesario. Este primer paso está diseñado para resaltar el problema patrón de pensamiento, además de ser una brutal pero excelente control del pensamiento ejercicio. Si esto soluciona el problema, está bien, pero si el patrón de pensamiento pícaro persiste o hojas de vida, continuar con la segunda etapa.

Segunda Etapa: Sustituya el pícaro patrón de pensamiento tan pronto como sea posible después de que comience la repetición, antes de que crezca más fuerte. No permita que continúe! Vuelva a colocar con un simple pero poco patrón de pensamiento y más deliberada y firmemente repita esto en su mente, una y otra vez. Dí esta nueva voz alta un par de veces, o cantar, ya que esto ayudará a fortalecerlo.

Concentrarse en la repetición la sustitución hasta que sentido la presión que viene del debilitamiento patrón de pensamiento original. La sustitución utilizado puede ser cualquier cosa, un fragmento de la canción, una estrofa, un estribillo, una melodía, una oración, una afirmación, etc Algo que fluye con facilidad o rimas va a funcionar mejor. Una vez que el problema original comienza a debilitarse, cambie la sustitución de patrón de pensamiento nuevo. Utilice cualquier cosa menos el patrón de pensamiento original para este propósito. Repita la nueva repetición hasta el primer reemplazo se debilita. Si esto resuelve el problema, está bien, pero si no, proceder a la tercera fase.

Tercera Etapa: Si el problema vuelve original, repita los pasos uno y dos, pero con el doble o el triple el número de reemplazos usados. Acortar estas un poco y un uso más entusiasmo y mental volumen. Tome una ducha y cantar en voz alta! Trate de hacer los reemplazos últimos en el descuento de la cola, utilizando frases progresivamente más cortos. Si cualquiera de las líneas de sustitución comenzará repetir, repetir este proceso mediante el pícaro nuevo patrón de pensamiento como la base. Esto también ayudará a enterrar a los problema original. Evite el problema original patrón de pensamiento: no usarlo como un reemplazo.

Cuarta etapa: Borrar la mente superficial a través de la pura fuerza de voluntad y conciencia de la respiración, el silenciamiento la repetición final utilizada. Mantener la mente clara y bien lejos de cualquier repetición de patrones de pensamiento, incluso reemplazos. Por último, relájese y deje que su mente para volver a la actividad normal de pensamiento. Si la superficie mente se comporta, puede dejar de luchar y volver a lo que estaba originalmente haciendo, o volver a dormir. Pero esté atento para el problema de los patrones de pensamiento en el futuro y tratar con ellos antes de que aparecen.

Repita estos pasos las veces que sea necesario para controlar el problema.

Como último recurso, auriculares uso y reproducción de música, tan fuerte como sea necesario, para ahogar la repetición patrón de pensamiento. Esto va a ocupar la mente superficial y fomentar el silencio. Continuar por el tiempo que necesaria para superar el modelo de pensamiento repetitivo. Dormir con los auriculares. Tener la música en el juego continua o en un contador de tiempo, según sea necesario, pero no permita que el problema siga sin tratar. Este último método se utiliza mejor para los niños que no pueden hacer los ejercicios mentales más arriba.

Si el proceso falla y usted todavía está plagado de pensamientos de auto-repetición, lo más probable es no tener éxito con cualquier trabajo de desarrollo mental grave en este momento. Le sugiero que renunciar a ella y tratar de dormir un poco, ver la televisión o trabajar un poco para mantener su mente fuera de él, lo que es más

89

----- Page 91-----

apropiado. Si no puede superar este problema, por lo general también interfieren con su capacidad para conciliar el sueño. Si esto sucede, por favor, tratarlo como lo haría normalmente para tratar el insomnio, y por favor consulte a su médico de familia para el consejo médico si el problema persiste.

La causa más común de patrones que se repiten, especialmente los que contienen el diálogo atormentando y las imágenes dolorosas de la vida real del pasado, es el estrés y la ansiedad generada por la vida interna sin resolver conflictos. Su mente subconsciente no es más que devolver lo que considera que los problemas graves, y exige que se trata de inmediato. Manejar estos problemas de manera inteligente y la repetición patrón de pensamiento por lo general desaparecerá. Si no puede lidiar con esto por sí solo, sin embargo, por favor

no dude en buscar ayuda profesional y tratamiento médico.

17. El estado de trance

El trance es un estado muy simple y natural del ser, el estado entró en el cuerpo físico

se va a dormir mientras la mente está despierta. Muy simplemente, la frecuencia de las ondas cerebrales cambia en respuesta a la alteración del nivel de actividad mental. La menor actividad mental, el más profundo es el nivel de trance. Los niveles normales de la conciencia causan una gran cantidad de actividad bioeléctrica, que se asocia con la actividad despierta de la mente superficial, llamado el nivel de beta. Cuando el estado de trance se introduce, esta la actividad se reduce significativamente, causando muchas sensaciones peculiares físicas y mentales. Los cambios en la actividad de las ondas cerebrales se pueden medir con un electroencefalograma, o una máquina de EEG.

El cerebro humano tiene dos mitades, dos hemisferios, cada uno asociados con diferentes funciones físicas y las funciones mentales y habilidades. El lado izquierdo del cerebro es el problema racional y lógico- la solución de una parte, mientras que el lado derecho es la parte más emocional, creativo e intuitivo. Creo que el estado de trance hace que estos dos hemisferios para comenzar a trabajar juntos, la sincronización con más fuerza de lo que son capaces en el estado de vigilia normal.

Cuanto más tiempo pasó en el estado de trance, más fuerte será la conexión entre la bioenergética

hemisferios ser, y cuanto más fácilmente los dos hemisferios pueden trabajar juntos.

Si bien los dos

hemisferios están vinculados, la mente se vuelve más tranquilo, más fuerte, más general y equilibrada. Este

mejora la calidad del pensamiento, por lo que es más profunda y abierta a la inspiración, al tiempo que

gran claridad de la mente - aunque en un estado alterado de conciencia. Una relación profunda del cuerpo físico

con una mente clara tiene este estado de trance conectado más tiempo que naturalmente se producen.

Todos experimentamos esto cada noche, aunque sea brevemente, mientras se queda dormido. La mayoría de la gente no

se dan cuenta de esto cuando sucede, pero todo el mundo sabe lo bien que se siente.

¿Quién no disfruta de la caída

dormido? Del mismo modo, ¿quién no goza de entrar en el estado de trance? El éxtasis es una deliciosa felicidad,

estado cómodo y libre de estrés de ser, como sumergirse en una agradable temperatura física y spa mental o en el baño.

Mientras que para conciliar el sueño se encuentra, si se observa de cerca, que comienza usted la pérdida de entre

senderismo de media pensamientos e impresiones. Tu cuerpo empieza a sentirse pesado y cálido y acogedor y

sus pensamientos se vuelven tontas y sin sentido. Esto sucede justo en el límite del sueño, sólo

antes de perder la coherencia del todo y caer en el olvido aparente de sueño. El pesado cuerpo

sensación es el signo que han entrado en el estado de trance. La incoherencia mental (en el caso de

entrar en el estado de trance mientras se queda dormido) es causada exclusivamente por el cansancio mental y físico.

Una vez que el cuerpo físico se duerme, el centro de transferencias de despert

ar conciencia en el etéreo
cuerpo. Esta es la mejor idea de como un tipo de proyección interior del cuerpo. La
sensación de pesadez del cuerpo de la
estado de trance indica que el centro de la conciencia de vigilia se ha desplaza
do a un paso de su
cuerpo físico y en el primero de sus órganos sutiles, su cuerpo etérico. Esto toma con
ciencia de una
paso más cerca del tiempo real proyectables doble.

La próxima vez que te estas quedando dormido, mantenga los antebrazos vertical
es con los codos en reposo
cómodamente en la superficie de la cama. Esto le mantendrá despierto un poco más de lo
normal. Observa lo que
ocurre mientras usted está durmiendo. Usted experimentará el estado de trance durant
e al menos unos cuantos
momentos más de lo habitual antes de quedarse dormido, y aún más si no estás demasiado c
ansado y puede
mantener la concentración. Si usted se relaja y el uso de la técnica de conciencia d
e la respiración mientras se queda dormido, en lugar de
permitiendo que su mente a la deriva y de un paseo, puede arrastrar a cabo el pr
oceso de caer dormido y permanecer en el
estado de trance más tiempo.

Como parte de la formación de proyección, es necesario aprender a poner su cuerpo
o a dormir, mientras que
restantes mentalmente alerta y en control - en otras palabras, cómo entrar en el e
stado de trance y la estancia
despierto. Esto puede ser un poco difícil al principio, pero no es nada difícil si u
sted sigue el procedimiento correcto

90

----- Page 92-----

y obtener un poco de práctica regular de in El cansancio físico y mental que, natura
lmente, hace que el trance
estado, mientras que para conciliar el sueño puede ser reemplazado por un nivel pr
ofundo de relajación física y una superficie transparente
mente.

Si usted se permite reaccionar a los sonidos de distracción durante el trabajo
de trance, se puede desarrollar un
respuesta habitual para ellos, cada vez se distrae con facilidad y se irrita. Es
to puede afectar seriamente su
capacidad de introducir y mantener el estado de trance. Puede hacer que usted ut
ilice ayudas artificiales como la música o las cintas de
crear las condiciones ideales para usted antes de trance con eficacia. Esto hará q
ue su trance
Estado depende de las condiciones. Una dependencia de este tipo es un hábito poco
saludable de trance, como lo hace
las bases habitual del estado de trance débil y sensible, en lugar de fuerte y res
istente.

Si usted es un principiante, sin hábitos de trance, preste atención a mis consej
os al respecto. Acepte los sonidos y que
lavar más de ti, sin tensión, en respuesta, mentalmente o quejarse de ellos de ningun
a manera.
Aceptar y tolerar sonidos amablemente y sin irritación. Mira a las distracciones i
nevitables como
valiosas oportunidades para poner a prueba tu capacidad de atención y concentración,
como las ondas de sonido estrellarse
suavemente sobre ti. Este problema progresivamente facilidad con tiempo y pacien
cia.

La necesidad de calma total niega el placer del aire libre trance ción meditac
ión, en medio de todas las muchas

distracciones maravilloso de la vida: gorgoteo del agua sobre las rocas, sonidos de animales, sonidos de viento y tormenta, olas rompiendo en las playas, los sonidos de los niños, y el coro de la mañana dulce canto de los pájaros. Estos son el regalo de la naturaleza para todos nosotros, y todos pueden ser mejor apreciados en un estado de trance meditativo.

Diferentes niveles de Trance

He dividido el estado de trance en tres niveles básicos, y han utilizado nombres descriptivos (En lugar de los términos más comúnmente utilizados técnicas como la alfa, beta, theta y delta) para simplificar, y para ayudar a evitar la confusión mientras se trabaja en estos niveles de trance. Esto permite saber qué nivel de trance se encuentra simplemente observando las sensaciones que se experimentando. Los tres niveles básicos de trance que aquí se ofrecen como una guía básica para principiantes solamente.

Luz Trance

Trance de luz es el primer nivel de trance, muy similar al estado de ensueño. Mientras se relaja, su cuerpo físico empieza a sentirse cálido y acogedor, y letárgico. Los párpados de repente se sienten pesados y sus ojos se ponen vidriosos y la caída. Una ola leve de peso y los flujos de calor sobre usted. Su mente adquiere una calidad ligeramente borrosa y tiende a comenzar a derivar. Usted tiene alguna dificultad leve centrándose en pensamientos, sobre todo si está mentalmente cansado y necesita dormir.

Los patrones de luz y color (imágenes hipnagógicas) se ven de vez en cuando durante la luz-trance del Estado. Visiones Mind's de ojos también puede ser visto si el potencial clarividente natural está presente. Telaraña cosquilleo de vez en cuando se siente en las áreas faciales y del cuello, causada por el movimiento de energía a través de las estructuras energéticas de apoyo de los centros de la frente y la corona. (El estado de trance en sus propias causas un aumento del flujo de energía, por lo tanto, las sensaciones resultantes.)

Con este nivel de trance viene una sensación suave, de cuerpo entero de la falta de claridad cómoda tibia y una disociación muy ligera por el cuerpo físico y el medio ambiente circundante. El tiempo parece lento un poco y sonidos parecen ser ligeramente más fuerte y de más lejos de lo que realmente son. Una vez que se estabiliza trance ligero que es fácilmente durante largos períodos de tiempo. Gran claridad mental interna se puede lograr con ella, siempre y cuando el cansancio no es un problema. Este es el estado de trance más general alcanzado durante las primeras meditaciones de luz y meditaciones dirigidas grupo. Si este nivel de trance es acompañado de un profundo estado-suficiente de relajación física, proyección consciente de salida se convierte en posible.

Este nivel de trance, mientras que fácilmente celebró, también es muy delicada y se rompe fácilmente. Física movimiento, incluso caminar y hablar, debe ser lento y deliberado para mantener

el estado de la luz-trance.

Lleno Trance

El estado completo trance tiene muchas similitudes con el trance de la luz, pero son sensaciones trance más pronunciado. Entrada en trance completo está marcado por una ola muy notable de peso corporal y un muy leve caída de la sensación. Esto viene a con bastante rapidez, como una onda cálida, pesada que fluye a través de usted, que parecía minar su fortaleza física y mental, su cuerpo cae en un sueño.

91

----- Page 93-----

La concentración y enfoque mental se necesitan en este momento para detener la mente del siguiente al de su cuerpo en el sueño. Su sentido de los cambios de tiempo, la ralentización o aceleración, dependiendo de su nivel de cansancio mental. Si usted está cansado, el tiempo tiende a acelerar, de lo contrario, tiende a disminuir. Usted se convierte en notablemente disociarse de su cuerpo físico y su entorno.

Su sentido de la atmósfera de fondo cambia notablemente el momento en que entrar en el pleno-trance del Estado. La habitación que te rodea se siente como si de repente se ha vuelto mucho más grande, más grueso y más vacío. Los sonidos de fondo adquieren un carácter sordo, lejano, algo así como lo harían si un cuadro se redujeron ligeramente por encima de su cabeza sin tocar o molestar a usted.

Usted puede sentir una sensación sorda, cosquilleo hueso de profundidad en los brazos y las piernas si moverlos a la facilidad de su cuerpo físico durante el trance, similar a lo que se siente cuando un brazo o una pierna se queda dormida, pero no en todos los dolorosos. Algunos movimiento físico es todavía posible, pero requiere más esfuerzo y se siente como si fuera pasando en cámara lenta. Si te las arreglas para estar de pie durante el trance completo (no es poca cosa, pero aún es posible), difícilmente se puede sentir sus piernas en absoluto. Si puede llegar a pie (también posible), se siente como usted está caminando en dos almohadas grandes que solían ser las piernas. Cualquier tipo de actividad física tiende a erosionar la profundidad del trance, a menos que hacerse de una manera lenta y soñadora.

Sharp parece causar una sensación incómoda en el estómago y el plexo solar que puede sentir casi como un golpe físico, si usted se permite reaccionar ante ella. (Esta sensibilidad al sonido se puede reducir sólo por la experiencia adquirida a través de la meditación regular trance.) Sus pensamientos comienzan a sentirse diferente, más lento de lo normal pero muy clara. Esto se debe a la mente la superficie apagar y revelar un nivel más profundo de la mente.

La celebración de su mente clara y enfocada es el verdadero truco para mantenerse despierto y funcional mental. Si no se concentran y se mantiene concentrado, que se tienden a fantasear y la deriva entre los pensamientos débiles y sin sentido. La primera vez que comience a experimentar estados de trance, es necesario

concentrado, por la fuerza la celebración de su mente despierta, sin permitirse a tensarse física o mentalmente.

las imágenes hipnagógicas se ve detrás de los párpados cerrados, en el ojo de la mente, así como visiones ocasionales.

REM (movimiento rápido del ojo) la actividad que ocurre de forma esporádica, y cuando lo hace, fragmentos de sueños

imágenes de vez en cuando se entrometen en el ojo de la mente. Esto puede indicar un déficit de sueño, es decir, el mente física carece de energía, se ha dormido, y sueña ahora.

No haga caso de REM lo mejor que se puede hacer si se inicia. Normalmente se va y viene en rachas de unos minutos cada uno, a veces más tiempo. REM se siente como los ojos están revoloteando y zumbando debajo de sus párpados.

Esto puede ser muy molesto cuando se produce en el estado de trance. Si se convierte en un problema, frote suavemente

los dedos y los pulgares de cada mano juntos y tomar un par de respiraciones profundas, estiramientos y

mover el cuerpo un poco y el reasentamiento de la misma. Esta actividad física leve suele ser suficiente para detener

REM y apagar el sueño de la mente, al tiempo que permite el trabajo y el desarrollo de trance para continuar.

Este procedimiento también ayuda a reducir el nivel de trance. Cuando REM se detiene, deja de física

movimiento y continuar con su meditación trance.

Usted pasará la mayor parte de su tiempo en algún lugar entre la luz-trance y trance completo

estados. A medida que adquiera la habilidad y experiencia, este nivel puede variar. La capacidad de ponerse en un pleno

trance es muy progresista, como la mayoría de las habilidades desarrolladas.

Es

hay que trabajar menos, pero con la práctica regular puede llegar rápida y fácilmente.

Deep Trance

trance profundo comienza con los síntomas del estado a todo trance, que se vuelven notablemente más

pronunciada a medida que caen en un nivel mucho más profundo de trance. Hay muchas sensaciones extrañas

asociadas a trance profundo, sintió en muchas combinaciones: con frialdad en todo el cuerpo y una continua

caída sensación de ser común.

El profundo estado de trance no es peligroso. No puede hacer daño el sueño más profundo posible. Es

muy difícil para entrar en el profundo estado de trance, incluso deliberadamente.

No sería razonable esperar

a ocurrir espontáneamente o accidentalmente a uno que aún no ha dominado el estado completo trance. Sin embargo,

los síntomas asociados con el trance profundo son a menudo tan fuerte que puede ser aterrador si lo hace

no saben lo que está sucediendo.

92

----- Page 94-----

Si alguna vez te preocupa que usted podría ir demasiado profundo, simplyfeel se mueve hacia arriba,

lentamente mover la cabeza, boca, dedos, manos y pies, progresivamente restaurar

el movimiento de su cuerpo hasta que usted puede sacar del trance por completo. Si el movimiento es extremadamente difícil, o si siento totalmente paralizado, usted probablemente ya proyectado, pero se perdió la salida de su cuerpo, usted incluso puede tener vibraciones experimentado antes. En este caso, concentrarse en mover un solo dedo gordo del pie. Ibis se retirarán de su parálisis proyectada doble y un final. Si todos los esfuerzos para salir de un trance profundo no, no se preocupe. Simplemente déjate caer dormido y se despertará poco después, así descansado y no el peor para el desgaste.

Trance Requisitos

Entrando en el estado de trance requiere tres cosas: una profunda relajación física, una mente superficial transparente, y una técnica mental.

Profunda relajación física: ¿Los completo ejercicio de profunda relajación física (véa el capítulo 15) hasta que son físicamente más relajado posible. Un poco de ejercicio físico previo para obtener las torceduras de los músculos tensos, seguido de un baño o una ducha caliente, se recomienda para todos los principiantes.

Superficie clara mente: Permita que sus pensamientos para relajarse y resolver mientras se hace la relajación ejercicios, a continuación, vaciar la mente, centrándose en conciencia de la respiración. Usted puede encontrarlo más fácil de lograr si usted se ocupa de los pensamientos presionando su mente puede vomitar en este momento. Simplemente examinar y hacer frente a estos por unos momentos cada uno y luego dejarlos ir. Esto facilitará mucho clamando su pensamiento presión.

Mental Técnica: Una caída mental velocidades técnica hasta el momento que se necesita para entrar en el trance Estado, en lugar de esperar a que el cuerpo a dormir de su propia voluntad. Centrándonos en esto también ayuda a ocupar y mantener su mente clara y despierta la superficie.

En todos los ejercicios mentales caer a continuación, utilizar su imaginación para construir la caída escenario y sentir como si estuviera allí en realidad. Producir más fuerte interna en todo el cuerpo sensibilización sensación posible. Pídale a un recuerdo de ti mismo haciendo algo similar, o pedir prestado un escena recordaba a una película. Utilizar esta memoria para volver a crear el sentimiento de sí mismo realizando que la misma acción con su imaginación. Siente la acción cae, no sólo pensar en ello o tratar de ver en el ojo de tu mente.

Una vez que alcanzar un nivel de estado de trance, anunciado por una ola de pesadez corporal y el calor, relajarse y respirar lenta y naturalmente. Mantenga su mente clara - lo que aferrarse y resolver para el estado de trance X, centrándose una pequeña parte de tu mente en la conciencia de la respiración. Si usted necesidad de profundizar su nivel de trance, continuar con el ejercicio mental caer hasta alcanzarlo.

He dado algunas variaciones aquí. Por favor, inténtelo de todos ellos y encontrar la más eficaz para usted, o el que más te guste. Cuando encuentres una que se adapte a usted, quédese con él. Es

to ayuda a programar su mente subconsciente para reaccionar a la técnica, ayudando a cambiar de puesto en el estado de trance más fácil y más rápido cada vez.

No es necesario exagerar los detalles de imaginar escenarios utilizados con ejercicios mentales que caen. La pared de roca en el siguiente hueco del ascensor, por ejemplo, sólo tiene que ser un confuso desenfoque en movimiento hacia arriba. Es el movimiento hacia abajo o sensación de caída construido por su imaginación y sentido en su conocimiento del cuerpo que hace que sus ondas cerebrales disminuyan, lo que obligó a entrar en el trance del Estado. No es el escenario imaginado en sí mismo que hace el truco. La relajación profunda física y una técnica mental cayendo básicamente engañar a tu mente subconsciente en el proceso de inicio del sueño antes, mientras usted todavía está despierto.

Ascensor

Imagina que estás en un ascensor con un lado de ella - la cara que se enfrenta a la desnuda roca. Siente el inicio del ascensor en movimiento hacia abajo con usted en él. Imagínese que usted puede ver las caras rocosas de la pared del hueco del ascensor que pasa hacia arriba a medida que se mueven siempre a la baja, cayendo más y más en trance que vaya. Imagine que este eje roca tiene una textura irregular y características que usted puede ver, en movimiento al alza que el pasado como el ascensor que lleva hacia abajo, abajo, abajo.

93

----- Page 95-----

Si te gusta, imagina que puedes ver un gran número al pasar un piso cada pocos segundos, y contar éstos como el ascensor se mueve más y más profundo. Un llamado a la memoria de la última vez que se encontraban en un ascensor, o ir a pasear en uno y memorizar la sensación. Recuerde que la ligera sensación de vértigo que causó en su estómago, ya que comenzó a bajar. Volver a crear este sentimiento, se siente en su cuerpo conciencia. Mantenga imaginar y sentir esto, mientras se asegura de que no permita que su físico cuerpo tenso. Siente tu cuerpo y dejar ir hundiendo más y más en el estado de trance como estás en el ascensor hacia abajo, abajo, abajo ...

Escalera

Imagina que estás en una escalera. Volver a crear sentimientos de la conciencia corporal, del brazo y la pierna recordar movimientos, y poco a poco empezar a escalar hacia abajo. Mover un pie y la conciencia de su otra mano hacia abajo un peldaño. A continuación, mueva el otro pie y su mano opuesta por otro peldaño. Si esto es demasiado complejo, Imagino que se aferran a cada lado de la escalera y bajando sólo con los pies, con los lados de la escalera deslizándose fácilmente a través de sus manos. Continuar por la escalera de mano en un

tiempo. Siente tu cuerpo en movimiento por la escalera. Imagine una roca o una pared de ladrillos frente a usted, cerca de la escalera. Imagine esta cara de textura se mueve hacia arriba más allá de usted al subir más y más abajo en la escalera. Siéntase escalada a la baja y en descenso cada vez más en trance con cada paso hacia abajo te lleve.

Pasos

Imagine que está de pie a la cabeza de un largo tramo de escalones con un alto muro de piedra en uno y otro lado. Estos pasos son grandes, imponentes y escarpadas. Levante un pie e imaginaria a la vez, cuidadosamente sensación de ti mismo haciendo - y dar el primer paso hacia abajo. Siente tu cuerpo se mueva hacia abajo como sus pies se mueven de uno en uno en el paso inferior. Repita esta acción y dar el siguiente paso hacia abajo, entonces el siguiente y el siguiente. Mientras se mueven por las escaleras, imagine que puede ver la piedra con textura paredes a ambos lados se mueve hacia arriba más allá de usted como usted se mueve un paso a la vez por el vuelo de pasos. Continúe con este, lenta y deliberadamente, el sentimiento mismo movimiento a la baja y la caída más profunda y más en el estado de trance a medida que avanza. Contar los pasos si se quiere, poco a poco, como si estuviera contando sus respiraciones, "Oneeee, Twoooo, Threeee", etc, dando un paso hacia abajo con cada exhalación.

Bajando por una cuerda

Imagínese que usted está colgando de las manos de una cuerda fuerte y tiene las piernas envueltas con seguridad a su alrededor. Sus brazos son muy fuertes y no hay posibilidad de caer. Mover un imaginario mano hacia abajo, luego el siguiente, bajando por la cuerda de la mano sobre la mano, con la cuerda de deslizamiento fácil entre las piernas. Ver la cuerda textura se mueve hacia arriba más allá de su cara mientras se sube por ella. Continúe con este, el sentimiento mismo de escalada a la baja y en descenso cada vez más en el trance Estado sobre la marcha.

Pluma

Imagine que usted es una de las plumas y son suavemente flotando desde una gran altura. Siéntete cae suave, volver a crear una sensación de caer en su conocimiento del cuerpo cada vez que exhala. Siéntase celebración de posición y flotando en el aire que usted respira. Sienta la atmósfera alrededor de usted, imagine hebras de nubes textura se mueve hacia arriba a medida que caen suavemente a través de ellos. Continuar esto, sentirte flotando suavemente hacia abajo y caer más y más en el estado de trance con cada respiro que caen. IN y OUT se puede revertir a lo que se siente más natural.

Anillos de humo

Este favorito versátil viejo mío se puede hacer desde cualquier posición, incluso

al caminar. Imagina que sus pies están en el centro de un anillo de humo denso que el grosor de su brazo. Imaginar y sentir de este anillo de humo que se elevaba por encima de su cuerpo y cabeza desapareciendo. Los anillos de humo son muy densos y se mueven cerca de su cuerpo. Imagínese que usted puede sentir que se mueve sobre su piel a medida que suben. Imagínese que usted puede ver estos anillos de humo a medida que avanzan más allá de sus ojos. Los anillos de humo repetir unos dos segundos de diferencia, pero esto se puede variar para adaptarse a la persona. Siente el humo en los anillos con su conocimiento del cuerpo, fumando regularmente a lo largo de todo el cuerpo. Siente una caída interna sensación como los anillos de humo imaginario lugar hacia arriba. Siente que se cae más y más en la

94

----- Page 96-----

estado de trance con la caricia de cada anillo de humo que se eleva a lo largo de todo su cuerpo, una y otra vez, de pies a cabeza.

Personalizada Técnica Trance

Imaginar un escenario en el que está familiarizado con que tendrá que ir hacia abajo, o cualquier tipo de movimiento a la baja o la caída sensación. Esto puede ser cualquier cosa: una escalera, un tobogán de agua, un bombero polo, un salto en paracaídas, montañismo, submarinismo, buceo de alto - todo lo que podría inducir a una sensación física de las enumeradas como a la baja de circulación en el conocimiento del cuerpo.

Trance Letanía

A muchas personas les ayuda a repetir una letanía simple o mantra, dijo una y otra vez en su cabeza, como un acompañamiento a su técnica mental trance caer. Esto también ayuda a mantener la mente clara y bien enfocado, y con el tiempo se convertirá en condicionados a reaccionar a la letanía. Se le programa para empezar a caer en el estado de trance cada vez que se utiliza la letanía. Repetición: "Abajo, abajo, abajo ... profunda, más profundo, más profundo", o algo similar, lentamente y con calma y de manera significativa. Decir esto una y otra dentro de su cabeza y siente que se cae abajo, abajo, abajo como usted lo dice.

Usted puede hacer su propia letanía, pero mantenga el sentido simple y hacia abajo y se adhieren a la letanía mismo todo el tiempo. El uso prolongado de la misma letanía más efectivo y se convertirá en más condicionada que se convertirá a la misma.

Problemas comunes Trance

La mayoría de los problemas comunes trance madre de los tres problemas principales que figuran a continuación. Estos provienen principalmente de nuestro estilo de vida occidental moderna. Ellos deben ser abordados y superados antes de que

puede operar con éxito en el estado de trance y mantenga la fuerza suficiente para lograr la conciencia de salida proyección.

Dormirse en Trance

Este problema muy común es generalmente causado por un déficit de sueño. Aunque usted puede sentirse bien, siempre hay una posibilidad que no se han dormido lo suficiente. (La mayoría de las personas no lo hacen.) Si tienen un déficit de sueño, normalmente tienen muy pocos problemas de entrar en el estado de trance, incluso si lo hacen no alcanzar un estado de relajación física profunda en primer lugar, porque están mentalmente cansados. Pero usted suelen tener problemas para mantener la coherencia mental y que operan en el estado de trance, una vez que se alcanzado. Tu mente la falta vitalidad mental y no será capaz de mantenerse unida.

Usted tienden a perder el control fácilmente y con frecuencia se caen de sueño para la parte principal de su trance la meditación.

Puede ser más fácil para inducir el estado de trance cuando el cuerpo y la mente están cansados, sino mental la coherencia y el control durante el trance son muy limitadas si un déficit de sueño está presente. El olvido de el sueño es el compañero siempre presente de la Trance cansado. Cansado-dad puede causar una natural estado de trance por su cuenta. Trance, después de todo, es una cosa muy natural que todo el mundo hace, mientras que para conciliar el sueño. Debido a la falta de vitalidad mental, en este caso el estado de trance es demasiado inestable para permiten al operador un control suficiente para hacer cualquier tipo de trabajo serio.

Muchas personas, cuando se medita, y encuentra sus meditaciones naturalmente final después de un período de tiempo. Por lo general tienen muy poca conciencia del paso del tiempo, o incluso de lo que ocurre durante la mayor parte de las meditaciones de su trance. Se acuerdan de caer en trance y sienten totalmente feliz por un rato, antes de regresar a la tierra más tarde, sintiéndose relajado y fresco. Después de entrar en el estado de trance, que simplemente han tenido una siesta trance agradable.

La solución obvia es dormir más, a continuación, volver a la práctica trance despierto y refrescado. Si esto es difícil, trate de cambiar la hora del día en que los ejercicios de la práctica de trance. Hacer la mayoría de los ejercicios de trance en la mañana, o justo después de una reparadora siesta, por lo general va a resolver el déficit de sueño problemas relacionados con el trance.

Muchas personas tras una hora o más temprano cada día para este propósito. Se levantan, hacen un poco ejercicio, ducha, a continuación, realice su meditación, el trance y el trabajo de la energía. Encuentran la meditación trance ahora más éxito cuando se realiza temprano en la mañana, debido a una combinación de los recursos naturales profunda física

la relajación y el estado mental de la mente fresca producida por una noche de sueño

reparador. Profundo relajación física y una mente clara, frescos son ingredientes esenciales para el trabajo de trance con éxito.

Por estas mismas razones, los intentos de proyección también suelen ser más exitosos en este momento del día.

Algunas personas encuentran más fácil de proyección si van a la cama temprano y puesto su despertador para ellos durante

la noche. Se despiertan, agarrándose al estado de relajación profunda inducida por el sueño, e inmediatamente

intento de una proyección. En este caso, todos los ejercicios preliminares se pueden saltar, con el proyector va

proyección hacia la técnica - por lo general con buenos resultados. Esto indica cuán importante

proyección de profunda relajación física y un estado de trance son estables.

Incapacidad para entrar Trance

La incapacidad para entrar en el estado de trance es causado generalmente por un nivel insuficiente de profundidad física

relajación y / o por falta de concentración y las habilidades mentales de relajación. Sea cual sea su trance

problema, analizar e identificar las áreas débiles. A continuación, volver a las secciones correspondientes de este libro y

repetir los ejercicios necesarios hasta que estos problemas se corrijan.

Práctica, práctica, práctica, es mi mejor consejo aquí. Si usted ha trabajado a través de todos los

ejercicios en esta sección, pero encontramos que todavía no puede entrar en estado de trance, por favor no te rindas. Ir

volver al principio y empezar de nuevo si es necesario. Rehacer las lecciones y ejercicios de uno en uno

tiempo y no las prisas. Esto puede parecer un proceso laborioso, pero hay que ser paciente contigo mismo.

Todo el mundo tiene una estructura psicológica diferente y es imposible generalizar, o para comparar un

de los avances con otro.

No medir su progreso contra el progreso de la otra. Tómese su tiempo y trabaje a su

propio ritmo. Algunas personas toman el trabajo de trance, como un pez en el agua, mientras que otros encuentran que realmente tienen

que trabajar en ello para lograr los niveles de relajación y trance requiere claridad mental. Sin embargo, "puede

dominar el estado de trance si usted aprende las habilidades individuales y la práctica regular.

Caer en trance con demasiada facilidad

Este es un efecto secundario ocasional de trabajo de desarrollo a largo plazo. Si una persona pasa mucho tiempo

en trance, el estado de trance con el tiempo se convierte en segunda naturaleza y es entonces muy fácil de lograr. Las personas

con esta tendencia puede encontrarse accidentalmente caer en el estado de trance muchas veces al

día, a la caída del sombrero proverbial. Si no está activada, esto puede provocar la disociación frecuentes

la realidad, que es una forma poco saludable para vivir. Esto puede convertirse en un grave trastorno psicológico y

pueden requerir un tratamiento profesional si no se aborda.

Un déficit de sueño agravará este problema. La mejor forma de detener el trance accidentales se

consciente de ello y estar atento a ella, sobre todo en los momentos es más probab

le que ocurra, por ejemplo, mientras que conducir, ver televisión, a la espera, viajar, etc. Esté preparado para trabajar en contra de esto, tirando de ti mismo en trance, el momento en que se siente venir en.

La actividad física y mental se centra en el mundo y la gente que te rodea es la mejor manera de evitar caer accidentalmente en el estado de trance. Si este problema se presenta, mi mejor consejo es tomar un descanso de todos los ejercicios de desarrollo y la meditación, especialmente el trabajo de trance, durante algunas semanas. Durante este descanso, se concentran en la vida física y la actividad, poniendo al día su sueño, y hacer todo los trabajos y visitas que ha estado posponiendo para más tarde.

96

----- Page 98-----

Cuarta parte: - Salir de proyección y Técnica

18. Preparations de proyección

Consciente que sobresale del cuerpo no es tan difícil como se cree comúnmente. Es simplemente una cuestión de profunda relajación del cuerpo físico, despejar la mente, a continuación, activar la reflexión de la proyección con una técnica de salida. La mayoría de la gente, si están dispuestos a poner un poco de tiempo y esfuerzo en el desarrollo de las habilidades necesarias, no tendrá problemas para lograr esto, hasta el momento de salida real de proyección. ¿Qué pasa desde ese momento en adelante depende en gran medida de sus energías, autocontrol, equilibrio, actitud, y la planificación inteligente.

Trance y relajación física profunda

He encontrado que la mayoría de las personas que no proyección consciente de salida o bien tienen un problema con el estado de trance (control demasiado ligero, demasiado profundo, o demasiado poco) o que han dejado de lado para aprender completamente y la práctica profunda relajación física - más generalmente ambos.

Es muy posible para entrar en el estado de trance sin tener un nivel profundo de relajación física, del mismo modo que es posible conciliar el sueño con la tensión muscular aún en el cuerpo físico. Esto, en sí mismo, puede causar enormes problemas para los proyectores durante la fase de salida. Muchas personas prisa o saltar a través de los ejercicios físicos de relajación profunda, a menudo creyendo que son físicamente relajado basta ya que pueden entrar en el estado de trance con bastante facilidad. Ellos no entienden que el estado de trance, cansancio, más como resultado de un déficit de sueño, puede reemplazar una profunda relajación física como un requisito para entrar en el estado de trance. Siguen los intentos de proyección pensando que están haciendo todo lo correctamente, mientras que en realidad no cumplen los requisitos para la proyección consciente de salida. Esto puede ser muy frustrante, con la tensión física insospechados arruinando lo que de otro modo podrían ser una cadena de EFC éxito.

Una y otra vez le digo a la gente - y una y otra vez que no me parece escuch

ar cuando le digo -

"El verdadero secreto de la proyección es profunda, la relajación profunda, en el fondo físico!" Demasiado simple una solución, podría decir, pero es la pura verdad. Un trance ligero a normal combinado con un profundo nivel de física

la relajación es la mejor combinación para una salida de proyección suave y exitosa.

Un nivel de trance más ligero que la mayoría de la gente por lo general parecen alcanzar durante los intentos de proyección permite una mayor claridad de pensamiento. Esto hace que la salida más fácil y proporciona un mejor control durante el y después de la salida. Mucha gente va demasiado profundamente en el estado de trance, por lo general a causa de un sueño déficit, entonces la experiencia pesados REM (movimiento rápido del ojo) la actividad, telarañas y otros metales pesados relacionados trance movimiento de energía-sensaciones, todo lo cual puede ser una gran distracción en la salida.

La proyección Reflex

Cuando el balance energético entre el cuerpo físico, el cuerpo energético expandido, y la mente llega al punto crítico donde la proyección se puede producir, incorporado en el evento energético que yo llamo el proyección reflejo provoca la generación completa de extrusión y de la proyectables dobles.

El primer requisito es para la conciencia de sí reflejan en el cuerpo etérico en expansión, como ocurre cuando el cuerpo físico se duerme o entra en estado de trance. Esto provoca un cambio interno de la conciencia en el primer nivel de cuerpo sutil, el cuerpo etérico ampliado, y a que es internamente generados. El sueño normal tiene derecho a despertar la conciencia de la ecuación de proyección. Con el despertar la mente fuera del camino, con seguridad dormido, la generación natural y la proyección del tiempo real doble se produce con suavidad y rapidez. La proyección es reflejo de lo que ha desaparecido de forma natural y no causa sensaciones fuertes de salida que puede despertar al durmiente.

Pero si la mente se mantiene despierto el tiempo suficiente coherente, en un estado de relajación profunda y trance, que puede activar este reflejo con una técnica de proyección. Una vez activado, la proyección reflejo hace que la salida automática, e incluso difícil de parar.

97

----- Page 99-----

Separación de presión

Para conscientemente proyecto fuera del cuerpo, es necesario para cambiar y mantener un punto fuerte del cuerpo de sensibilización fuera de los límites del cuerpo físico, la fuerza suficiente y el tiempo suficiente para desencadenar la proyección refleja. Todas las técnicas de proyección, si los analizamos, están diseñados para cambiar el cuerpo la conciencia fuera del cuerpo físico de alguna manera. Lógicamente, cuanto más fuerte y más directa una acción de sensibilización es, más presión se ejercerá sobre la proyectables dobles. La separación más

la presión ejercida, la forma más rápida y fácilmente la proyección reflejo se desencadena

Una de las técnicas de proyección más populares hoy en día consiste en llegar a las vibraciones. Como intenta proyecto que llegar con la mente, imaginar o visualizar haciendo esto, tratando de encontrar las vibraciones en algún lugar fuera del cuerpo físico y el ñame imaginar mismo tratando de tirar de estas vibraciones en su cuerpo físico a causa de la proyección. Esto es razonablemente eficaz, aunque creo que la idea de que las vibraciones pueden existir aparte del cuerpo físico que se ilógico. ¿Qué causa la presión de separación es la acción exterior del cuerpo, la conciencia de llegar a algo y tirando de ella. No importa lo que se está alcanzando hacia fuera para, siempre como algo se está alcanzando y sacó adelante con el conocimiento del cuerpo. La técnica de las vibraciones, sin embargo, no es tan eficaz como las técnicas basadas en las imágenes táctiles, como la técnica de cuerda y otros que figuran en los capítulos siguientes.

imagen táctil se puede utilizar para imitar cualquier acción física con el conocimiento del cuerpo solo, tanto dentro y fuera de los límites del cuerpo físico. El más simple es la acción, más fácil es entrar en, y por lo tanto más fuerte será su efecto sobre la proyectables doble. acciones con las manos y el brazo son los más fáciles y por lo tanto los más fuertes acciones para imitar con la conciencia corporal. La facilidad de uso y pura eficacia de las simples manos conciencia acciones se muestra en las unidades de entrenamiento dado anteriormente en este libro.

La mayoría de la meditación y técnicas de inducción de trance ejercer cierto grado de presión de separación en la proyectables doble. Cualquiera que sea la técnica mental, todos han sido diseñados para inducir a algún tipo de movimiento interno del cuerpo físico, provocando la disociación del cuerpo físico y la pérdida de los niveles normales de la conciencia de vigilia. Esto se hace generalmente a través de algún tipo de imaginar o visualizar la caída o movimiento hacia abajo.

Cualquier acción interna mental a la baja de movimiento hará que la conciencia del cuerpo a cambio de un poco fuera de los límites del cuerpo físico. Esta separación hace que la presión suave sobre una amplia área de el cuerpo. Estas acciones suelen ser lo contrario de lo que se necesita para activar la proyección refleja. Esto es más como tratar de obtener el doble proyectables a caer fuera de su cuerpo físico bajo su propia de vapor, en lugar de proyectar hacia fuera. Este tipo de acciones traerá en el estado de trance, pero no generalmente activar el reflejo de la proyección, a menos que se produce espontáneamente.

Las vibraciones famosos

En mi opinión, las vibraciones famosos no son la causa de la proyección, sino un síntoma de la actividad energética de la generación interna de la proyectables doble. Cuando energética las condiciones están maduras para la proyección, el desarrollo físico / cuerpo etérico

comienza a generar internamente su aspecto proyectable. Esto hace que una actividad energética muy importante, se sintió en todo el cuerpo como vibraciones. Pero aunque incluso la sensación de zumbido de las vibraciones es muy sentido en y por el cuerpo físico, sin vibraciones físicas detectables están presentes. El cuerpo físico en realidad no vibra o zumbido. Esto indica que estas vibraciones se hacen sentir desde el interior del cuerpo etérico solamente, o desde el doble proyectable, ya que se está generando, no del cuerpo físico.

Con frecuencia, las vibraciones comienzan mucho antes de la proyección que realmente ocurre. Las vibraciones a menudo se localizan a las partes del cuerpo físico, lo que indica que sólo una parte de los proyectables se generados. Por ejemplo, si sólo la parte inferior del torso y las piernas están vibrando, sólo las piernas y los pies del torso del proyectables doble se están generando en ese momento. En momentos como estos, proyectores a menudo se sienten las piernas o los brazos flotando suelta y moverse fuera de los límites de su cuerpo físico. Cuando las vibraciones se sienten en una parte del cuerpo, las partes vibrantes sólo han llegado a la profundamente relajado y con energía del estado excitado necesarios para la proyección ocurrió. Las partes que no son vibración, por lo tanto, debe sospecharse que no está preparado para la proyección, probablemente debido a escondidas físicas

98

----- Page 100-----
----- Page 100-----

la tensión en esas zonas. Muchas personas se encuentran atrapados en una parte de su cuerpo físico durante el salida. También a menudo experimentan dolor y molestias en estas zonas pegado si siguen tratando de la fuerza se fuera de su cuerpo sin tener en cuenta. Me permito sugerir aquí que la falta de cuerpo entero profunda relajación física es el factor principal que contribuye a este problema común.

Salud, Fitness y proyección

Mientras que la aptitud física no es definitivamente un precursor necesario para la proyección consciente de salida, puede ser de gran ayuda. Un nivel razonable de estado hace que sea más fácil de alcanzar y mantener un nivel profundo de relajación física y el estado de trance. Un cuerpo físico sano por lo general tienen menos molestias causada por la tos, calambres y problemas de circulación. Problemas como la apnea del sueño también puede ser causado o agravado por un bajo nivel de forma física, y nada como esto puede tener un efecto negativo influencia sobre la capacidad de proyección.

La mala salud y la aptitud no prohíben proyección consciente de salida. Algunas enfermedades pueden incluso hacer proyección más fácil. técnicas de proyección puede ser necesario modificar, sobre todo la posición de reposo utilizar, para compensar una enfermedad. Por ejemplo, si la tos es un problema, una proyección más vertical posición ayudará a aliviar la molestia. Si la mala circulación es un problema, más atención tendrá que ser

atención a relleno cama o silla. Para los calambres musculares o espinal, la posición y el relleno utilizado durante intentos de proyección deberá modificar para proporcionar un mejor apoyo. Si un problema de salud o discapacidad es grave, puede ser aconsejable consultar a un médico, fisioterapeuta, o un quiropráctico. No tienen que decir por qué usted está buscando una mayor comodidad. Usted puede limitarse a citar el deseo de profundidad relajación física.

Posición y comodidad para OBE

La posición de reposo del cuerpo físico durante los intentos de proyección puede tener un gran efecto en lo que sucede antes, durante y después de una proyección. Tendidos boca abajo en su propia cama confortable en su posición natural para dormir no es el escenario ideal para la proyección consciente de salida. Estamos todos acondicionados para empezar a conciliar el sueño cuando nos metemos en la cama - lo que aumenta la probabilidad de caer recuerdos sombra dormido y perder si la proyección se produce. Recomendando, ya sea usando otro sala para la proyección, o cambiar la posición de la cama que se utiliza. Si el cambio no es posible, descansar con la cabeza en el otro extremo de la cama. También es posible a condición de sí mismo o para la proyección de utilizando una luz de color de bajo voltaje, tal vez con un incienso favorito. Si utiliza estos productos sólo cuando un intento de proyección se va a hacer, pronto se convertirá acondicionado para ellos.

Yo siempre recomiendo una posición sentada o semisentada para la proyección, si es posible. No es sólo es más fácil de proyectar desde una posición sentada, pero también es más fácil recordar una proyección después de la evento. Sentado ayuda a superar muchos problemas de pérdida de la sombra de la memoria causada por la caída en demasiado profundo un sueño demasiado pronto durante una proyección. Si alguna vez has dormido en una silla, te darás cuenta de que que no duermen tan profundamente o tan profundamente como lo haría en su cómoda cama propia. También es mucho más fácil de despertar de una posición sentada o semisentada, así como es más fácil permanecer despierto mientras sosteniendo el estado de trance en la posición sentada. Esto también hace que sea más fácil, si por error se han dormido, con previo aviso y reaccionar ante las sensaciones energéticas que anuncian el retorno de la proyectada doble durante la reentrada y la reintegración.

Hay varias maneras de adaptar la posición sentada o semisentada a su situación y necesidades. Tenga en cuenta que se están preparando para una proyección, sin descanso para una noche cómoda sueño. Si bien la comodidad es importante, la capacidad de relajar profundamente el cuerpo físico, mientras que la celebración de la mente despierta es mucho más importante. Un poco de incomodidad puede ser una buena cosa para la proyección.

Un sillón o silla funciona bien para la proyección, siempre y cuando se ha vuelto a buena y soporte para el cuello y coloque una almohada bajo tus pies. Si usted utiliza un sillón normal, le sugiero que una guía telefónica o ladrillo en la parte delantera de la silla al ángulo ligeramente hacia atrás. Esto evita que la cabeza oscile

hacia delante sobre el pecho y ayuda a evitar problemas respiratorios.

Use almohadas o cojines para asegurarse de su cuello y la espalda baja son bien soportados. Usted También puede colocar almohadas debajo de sus brazos y manos para aumentar su comodidad. Si la parte posterior de la sillón es demasiado bajo y no ofrece soporte para el cuello, la posición contra la pared y colocar otra almohada detrás de la cabeza para apoyarla. Use ropa suelta y cómoda y calcetines sueltos - dependiendo

99

----- Page 101-----

de la temperatura local, por supuesto. Un chándal de gran tamaño es ideal. Si la habitación es fría, es mejor usar un calentador que a la pila de cubiertas pesadas. Si los insectos son un problema potencial, rociar la sala de fondo de mosquitos primero o el uso de compensación y repelente de insectos.

Si no se puede utilizar un sillón, podría utilizar una silla plegable junto a la piscina con los brazos y un lleno- la longitud del colchón de espuma. Use almohadas para aumentar la comodidad de sus brazos, piernas y cuello.

Probablemente el método más fácil y más conveniente es apoyarse para arriba como si estuviera a punto de

tomar el desayuno en la cama. No quiero ser demasiado vertical, ya que esto puede ser incómodo. Tampoco te quiero mentir demasiado plana. Le sugiero que pruebe un ángulo de aproximadamente 45 grados, y varíen a continuación, que te conviene. Una cama de hospital con un respaldo ajustable, sería perfecto, si usted podría adquirir uno.

Colchas no deben ser tan fuertes como para causar molestias.

Use varias almohadas para apoyarse en la cama, o utilizar una espuma densa y reforzar unas cuantas almohadas.

Cortar una espuma en forma de cuña de fijación al tamaño (muy barato de los proveedores más espuma), o use un paquete de frijoles.

Es importante que tu cuerpo esté bien apoyado y no tienden a caerse o deslizarse o calambres mientras profundamente relajante. La mala postura hace que la tensión y, finalmente, dará lugar a dolor o distracción puede requieren movimiento para aliviar los calambres y problemas de circulación, ya sea de los que se romperá la profunda estado relajado.

Desconecte el teléfono o bajar el volumen, o la tome fuera del gancho o establecer un contestador máquina para recibir llamadas en silencio. La mayoría de ruido de fondo puede ser superada mediante el uso de "ruido blanco".

Simplemente mm en una radio o la televisión y sintonizar a una estación de fuera. Suba el volumen hasta que el silbido de blanco ruido cubre los ruidos de fondo. Yo no recomiendo que la música se reproducirá durante la proyección

intentos, como la música es generalmente distraen y pueden causar reacciones emocionales y la tensión, que puede arruinar un intento de proyección. Pero grabaciones de larga duración de juego de los sonidos de lluvia o de surf, etc, son aceptables alternativa al ruido blanco.

tapones para los oídos o auriculares cómodos también ayudan a eliminar el ruido. La práctica de ejercicios en trance bastante lugares ruidosos - dice mientras ve la televisión - que, con la práctica, les permiten ignorar totalmente cualquier distraen los ruidos, por lo que la proyección es posible incluso cuando calma toda

l no puede ser alcanzado.

Por último, dado el temor causado por la falta de iluminación adecuada es un factor importante que contribuye a falta de proyección, le sugiero que use una luz nocturna o una lámpara con una bombilla de pocos vatios. Muchos personas se encuentran en las tinieblas sombrías, una vez que salga, y abortar a sus OBE poco después de la salida, simplemente porque la oscuridad hace que todo parece siniestro. Incluso un leve miedo a la oscuridad, agregó a la inquietud natural causado por estar en el experiencialmente desconocidos fuera del entorno del cuerpo, es una receta para la ansiedad, el miedo, y una OBE no. La mejor manera de superarlo es proyectar en las horas del día. Temprano en la mañana, poco después del amanecer, es probablemente el momento más adecuado para la mayoría de ocupado o los trabajadores.

Por cierto, los ojos del cuerpo físico debe permanecer cerrada en todo momento durante los ejercicios de OBE y intentos de proyección. Esto puede sonar obvio para la mayoría de la gente, pero he tenido un gran número de consultas en los últimos años sobre este punto. El proyectado matrimonio ganará la vista en tiempo real justo antes o durante el salida. No hay necesidad de abrir los ojos proyectados doble o hacer cualquier otra cosa después de salir del cuerpo físico.

OBE o sueño lúcido

La posición de reposo del cuerpo físico puede afectar no sólo la facilidad, pero el tipo de experiencia que se producirán. Esto no afecta a todos, pero es definitivamente vale la pena mencionar. Muchas personas, incluido yo mismo, tienen dificultades para proyectar mientras está acostado se acurrucó a su lado. Debo ser acostado sobre la espalda o sentado en una silla, o cualquier variación entre ellos. Para la proyección, me gusta mucho más un sillón reclinado cerca de veinte y cinco grados de la vertical. Si me hundo en mi lado, en la cama o en un sillón reclinable, yo tampoco dormirse o tener un sueño lúcido. Por alguna razón, mi cuerpo tiene que ser plana o en posición vertical para la proyección fácil, aunque no parece importar si mi cabeza se apoya recta o ligeramente a cada lado.

Sospecho que la posición física necesaria para los sueños lúcidos y EFC puede variar de persona a persona. Esto puede jugar un papel importante en los intentos de proyección temprana, especialmente si la fuerza de este efecto es desconocido. Si la posición de reposo le afecta, ya que me hace, esto podría impedir que proyección. Le sugiero que variar su posición de proyección poco después de repetidos intentos fallidos, o si para conciliar el sueño es un problema, sólo para ver si esto tiene algún efecto.

100

----- Page 102-----

19. Proyección Técnica

El logro de proyección consciente de salida requiere el aprendizaje de un delicado equilibrio mental y físico actuar. Esto se puede comparar a un bebé aprendiendo a caminar. Un bebé tiene que ap

render cómo hacer frente a la gravedad, el peso corporal y el equilibrio, y deben coordinar muchos músculos no desarrollados, los nervios y habilidades, todo al mismo tiempo. Los primeros bebés veces intenta ponerse de pie, que se tambalean y caen por su cerebro no sabe cómo coordinar todo.

Del mismo modo, durante los primeros intentos de proyección consciente de salida, los aspirantes a los proyectores de intento de llevar a cabo una profundamente relajado estado físico y mental al tratar de exteriorizar su sentido de la conciencia corporal, al mismo tiempo tratando de lidiar con algunas sensaciones muy energéticas importantes. Hay tantas cosas nuevas hacer y adaptar, y estos deben ser hecho justo, mientras que muchas otras cosas que está pasando, que es muy fácil perder el control y caer de nuevo en el estado de vigilia completa.

La aplicación de las habilidades que conforman la proyección puede tomar tiempo. El cerebro aprende a coordinar múltiples tareas mejor a través del esfuerzo aplicado y la práctica regular. Cuanto más tiempo pasaba tratando de proyecto, mejor será el cerebro llegar a la coordinación de todo y más fácil todo el ejercicio se llegar a ser.

Antes de intentar cualquiera de las técnicas de proyección en los capítulos siguientes, consulte la formación y desarrollo de las unidades anteriormente en este libro. Todos los antecedentes necesarios terminología, y técnicas están ahí.

Proyectables Aflojamiento del cuerpo

aflojamiento proyectables cuerpo implica temporalmente cambiar la conciencia del cuerpo fuera de los límites de el cuerpo físico con ejercicios sencillos de conciencia. Los siguientes ejercicios están diseñados para aflojar la proyectables doble. También reciben el proyector utiliza para exteriores cuerpo-conciencia acciones durante una relajación profunda y / o estado de trance. Mientras que la relajación profunda física y el trance se recomendado para estos ejercicios, también se puede hacer desde un estado relajado ligeramente sólo y aún hacer para la buena práctica. Los ejercicios son muy fáciles de hacer y son capaces de desencadenar un OBE en su cuenta, así que prepárate. Si esto sucede, o una proyección parcial se logra, utilice el ejercicio que causó esto como la base de su técnica de proyección principal, o adaptar y combinar esto con un método similar. Con la proyección, si haces algo que funciona, se adhieren a ella y construir en él, como lo obras ... funciona!

Bounce Aflojamiento

Póngase en el estado requerido para la proyección de un cuerpo profundamente relajado y la mente. Lo ideal sería que usar el cuerpo completo de relajación profunda física y técnicas de inducción al trance, a continuación, utilizar el cuerpo entero la energía del circuito para un par de minutos. Deja tus centros de primaria solo para este ejercicio. Siente el habitación a su alrededor con la mente y la imaginación, y construir una imagen de ella en el ojo de tu mente.

Uso de la memoria, tome nota de cómo se vería todo desde su posición si sus ojos se abiera: donde las puertas, ventanas, techos, paredes y muebles. Tome una buena mirada y memorizar todo antes de empezar.

Iniciar una conciencia de cuerpo completo de acción de rebote de la cabeza a los pies, los brazos descansando cómodamente a los lados (Ver capítulo 12). Continúe esto hasta que se resuelven en una velocidad de rebote y el ritmo cómodo.

A continuación, ampliar su punto de conciencia - la parte de su conciencia que se despierta a través de su cuerpo - detrás de tu cabeza y los pies hasta que se despierta de su conciencia de la pared por encima de la cabeza a la pared por debajo de sus pies, si está acostado. Si usted está sentado, que suba desde el suelo, a través de su cuerpo, hasta el techo encima de ti, luego hacia abajo a través de su cuerpo al suelo. Repita esto como una acción de rebote continuo. Ajuste el ángulo de la acción de rebote por lo que está directamente en línea con su torso.

A medida que su conciencia rebota en la pared, techo o piso, use su imaginación basado en memoria a sentir lo que cada superficie se ven y sienten como de cerca. Ver esto como si estuviera realmente allí, hasta cerca de ella. Trata de sentir momentáneamente su posición en el espacio nuevo, ya que sería si se en realidad hay. Sea consciente de los cambios espaciales y de la nueva posición, de donde su cuerpo físico, paredes, puertas, ventanas y muebles que por ese solo momento en su conciencia rebota en cada

101

----- Page 103-----

superficie. Crear una instantánea de esta nueva posición en el ojo de su mente cada vez que su rebote la conciencia de una superficie. Se siente el estar ahí, fuera de su cuerpo físico por un momento.

Si tiene problemas con esto, palo blancos pequeños en el techo y paredes y memorizar lo que es estar de cerca con estos objetivos. Re-crear la imagen de estos con su imaginación en el ojo de tu mente durante estos ejercicios. Antes de iniciar esto, si se quiere, se levantan y colocar su cara en contra de estos objetivos por lo que realmente puede llegar a reconocer cada posición. Memorizar lo que se siente estar realmente allí. Momentáneamente volver a crear mis sentimientos al final de cada rebote.

Una vez que el rebote de la acción en marcha, prestar más atención a despierta su conciencia de la pared o el techo que al sentir su la conciencia que pasa por su cuerpo físico. Una vez que su figura corporal. 23. D os acciones de rebote la conciencia es en el trabajo fuera de su cuerpo físico, la sensación de su aflojando el doble proyectables cuerpo físico se debe permitir que se deslice suavemente en el fondo.

La etapa siguiente consiste en rebotar su punto de conciencia lejos de su cuerpo de acuerdo con tu cara, en línea con lo que sus ojos se busca si estaban abiertas y mirando hacia el frente. Si se extiende hacia abajo, repetidamente rebote en el techo encima de ti, luego hacia abajo a través de su cara contra el suelo debajo de la cama. Si de niños, en varias ocasiones rebotar en la pared de enfrente

e de vosotros, y luego volver por la cara y en la pared detrás de ti. Una vez más, una vez que esta acción va rebote, deje que la sensación de su cuerpo físico a deslizarse hacia el fondo y concentrarse en la acción de rebote exterior.

Como ya he dicho, esta técnica puede provocar el rebote de proyección refleja por sí solo. Bounce técnicas también son útiles para conseguir la apariencia de la proyección sin tener que acercarse demasiado a la salida. La técnica de rebote de un momento cambia su punto de conciencia fuera de su cuerpo físico, causando algo así como una proyección breve, de baja potencia cada vez que su punto de conciencia rebota de una superficie. Repita este ejercicio durante el tiempo que desee, antes de W IDI continuación de una real proyección intento.

Respirar Aflojamiento

Póngase en el estado requerido para la proyección. Siente el ambiente a su alrededor y tome nota de su disposición espacial. Concentre su conciencia en su acción de respirar y la respiración El mismo Fe lenta y naturalmente IN y OUT.

Como usted respira, siente la expansión hacia el exterior como los pulmones se llenan a capacidad, como si su cuerpo físico se en rápida expansión hacia el exterior como un globo. Siente el cuarto menguante a tu alrededor a medida que se expanden para llenar. Al final de la inhalación, trata de sentir su conciencia llenado toda la sala de su capacidad.

Al exhalar, siente que se encoge en sí mismo como un globo colapso. Siente el habitación a su alrededor en plena expansión lejos de ti a medida que más y más pequeños. A finales de morir de la respiración, de forma breve se sienten las coordenadas espaciales de la sala de baldosa entera como estar lejos, muy lejos, como si que fueron un punto de minutos de la conciencia, una pequeña chispa en un gigante, una sala de gran tamaño. Repita este ejercicio durante el tiempo que desee, antes de continuar con un intento de proyección completo.

Spin Aflojamiento

Cualquier acción del cuerpo-conciencia de que tiene un punto de conciencia exterior para el cuerpo físico es muy difícil mantener si se mantiene en un único lugar. Es, sin embargo, bastante fácil de sostener un punto de conciencia si se mantiene en movimiento. Movimiento trucos de la mente en un instante se acepta un punto exterior de la conciencia.

Póngase en el estado requerido para la proyección. Mueve tu punto de conciencia, a nivel de los ojos, de ida y vuelta a la pared o el techo directamente frente a usted un par de veces. Mueva el punto de conciencia las agujas del reloj alrededor de la habitación de baldosas, tocando brevemente cada pared, techo, y la superficie del piso, de paso. Círculo de la sala de forma continua, teniendo de uno a tres segundos para cada circuito. Esta velocidad puede ser variada para adaptarse a la figura. 24. Spin acción aflojamiento lo que se siente natural. A medida que su punto de círculos de sensibilización de la habitación, se siente

se resbala y el cepillado suavemente sobre las superficies interiores de la habitación. Mantente al tanto de su evolución perspectiva de género en la sala que su punto de conciencia gira alrededor de usted. Siéntase usted y su punto de la conciencia girando alrededor de la habitación. Trata de sentir el cambio de coordenadas espaciales que te rodea, exterior a su cuerpo, a medida que giran.

Siéntase girar dentro de su cuerpo, y sentir el ambiente que te rodea en movimiento a medida que giran. Siéntese en una vuelta constante a cualquier velocidad que se sienta más cómodo. Si si que esto, su mente en algún momento ser engañado en la creencia de que realmente estuvieran girando fuera de su cuerpo. Cuando esto sucede, usted se sentirá una sensación momentánea caída dentro de ti, una breve sensación de vértigo que suele suceder muchas veces durante el uso de esta técnica. Esta técnica puede desencadenar reflejo de la proyección, así que prepárate.

Aflojando con imaginación

Por favor, tómese su tiempo en el siguiente ejercicio. Hazlo despacio y bien. Póngase en el estado requiere para la proyección. Cuando usted está realmente asentado en sí mismo, imagínese como poco a poco de salir de su cuerpo y flotando a la puerta de su habitación. Sentir y ser consciente de sus cuerpo todavía está en la cama o sentado detrás de ti a medida que se alejan flotando. Moverse a través de su puerta, como si eran en realidad proyección, y siente flotando de su cuerpo físico y moverse la casa, imaginando con tanto detalle como usted lo puede continuar. Mira dentro de unas pocas habitaciones, deje la casa y caminar más lejos. Ir tan lejos como su memoria le llevará con cierta exactitud. Este visión imaginativa no tiene que ser perfecto. Detener y examinar brevemente los puntos de interés a lo largo del manera.

Como se mueve, intentar tofeel mismo hecho de estar lejos de su cuerpo físico, siendo consciente de en la que sería en relación a su ubicación remota imaginado. Esto es difícil de sostener, lo sé, pero el movimiento de ayuda, a fin de mantener en movimiento su doble imaginario en todo momento para aliviar la presión mental. Momentos se producen durante este ejercicio, cuando de repente se experimentará la sensación de realidad estar donde usted se está imaginando a ser. Esto provocará una sensación momentánea caída, a menudo acompañado de un goteo de energía a través de su estómago y el pecho. Esta es una muy buena señal y muestra que se lleven a buen exteriorizar su conciencia y están ejerciendo una gran presión sobre proyectables su doble. El goteo de la energía indica que el doble proyectables se generados.

Una vez que te puedes imaginar como fuera del cuerpo, también se puede imaginar volando o inmediatamente la proyección a otros lugares conocidos, pero a distancia, a otras casas o ciudades. Imagina

a ti mismo flotando en el aire y volando. Imagínese lo que esto siente y lo que el mundo se vería desde allá arriba en el cielo. Imagínate a ti mismo instante se proyecta hacia otro lugar. Siente esta nueva ubicación, en cualquier lugar, apareciendo a su alrededor. Para finalizar este ejercicio, consulte se proyectan de nuevo en su habitación y ver su cuerpo físico como a la espera de su regreso.

Imagínese flotando y volver a entrar en ella.

Como lo hace este ejercicio, el trabajo mismo onfeeling como estar lejos de su cuerpo físico, y de volver a ver a su imaginario mundo creado, ya que sería a través de su proyectado matrimonio de los ojos. Este El ejercicio también puede desencadenar el reflejo de la proyección. Si esto sucede durante este ejercicio en particular, puede sentir sensaciones de proyección sólo de forma remota, como si desde la distancia. También puede sentir nada y de repente se encuentra en su proyectado matrimonio, en el lugar remoto donde se está imaginando a ti mismo ser.

Cuerda técnica de proyección

Si usted ha trabajado a través de todas las habilidades básicas y las unidades de trabajo de la energía de formación en este libro, se han aprendido a usar sus manos la conciencia muy bien. Ahora es el momento de poner en práctica todo lo que has aprendido, y el uso de las manos de sensibilización para salir de su cuerpo. La cuerda técnica optimiza el uso de los recursos de energía mental y el entusiasmo por acortar el tiempo

necesaria para activar la proyección reflejo durante un intento de proyección

Un ingrediente clave para la técnica de proyección de la cuerda es una cuerda imaginaria que cuelga de la techo. Esta cuerda se utiliza para ejercer una presión fuerte y continua en un solo punto en el proyectables doble. La acción de sensibilización de mano sobre mano de subir la cuerda de trucos de la mente a aceptar

103

----- Page 105-----

y la celebración de un punto del exterior de la conciencia al cuerpo físico. Esto estimula el reflejo de la proyección con más fuerza que cualquier otra técnica de proyección que he encontrado.

El primer paso es imaginar una cuerda grande y fuerte que cuelga delante de ti, justo por encima de su pecho, en una posición natural para usted y para el puesto que se encuentran Si está acostado, imagínese El extremo del cable colgando sobre el centro de su pecho al alcance de tus manos. Si usted está sentado, imagina la cuerda colgando justo en frente de su cara, con el extremo del cable está firmemente conectado hasta el techo. La cuerda está a poca distancia de las manos. Variar la posición y el ángulo de esta cuerda imaginaria que te conviene en cuanto a lo que se siente más natural.

Centro de las manos de sensibilización en el centro de su pecho. Llegar con la mano que uno y captar la cuerda. Sube la mano sobre la mano con fuerza la cuerda. Tire de la cuerda ha

sta el pecho con cada escalada
mano de la acción. Siente, en su proyectables doble, pasando la cuerda a medida qu
e lo suba. Estancia
consciente de su cuerpo físico queda atrás como salir de ella. Concéntrese en la escal
ada
acción, pero no deje que su cuerpo físico responde o tensa. Respira de forma natural
y no contenga la
respiración o permitir que se convierta en irregular. Mantenga su mente clara y en
focada exclusivamente en la cuerda de escalada.

Trate de desarrollar una potente acción natural, subiendo a dos manos, tal com
o lo harías si estuvieras
en realidad una cuerda de escalada en la vida real. Una mano se extiende mientra
s la otra mano se agarra. Ambos
manos trabajan juntos en todo momento. Como una mano tira de la cuerda, por otra
parte debe llegar a
a agarrar la cuerda por encima de ella, listo para la atracción al lado de la cuer
da. Trate de no usar una sola mano en un
tiempo. Con las dos manos hace que la técnica de la cuerda más fácil de hacer y más efica
z.

Variar la velocidad de la acción de subir a lo que se siente más fácil y más natural
para usted, pero no
subir muy lentamente. Al igual que con una acción de rebote, la velocidad de aumen
to de la escalada hasta sentir una resistencia, a continuación,
marcha atrás a una velocidad mucho más cómoda. Me parece variar la velocidad de mi esc
alada de cerca de medio segundo
a un segundo por cada acción de la mano completa (extendiendo la mano y tirando de
la cuerda con cada mano) es
mejor para mí.

Sienta sus manos la conciencia como muy fuerte y siente
subir sin esfuerzo y con fuerza la cuerda. Trata de sentir su
proyectado matrimonio, su cuerpo, se mueve hacia arriba a medida que sube por la
cuerda.

Es la conciencia de la acción exterior de la escalada que hace que este
técnica de trabajo. La acción de escalada también proporciona un natural al alza
y el movimiento hacia fuera del cuerpo físico.

Algunas personas pueden tener dificultades para poner manos conciencia todos
los
el camino de regreso a su pecho con cada tirón de la cuerda. Algunos pueden
encontramos que una o ambas manos su conciencia no obedecer las órdenes. Si
este es el caso, acaba de hacer lo mejor que pueda para mantener las manos
el movimiento y la escalada y trepando por la cuerda en cualquier forma que
puede. Maneras de moverse por muchos problemas comunes cuerdas de escalada, la f
igura. 25. Técnica de la cuerda

además de técnicas de proyección alternativa, se dan en próximos capítulos.

Muchas personas han encontrado útil para fijar o en una cinta de longitud de l
a cinta o cuerda hasta el techo por encima de
sus camas o sillas, colgando alcance de la mano de fácil. Toque este vez en cuando
hasta que se acostumbre a
su posición en su mente. La posición y el sentir de la cuerda se crecen en la memori
a de la conciencia,
por lo que es más fácil imaginarse llegar y subir con las manos de su conciencia.
La posición de su ayuda cuerda en la más natural y fácil imaginar la posición para usted
. (Esta ayuda tiene una
bono adicional, si usted es un amante de los animales - gatos absolutamente amor
)!

Cuerda síntomas de presión

La primera señal de que la técnica de la cuerda está trabajando es una peculiar se
nsación de mareo, una energía localizada-

movimiento de tipo de goteo de vértigo en la boca del estómago y en el pecho. Si cre
e que esto
sensación, la técnica de la cuerda ejerce una presión buena en su proyectables doble.
Seguir subiendo
y hará que la proyección reflejo - el tiempo que mantenerse físicamente lo suficientem
ente relajado para permitir que
la generación de los proyectables doble.

Como experimento, prueba este breve ejercicio ahora: cierra los ojos y tomar
unas cuantas respiraciones profundas para
solucionar usted mismo, nada más. Siente llegar y subir con fuerza la mano sobre m
ano
una cuerda imaginaria durante veinte segundos o menos. Concentrado y reallyfeel
sus manos haciendo conciencia
la acción de la escalada como hacer esto. Utilice su memoria y la imaginación para v
olver a crear la sensación real
de lo que sería como hacer realidad esto.

104

----- Page 106-----

Usted debe sentir algo que sucede con bastante rapidez: una sensación de leve,
mareos localizado o por goteo
de la energía en el estómago y el pecho. Esto es similar a la sensación que tienes cua
ndo eres un ascensor
de repente empieza a moverse hacia abajo. Este vértigo leve y lenta de la energía so
n los síntomas de su
proyectables cuerpo se encuentra bajo la presión de la cuerda de escalada exterior
iza la acción de sensibilización
que se utiliza. Cuando su cuerpo y la mente están profundamente relajados y usted
está preparado completamente para la proyección,
la presión causada por esta acción será mucho mayor y tienen un efecto mucho mayor.

Primera proyección de cuerda - Experiencia

Por el amor de interés, aquí es un relato de mi experiencia cuerda primera:

Me acosté en mi cama en la tarde, justo después de la puesta del sol
, pensando en la nueva cuerda
técnica que había estado trabajando. Yo había pedido a desarrollar una técnica
de proyección que ciega
la gente podría utilizar, específicamente para la gente que había sido ciego
de nacimiento. He utilizado el sentido del tacto
las bases de la nueva técnica, como el tacto y la percepción táctil están muy d
esarrollados en ciegos
personas. Tenía, en teoría, descubrió una nueva forma de utilizar este sentid
o - imágenes táctiles, que lo había llamado
- Ejercer suficiente presión sobre la doble proyectables para activar la
proyección refleja. Era sólo una
idea de trabajo en este momento, el siguiente paso fue a la carretera d
e la prueba la técnica de mí mismo para ver si puede ser
obligados a trabajar. La teoría era el sonido y la técnica debería funcionar,
pero fue práctico?
Yo no hice ninguna relajación, trance, o en el trabajo de estimula
ción energética. Sólo quería ver si el nuevo
técnica de la cuerda se ejerza ninguna presión notable en mi proyectables d
oble. Me quedé allí durante varios
minutos, reflexionando sobre todo esto en mi mente mientras me relajaba
y se instaló a mí mismo, listo para una siesta corta.
Entonces pensé: "qué diablos", y decidió probar la técnica de cuerda nueva en s

erio. La

el entusiasmo del descubrimiento encendió dentro de mí y yo formamos una intención muy fuerte para proyectar y dar a esta nueva técnica mi tiro mejor.

Me puse en contacto con mis manos y la conciencia creada de nuevo en mi conciencia lo que es una cuerda fuerte se sentiría como en mis manos. No me molesté con finos detalles, sólo el escueto sensación de aferrarse a

algo así como una cuerda imaginaria. Una vez hecho esto, me empezó a subir por la cuerda sobre la mano en serio. I

inmediatamente sintió una fuerte sensación de vértigo en el estómago y el pecho. También me sentí un hueso de profundidad,

tipo de cosquilleo, vértigo de la sensación de profundidad dentro de mi cuerpo, más notablemente en los brazos y las piernas. Me aclaré

la emoción de mi mente y se centró toda mi atención en la acción de la cuerda de escalada. En realidad,

parecía estar funcionando! Mientras subía, me sentí una especie de presión energética de construcción dentro de mí. Sentí que se me

cuerpo a crecer de pronto muy pesado ya que rápidamente se deslizó en un sólido nivel de trance. Todo esto fue sucediendo

mucho, mucho más rápido que de costumbre. Mi cabeza y el pecho ya estaban empezando a levantar libre, tratando de subir a la

cuerda y seguir la línea de presión que estaba ejerciendo. Yo nunca había experimentado antes de la salida que se le parezca!

Seguí subiendo y centro de mi corazón comenzó a palpar y comenzó a curar a través de las vibraciones

mi cuerpo. Me sorprendió, simplemente! Yo había estado subiendo la cuerda por menos de un minuto! Seguí subiendo

con fuerza y, de repente, la proyección de reflejo se hizo presente y mi tiempo real doble zumbaban libre,

viene a descansar flotando cerca del pie de mi cama. Esto había sucedido todo tan rápido, que apenas tuvo tiempo de

registrar los cambios en mi cuerpo como lo previsto! La pesadez de trance de entrar, el centro del corazón

zumbido y luego participar en carreras, las vibraciones de cuerpo completo, la salida, todo sucedió tan rápido! Volví a

mi cuerpo poco después de la salida y con entusiasmo se recogió la experiencia. Este fue sin duda la más fácil,

más rápido, más suave y la salida que había hecho nunca.

Traté de la técnica de la cuerda varias veces, esa noche ya la mañana siguiente, y no tuvo problemas

dejando mi cuerpo cada vez. No era tanto que la idea de subir una cuerda como una proyección

técnica era nuevo - no lo es. Pero el uso intencional de la conciencia corporal y la aplicación de

imágenes táctiles era algo nuevo. Era la comprensión de cómo este trabajo que hizo tan importante

para mí en ese momento.

Proyección de secuencia

No es aconsejable disponer de una sola secuencia de proyección. Todo el mundo tiene diferentes niveles de

experiencia y capacidad natural. Las circunstancias también cambian, lo que ayuda un día puede obstaculizar la siguiente.

Por esta razón, le doy tres secuencias de la cuerda flexible y sugieren que estos se alternan para adaptarse a las

vez que un intento de proyección se está haciendo. Por ejemplo, es posible que levantara temprano en la mañana (el

muy mejor momento para la proyección fácil) y quieres ir directamente a la técnica de la cuerda. En otras ocasiones, más trabajo puede ser necesario ponerse en un estado de relajación y proyectable.

105

----- Page 107-----

Secuencia completa

El tiempo dedicado a cada parte de esta secuencia se debe variar para adaptarse a la capacidad, experiencia y circunstancias. No gaste demasiado tiempo en cada parte para conciliar el sueño si es un problema potencial. Por lo menos varios minutos, sin embargo, debe ser gastado en la parte profunda relajación física al inicio - ya para los principiantes. No puedo exagerar la importancia de la relajación física profunda a la proyección proceso. Si usted nunca ha tenido una proyección consciente de salida antes, pero se han hecho varias intentos fallidos, le recomiendo pasar treinta minutos o más en la relajación física profunda.

El trabajo de la energía primaria y secundaria se recomienda en este procedimiento es una ayuda enorme para proyectores principiantes, especialmente aquellos que todavía no han hecho una salida consciente. Su práctica se hace proyección mucho más alcanzable. El trabajo principal del centro se puede quitar por más experiencia proyectores, si se desea, pero las experiencias de proyección entonces tienden a ser más débil. Con la proyección, la energía lo es todo!

Hacer el pleno ejercicio de profunda relajación física - diez minutos como mínimo. Prestimulate manos y los pies y usar el circuito de todo el cuerpo durante unos minutos. Borrar la superficie de la mente e inducir una luz a completo estado de trance. Aumentar la energía y estimular cada centro de energía primaria (no exagere esto). Volver a aumentar la energía a los circuitos primario y secundario, según sea necesario durante el intento. Afloje los proyectables doble con una técnica de rebote exterior (opcional). El uso de la cuerda (o una alternativa) técnica de proyección e ir a por la salida!

Secuencia rápida

La secuencia rápida es útil si usted siente que tiene la energía para los proyectos pero no tienen el tiempo o energía mental para ir a través de la secuencia completa. Prestimulate manos y los pies y utilizar una de cuerpo entero circuito por unos minutos. Ejecutar a través del procedimiento de relajación profunda, una sola vez. Inducir una luz-único estado de trance. El uso de la cuerda (o alternativa) técnica de proyección y tratar a la salida!

Instantánea de proyección

proyección instantánea se utiliza mejor cuando se despierta en un estado de relajación profunda, cuando las vibraciones son se sienten, o cuando todo se siente simplemente bien y sabes que tienes una buena oportunidad de proyectar. Un buen momento para un intento de proyección instantánea es cuando se tiene parcialm

ente despertado en medio de un siesta, durante la noche, o en la mañana, por lo que son ya muy relajado. Espera a que profundamente estado de relajación, forman una firme intención de proyecto, y comenzar a usar una técnica de proyección.

Siempre que te sientes vibraciones - cuerpo parcial o total - de inmediato e l uso de su proyección técnica y tratar de la salida, no importa lo que está haciendo o en qué momento de su proyección secuencia que son. Siempre que se producen vibraciones, especialmente las vibraciones de cuerpo entero, es posible proyecto de forma rápida y sencilla. Todo lo que necesitas hacer es tomar una decisión firme al proyecto, a continuación, utilizar su proyección técnica. Pon todo lo que haya en esto y usted debe salir del cuerpo muy rápidamente. Recuerde mantener la experiencia de proyección ultracorta!

La motivación

Los ingredientes más importantes para cualquier proyección de éxito son el entusiasmo y la motivación. Sin estos, no habrá suficiente energía mental para tener éxito, que sea un error en la salida o darse por vencido y quedarse dormido. Por tanto, es muy importante para mantener el tiempo de preparación para cualquier proyección intento lo más breve posible, por lo que no es muy largo y agotador mentalmente. Una cosa que un nuevo proyectador tiene en abundancia es el entusiasmo. El entusiasmo es pura energía mental. Una cosa que destaca la salida de todas las historias de éxito que he recibido es la resolución de la palabra.

Resolución de Acción = Éxito OBE. Un gran número de personas que me escribió en los últimos años con historias de éxito de proyección. En todos los casos, han estado practicando la técnica de la cuerda cuando se de repente han decidido hacerlo realidad! Han puesto todo en su intento de salida y en el mayoría de los casos han logrado tener su primer gran proyección consciente de salida, a menudo en sus primer intento.

Este tipo de resolución puede hacer que la diferencia más importante. Tomar una decisión firme, ser valiente y decidida, y sólo ... lo hagas! Este se centrará toda su energía mental en un único y potente, de un esfuerzo en punta, para un solo propósito: para proyectar fuera de su cuerpo!

106

----- Page 108-----

Consejos y Resumen Notas sobre la técnica de la cuerda

Las sensaciones de mareo localizada, la presión y movimiento de energía causada por la cuerda técnica debe tenerse muy en cuenta. Ajuste de la cuerda de escalada de acción con esto en mente para que pueda ser ajustado para tener el máximo efecto. Si tiene problemas con cualquier parte del método de la cuerda, y encuentra los ejercicios de entrenamiento y secciones de resolución de problemas en este libro y el examen o en la práctica ellos hasta superar el problema.

Concéntrese en mantener un equilibrio calma interior en todo momento durante

un intento de proyección. Enfoque

al subir la cuerda a la exclusión de todo lo demás. Pon todo lo que tienes en la escalada

acción y ajustar todo lo demás. No analizar o reflexionar sobre lo que está haciendo!

Observe a su

respiración y no lo espera o permitir que se convierta poco profundas o irregulares. No hacen más que subir la cuerda

hasta que salga de su cuerpo.

Cuando las vibraciones de inicio, que puede ser localizada a sólo una parte de su cuerpo. Si usted se centra su

la sensibilización sobre estas vibraciones, se encuentra que puede mover, y con frecuencia puede ser capaz de intensificar

y que se extendió con las manos de su conciencia. Las vibraciones responderá a seguir y el cuerpo

acciones de sensibilización. No aconsejo este durante un intento de proyección, sin embargo, ya que esto señalar a su

la atención de la acción de la cuerda de escalada. Estar relajado y concentrado en su proyección

técnica y las vibraciones se extiende de forma natural. Pueden ser especialmente fuerte durante las primeras

intentos - estar listo para un zumbido enorme cuando llegan.

Esté preparado para la sensación de las carreras de ritmo cardíaco. Este es un evento importante. Puede ser increíblemente fuerte

durante los intentos de proyección de principios, terrible a mucha gente a abortar a sus buscado por mucho tiempo después de la primera

salida. Totalmente ignorar esto. No te hará daño de ninguna manera. Las carreras dentro del corazón para proporcionar energía para

la proyección doble. No es el corazón físico real así son las carreras. También ignoran sensaciones como

presión de la cabeza y la frente, no importa qué tan fuerte o incómodo. Cuanto antes de salir de su

cuerpo, más pronto se detienen.

Ignore los ruidos o voces que escuche antes o durante un intento de proyección - no importa cuán real

o en voz alta que puede parecer. Estos son un tipo de alucinación auditiva sin sustancia real. Si

se siente tocar cualquier cosa que usted o tirando de ti, o incluso las manos agarrando a ti, ignorarlos.

Estos son un tipo de alucinación táctil. Ninguna de estas alucinaciones puede hacerle daño, pero puede que

distraer a usted - puede romper los nervios y el enfoque - y reducir la probabilidad de éxito

proyección, si usted reacciona a ellos.

Mantenga todos los ultracortos principios proyecciones éxito. Diez segundos después de saltar hacia atrás en

su cuerpo. Por favor, confía en mí en esto! Sus posibilidades de recordar que la proyección será

aumentado dramáticamente. Una proyección de diez segundos recordado vale más que mil noches enteras-olvidado!

En muchos casos, sólo cuando la proyección reflejo está a punto de arrancar, usted puede sentir una repentina

aumento de energía creciente a través del estómago y el pecho. Esto se siente como una oleada enorme cuerpo de

emoción. Esta sensación marca el momento de la separación entre lo físico / cuerpo etérico o y

su proyección doble. La proyección reflejo ha sido activado y que están al borde derecho de la

punto de la salida. Usted puede o no puede tener vibraciones experimentado antes o después de este momento.

Mantenga la calma y trate de no reaccionar ante esta sensación cuando llega. Si no se maneja con cuidado, esta producirá por completo fuera del trance y de nuevo en el estado de vigilia completa.

Si lo anterior sucede y todo lo que sólo se detiene en frío, dejándolo aturdido y cansado, o tal vez incluso parcial o totalmente paralizado, es una apuesta bastante segura que ya ha proyectado. No ha contestado la salida debido al efecto de la mente dividida. Mantenga la calma y mantener la mente despierta y clara, esperar a que su proyectada doble para volver a entrar. Volver al circuito secundario de todo el cuerpo en este momento. Utilice esto para mantener su mente clara y ocupado y despierto hasta que proyecta retornos de dos. La sabiduría de mantenimiento de ultracortos proyecciones principios ahora se demostrará a usted - si su proyectado matrimonio presta atención.

Si usted siente las vibraciones, que sólo desaparece, y usted se encuentra aturdido o paralizado, de nuevo, más probable es que ya han proyectado y han perdido la salida debido al efecto de la mente dividida. A continuación, se convierte en una cuestión de tratar de permanecer semiinconsciente hasta que su proyectada devuelve doble. No debe mantenerse en espera durante demasiado tiempo, no se si mantiene la proyección ultracorta. Sea paciente y tratar de recuperar la proyección en la reintegración al mantener su mente clara. recuerdos completa de la

107

----- Page 109-----

experiencia de la proyección de inundación en su mente durante la reinserción, si todo va según lo plan.

Tenga en cuenta que en algunos casos es posible encontrar a ti mismo zumbido fuera del cuerpo, o volar un Estructura en tubo de tipo, con sólo salir de sensaciones muy suave que está presente, en su caso. En la mayoría de los proyecciones de principios, sin embargo, estas sensaciones estarán presentes y serán importantes, por lo que siempre se preparado para ellos.

Algunas personas tienen problemas con la técnica de la cuerda, ya que no puede dejar de visualizar la cuerda en el ojo de su mente. Algunos dicen que se encuentran hasta chocar contra el techo y no puede ir más lejos. Algunos sienten un gran montón de cuerda construir debajo de ellos. La solución a cualquier problema como este es simple: si la visualización está causando un problema, a continuación, utilizar la visualización para crear una solución. Por ejemplo, imagine que un pequeño agujero debajo de ti se está tragando el cable utilizado. O, Imagínese que usted está subiendo por el techo y hacia el cielo en lugar de golpear el techo.

108

----- Page 110-----

20. Técnica de variaciones

En este capítulo se ofrece soluciones a algunos problemas comunes relacionados

con la proyección. También ofrece la cuerda modificaciones en la técnica y las técnicas alternativas de proyección que puede adaptarse a algunas personas más. I También ayuda a encontrar nuevos proyectores si lo intentan varias técnicas de proyección diferentes en cada proyección intento. Esto no sólo proporciona una variedad muy necesaria de ejercicio para las manos de la conciencia acciones, sino que ayuda a evitar el aburrimiento. Utilizando la técnica de proyección mismo durante largos períodos de tiempo puede llegar a ser un poco monótono y puede causar algunos proyectores a perder el interés o se quedan dormidos. Por otra parte, los ejercicios de trabajo de relajación, trance, y la energía se puede hacer por separado de una proyección real intento.

Ir a través del derecho secuencia completa hasta la técnica de proyección, a continuación, obtener y tomar un corto descanso para relajarse y refrescarse. Durante esta pausa, tratar de mantener a la mayor cantidad de profunda relajación estado físico y mental posible. Vuelva a su cama o silla y dedicar unos minutos a reasentarse y volver a ti mismo descanso, tanto física como mentalmente. Una vez que se liquiden y listo, utilice la proyección rápida o inmediata método.

Si la cuerda de escalada tiene un fuerte efecto en usted, la técnica de la cuerda se puede utilizar por sí misma como una alternativa viable a otras técnicas de inducción al trance. Esto puede acelerar los trabajos preparatorios necesarios para un intento de proyección.

Las variaciones en la técnica de la cuerda

De una mano la cuerda: Si la mano de la conciencia no se parecen obedecer o se siente débil o incontrolable, la técnica de la cuerda se puede hacer con una sola mano, utilizando la mano que es más capacidad de respuesta. Si lo consigue, tiene la mano más débil simplemente se aferran a la cuerda (como si la cuerda se deslizando a través de la empuñadura de la mano más débil), mientras que la mano más fuerte es el verdadero alpinismo. Siente el mano fuerte extendiendo la mano y tirando de la cuerda hacia el pecho, a continuación, extendiendo la mano y tirando de nuevo, en una acción continua escalada con una sola mano. Trate de llegar mucho más lejos que sus brazos física pudo. Imagina que tus brazos son la conciencia de caucho y sienten que están extendiendo manera que se sube por la cuerda.

Sima-cruce de la cuerda: En lugar de una cuerda que cuelga desde arriba, imagine un fuerte, tenso cuerda que atraviesa el techo de su habitación, en línea con su cuerpo y justo encima de él, a poca alcance de sus manos. Esta cuerda se une firmemente a los soportes fuertes montado en dos paredes opuestas de su habitación. Sienta sus manos llegar y siente subir a lo largo de esta cuerda, arrastrando a ti mismo través de la habitación hacia la pared detrás de la cabeza y fuera de su cuerpo. Si usted tiene una pared detrás de la cama y esto te pone fuera, ya sea cambiar de lado en la cama durante los intentos de proyección o de imaginar usted está subiendo por la pared.

Colgando del cable: Otra forma de moverse por las actividades de sensibilización o debilidad incontrolable mano es extender la mano y sentir que están colgando de una cuerda fuerte que viene desde arriba. No trate de subir esta cuerda, sólo se siente el aferrarse a ella. Cuando te acostumbras a esto, imagine que está siendo lentamente izada por un helicóptero hacia arriba, arrastrando para arriba y fuera de su cuerpo. Siente que se está levantando y deslizarse del asiento de su cuerpo, moviéndose más y más alto. Siente poco a poco dejando su cuerpo detrás de usted. Siente tu coordenadas espaciales en el vestuario a medida que se levantan y salen de su cuerpo físico y a través del techo.

Esquí Náutico cuerda: En lugar de una cuerda que cuelga del techo, imagine que está sosteniendo el mango de una cuerda de esquí unido a una poderosa lancha rápida frente a usted. Sientete bien colgado en la el mango de la cuerda de esquí, como si estuviera flotando en la espalda, listo para el arranque en aguas profundas. Ajuste el ángulo de la cuerda de esquí a lo que se siente más natural. Imagínesse que usted puede oír el motor caliente motores, el la construcción de la emoción, y de repente el barco se quita y te arrastra fuera de su cuerpo en una ráfaga de aerosol astral.

Cuerda neto de carga: Imagine que tiene una red de cable de carga grande colgando en frente de usted, similar a la cuerda pesada red utilizados en los cursos de asalto militar que se cuelga de los postes para hacer una valla corta, la cuerda alta que los alumnos tienen que subir. Si sentado, imagina esta cuerda pesada red colgada en frente a usted al alcance de la mano fácil ". Si se encuentra acostada, imagina el ahorcamiento neto de arriba. Subir la cuerda de compensación de la misma manera como se ha descrito para la técnica de cuerda normal. Con este método, no importa dónde tiene las manos van, como siempre se encuentra un trozo de cuerda para agarrar. Preparar esta red de cualquier forma que pueda, usando las manos y los brazos y las piernas y los pies en modo alguno que trabaja para

109

----- Page 111-----

impulsarte hacia arriba y afuera de su cuerpo. Esta técnica resuelve el control de la conciencia muchas manos problemas, en los que parecen tener una mente propia y el flop y deslice por todo el lugar.

Ejercicios y técnicas alternativas

Lavarse las manos Ejercicio: Mantenga ambas manos en la conciencia a frente y le realizará un lavado acción, como si de lavarse las manos y los antebrazos real con agua y jabón. Variar la velocidad de la lavado de la acción de lento a rápido y lo mantenga en condiciones de competencia de su cuerpo.

Motor de vapor Ejercicio: Mantener los dos brazos de sensibilización hacia fuera delante de usted. Imagine un círculo cuyo de diámetro es la distancia entre el pecho y las manos. Círculo de manos de sensibilización en torno a cada otros, siguiendo el diámetro exterior de este círculo (algo así como las acciones de la mano y el brazo si estaban jugando a ser una máquina de vapor).

Después de un breve periodo de tiempo, la acción se asentará en un ritmo. Ahora, aquí viene la parte difícil: después de hacerlo durante veinte segundos o más, detener e invertir la acción. El impulso de la acción de sensibilización obligará a este círculo para continuar en su dirección original, por lo que es difícil de detener o cambiar. Si te concentras, se encuentra este se puede lograr con esfuerzo. No se preocupe si usted no lo hace el primeras veces que lo intente. Mantener a la misma y tendrá éxito. La dificultad de este ejercicio muestra su la formación de valores. Si usted practica esto regularmente rápidamente obtendrá un mejor control y fuerza con todas las acciones de sensibilización a mano y el brazo. Esto beneficia a todos los estímulos y de campañas de energía, incluyendo los que se utilizan con técnicas de proyección. Este ejercicio también puede desencadenar el reflejo de la proyección por su propia cuenta. Mira en esto como una sesión de ejercicios de musculación para los brazos y las manos de sensibilización.

Big Wheel Método: Una extensión del método anterior es imaginarse a uno mismo la celebración de una gran bicicleta en posición vertical de la rueda de delante de ti. Esta rueda deben llenar la sala, con su centro colgando en el espacio en el centro del espacio entre su cuerpo físico y el punto más alejado de la rueda de la misma.

Preparar para la proyección. Siente un único punto de la conciencia saliendo de su cuerpo, de su jefe de área, y volar hacia arriba y lejos de ti. Pulse este punto de conciencia y en la parte superior parte de la circunferencia de la rueda, mover todo el camino una y otra hacia abajo y alrededor y de nuevo a su cuerpo. Siente este punto de conciencia en movimiento a través de su cuerpo, a través de su base centro y arriba a través de todos los centros de energía primaria de otros hasta que se mueva a través de su cabeza. Siéntase este punto de la conciencia de ser pesados y sólidos. Mueva el punto de conciencia en torno a este lugar y alrededores esta gran rueda hasta que se acumulan a un ritmo constante.

Al igual que con todas las acciones tipo de rebote, variar esta velocidad hasta que encuentre la velocidad más natural para él. Siéntase el punto fuerte de la conciencia rasgado hacia arriba a través de su cuerpo cada vez. Usted se dará cuenta de que pasa a través de su cuerpo que esta acción se ralentiza, a continuación, acelera de nuevo, ya que se aleja de ti cada vez. Este arrastre momentánea es causada por el factor de resistencia a la conciencia de que se encuentra con alguna acción de rebote de sensibilización a través del cuerpo. Esto demuestra que esta acción es estimular el cuerpo etérico a medida que pasa a través de él.

Este método es muy potente y fácilmente desencadenar el reflejo de la proyección si se puede mantener

razonablemente constante durante el tiempo suficiente. No importa si su punto de conciencia vacila o mueve un poco de lado a lado, ya que los círculos de la rueda grande, siempre y cuando se mantenga más o menos bajo control y dando vueltas. Manteniendo la constante puede tomar un poco de esfuerzo, pero como con el ejercicio por encima de la máquina de vapor, es muy valiosa para la formación de la voluntad para controlar las acciones exteriores conciencia corporal.

Escalera Método: Una buena alternativa al uso de una cuerda es imaginar una escalera de mano fuerte que cuelgan de el techo. El más bajo peldaño de la escalera debe estar dentro del alcance de la mano de sus manos, o lo que sea se siente más natural. Subir esta escalera de mano en mano, sintiendo usted ascender en la escala hacia el techo. Siente el vestuario su alrededor y sus coordenadas espaciales cambiando a medida que asciendes. Siéntase se mueve más y más alto en la escalera sin fin. Si te imaginas a ti mismo de llegar al techo, siente subir a través de él y más allá, como si la escalera se infinita de longitud.

Método de punto de cambio: cambio de punto es la técnica de proyección más directa y poderosa de todas, aunque puede ser algo difícil de aprender. Se requiere una gran cantidad de esfuerzo mental concentrada, en que los proyectores deben tener todo su exterior-de-la imagen del cuerpo la conciencia de su cuerpo físico para algún tiempo con el fin de desencadenar el reflejo de la proyección. Esta es la técnica supe por primera vez y se utiliza para la mayoría de mis primeras proyecciones conscientes de salida. Su dificultad en cuenta para muchas de las proyecciones relacionadas con el

110

----- Page 112-----

problemas que tenía en ese momento. A pesar de ello, es muy eficaz cuando se domina. Es bien vale la pena esfuerzo de aprendizaje que, algunas personas encontrarán que te lleve a ella como un pez en el agua.

Actualmente utilizo una combinación de cuerda y el punto de cambio para la mayoría de mis proyecciones. Empiezo por el uso cambio de punto, entonces cuando estoy en parte por, incluyo la cuerda. Yo generalmente alternar entre estas técnicas muchas veces durante una salida. Me parece alternando técnicas como esto hace que la salida más fácil y más rápido. Si estoy proyectando desde la cama, yo también uso el método de balanceo de salida (descrito más adelante) para acabar con la salida.

En primer lugar de prepararse para un intento de proyección de la forma habitual: Ir a través de la relajación, la inducción de trance, y las técnicas de estimulación de la energía, según el completo, rápido, instantáneo o de proyección secuencias - lo que sea necesario.

Sentir y tomar conciencia de su cuerpo. Siente espacial de su cuerpo en relación con las coordenadas la habitación a su alrededor. Monta tu mente sobre el lugar donde las puertas, paredes, ventanas y muebles en

su habitación. Construir un mapa espacial de esto con su imaginación, en el ojo de su mente, en su percepción de sí mismo y la sala de su alrededor.

Usando la imaginación alimentada por la conciencia de todo el cuerpo, se siente el aumento o salir de su cuerpo, a continuación, flotante o de pie justo fuera del alcance de la mano de su cuerpo físico.

Si usted está acostado en la cama, se siente como flotando en el alcance de la mano por encima de su cuerpo físico, permaneciendo de acuerdo con él y mirando al techo. Si está utilizando una silla, te sientas como en pie tres pies

(Un metro) de distancia de su cuerpo físico. Imaginar, sentir y percibir con tanta fuerza como puede lo que que se siente estar realmente ahí en frente de su cuerpo físico.

Mantenga su conciencia de todo el cuerpo firmemente centrada en el cuerpo imaginado exterior en su nueva ubicación. No trate de ver o sentir tu doble está por encima o en frente de usted, se siente a sí mismo como

por encima o por delante de su cuerpo físico, desde su perspectiva proyectada de doble. Esto es

difícil, pero será más fácil con la práctica. Concéntrese en la detección de la espacial cuando las coordenadas de la habitación en la que desde esta nueva perspectiva. Sentir y ser consciente de tu cuerpo físico de espera

detrás o debajo de ti. Imagina y siente que su proyectado matrimonio como ya haberse separado de

su cuerpo físico. Concéntrese en la celebración de su punto de conciencia en todo el cuerpo dentro de su imaginado proyectada doble en su nueva ubicación.

Siente la presión de su cuerpo físico tratando de tirar de nuevo en ella. Siéntete la lucha contra este

de presión. Concentrar y utilizar su fuerza de voluntad para obligar a su proyectado matrimonio con la tensión y la lucha

contra la presión del mal. Llene su mente con el solo propósito, la intención decidida a proyecto libre de

su cuerpo físico. Usar la fuerza de voluntad máximo, pero no permita que su cuerpo físico a tiempo o

responder de ninguna manera.

Si se proyecta desde una cama, mental apretar los dientes (sin tensión) y siente

lentamente pero con fuerza creciente de distancia de su cuerpo físico. Se obligue a aumentar una pulgada a la vez.

Roll proyectado el doble de los hombros de uno después del otro y tratar de hombro a ti mismo más alto y

más lejos de su cuerpo físico un poco a la vez. Trata de sentir usted rueda hacia el centro de la habitación si eso ayuda.

Si la proyección de una silla, mental apretar los dientes (sin tensión) y tomar un pequeño pero

paso contundente a la vez lejos de su cuerpo físico. Paso de una pulgada a la vez, luchando

contra la fuerza que la unión a él. Siente esa fuerza constante debilitamiento de la respuesta a sus esfuerzos!

Siente tu imaginado proyectada doble encorvando los hombros y palpitante, y extendiéndome la cabeza

hacia adelante a medida que lenta pero constantemente lacrimógeno a través de la fuerza de obligar a su cuerpo físico.

Mantenga las acciones antes citadas con suficiente fuerza y se accionarán la proyección refleja muy rápidamente.

No permita que su cuerpo físico a tensarse mientras que hace cualquiera de los ant

eriores - este es el verdadero truco de la
punto de cambio. Estas son todas las acciones imaginativas conciencia corporal.

Método de vapor: Prepárese para un intento de proyección de forma norma
1. Cuando esté listo, se convierten en
consciente de su cuerpo y del lugar en que se encuentra en relación con l
a sala a su alrededor, como en el punto anterior
cambio de técnica. Imagínate a ti mismo cada vez más y más ligero, como si su c
uerpo se convierte en vapor.
Vapor se expande y se eleva. Siente cada vez más grande y más ligero y, len
tamente pero con cuidado, levantando
y fuera de su cuerpo físico. Siente que su percepción de los vestuarios com
o lugar más alto. Estancia
consciente de que su cuerpo físico está por debajo de ti mientras flotante.
Sienta su conjunto-de-cuerpo
sensibilización centrada firmemente dentro de su cuerpo de vapor y siento
esto como justo por encima de su estado físico
cuerpo y poco a poco de libre flotación de la misma. No se acerque a su c
uerpo rígido de vapor. Alentar a sacudida suavemente y
influencia sobre donde quiera. Este movimiento flotante ligero hace que
el método más fácil de vapor.

111

----- Page 113-----

Rodamientos de salida método: balanceo del cuerpo es una proyección p
opular y eficaz razonablemente
técnica. Hace uso de un movimiento natural de la conciencia de todo el cue
rpo - el de vuelca y pierde
de la cama - algo que han hecho miles de veces. Este método es especialme
nte útil si una
proyección espontánea ya ha comenzado, o si usted se encuentra parcialmente
pegado a su cuerpo durante
un intento de salida. Cuando se utiliza como una técnica de proyección prin
cipal, sin embargo, deja mucho que desear, ya que
puede ser difícil de hacer una proyección con este método desde el principio.
Considero que este método más adecuado
a ayudar con las proyecciones de difícil o para el acabado de las proyecci
ones.

Siéntase rodar hacia un lado, como si estuviera dando vueltas y salir de la ca
ma. Repita esta acción como
veces que sea necesario. Obtener un conjunto de sentimientos de conciencia del c
uerpo en el balanceo de la carrocería como si estuviera
realmente lo hace. No permita que su cuerpo físico para tensar o responder a esta
acción de ninguna manera.

Por otra parte, si se utiliza una silla, siente la acción móvil como si se encre
spa y el despliegue de
su silla. Siente tu punto de vista de los vestuarios a su alrededor mientras rue
da. Esta técnica es
Definitivamente vale la pena un tiro como una técnica de proyección principal, si ot
ros métodos han fallado. Puedo encontrar el
acción móvil de espera también ayuda durante las proyecciones difícil decir si me encuen
tro pegado a una parte de mi
cuerpo, como a veces sucede si no me he preparado correctamente.

Cohete Método: Prepárese para un intento de proyección. Cuando esté listo
, imagínese que usted está mintiendo
plana en la punta de un cohete de gran tamaño. La mayor parte del enorme c

ohete se oculta el interior de un subterráneo
tubo por debajo de ti. Su cama o la silla está firmemente unida a la punta
de este cohete y encerrado por un
cristal impenetrable cono de la nariz. El techo y las paredes caen lent
amente, desapareciendo a su alrededor a
revelan las estrellas. Sienta el estruendo de cohetes y tiemblan debajo
de ti como fuego motores enormes y
lentamente levanta, que le llevará con él. Siente e imagínate lentamente subie
ndo hacia las estrellas con el
motores de gran estruendo debajo de ti. Sienta las vibraciones del cohe
te que cursan a través de ti y sentir
a ti mismo saliendo de su cuerpo y cuarto y hacia las estrellas. Mantent
e al tanto de su cuerpo físico
restantes en los que es el lugar que usted. Sentir estas vibraciones y
aumentar la difusión y cursando
a través de su cuerpo, ya que el cohete despegue y ruge en la noche llena
de estrellas.

Boomerang Método: Esta técnica utiliza una acción de rebote en un solo
punto desde el centro de la frente. Es
supera claramente las dificultades encontradas al llevar a cabo una cue
stión de conciencia del cuerpo exterior a la
cuerpo físico, mediante una acción de rebote de sensibilización. Esto te hace
sentir y ver un breve destello de
una nueva ubicación espacial en el ojo de su mente al final de cada acción
de rebote hacia fuera. Este trucos de su
mente a aceptar un cambio momentáneo de un punto de conciencia a un lugar
exterior.

En primer lugar, elegir un destino en el techo por encima de su cama, o alto
en la pared frente a usted si se utiliza un
silla. Esto puede ser una lámpara o una imagen (cualquier cosa) o puede colocar un
blanco de papel pequeños no
en su lugar. Párese sobre su cama, ni se pare sobre una silla (tenga cuidado de no
caer!) Y recibe la sensación de lo que es
les gusta estar cerca de este objetivo. Bloqueo de la imagen de esta meta en el
ojo de su mente. Obtener la sensación
de cómo los muebles, ventanas, puertas, y la cama toda la mirada y sentir que de a
llí mientras se enfrentan a
el objetivo. Memorizar lo que se siente al estar en la zona de destino.

Acuéstese o siéntese y prepárese para un intento de proyección. Pasa un poco de tiem
po extra
estimulando el centro de la frente, utilizando el centro extra frente método de es
timulación dada anteriormente (véase
el capítulo 14). Mantenga su punto de conciencia firmemente en su centro de la fre
nte, en el ojo de su mente. Rebotar
su punto de conciencia de distancia y se siente tocar la meta, luego del rebote
de nuevo a su centro de la frente
en su cuerpo físico. Trate de ver que esto ocurra en tu imaginación, en el ojo de su
mente.

A medida que rebote hacia el exterior y, en su punto de toca la conciencia d
e la meta, para ese momento único
brevemente la conciencia de estar en ese lugar, como si su cara estaban en lo co
rrecto al lado y frente a la
de destino. Siente esta con su conciencia y ver en su imaginación, en el ojo de su
mente. Los detalles
de esta acción no tiene que ser más precisos: un vago sentimiento borrosa, el vestua
rio y el sentimiento
mismo rebotando el objetivo, estar ahí, con esta perspectiva se destaca en un mome
nto

el ojo de tu mente, es todo lo que se requiere.

A medida que repunte el punto de conciencia de vuelta a su cuerpo físico, siente que su percepción de la sala de repente cambia de nuevo a su centro de la frente. En pocas palabras trata de ver en el ojo de su mente su objetivo a través de la habitación, como desde la perspectiva de su cuerpo físico, desde su centro de la frente y Mind's Eye.

Una vez en marcha, esta acción causa una confusión en el ojo de la mente, con el objetivo de ser visto y sentía brevemente desde dos perspectivas diferentes, desde la frente del cuerpo físico y luego de cerca de el objetivo, de forma alterna. No es necesario seguir de cerca lo que sucede entre estos puntos

112

----- Page 114-----

en el ojo de la mente. Sensación de este cambio en tu conciencia y ver en el ojo de tu mente es suficiente.

Cada rebote, dentro o fuera, debería tomar alrededor de un segundo en cada sentido, pero esta velocidad deben ser variados para adaptarse a lo que se siente natural para usted.

Repita el proceso, continuamente rebotando entre el centro de la frente y su objetivo, hasta que el reflejo de la proyección se dispara. Si usted se siente cerca de la proyección en esto, pero lo hace en realidad no sucede, el cambio a otra técnica, como la cuerda o el despliegue, para terminar la salida.

Método de control: Si alguna vez has estado en un largo viaje, o pasó un tiempo en un equipo de juego de conducción, te habrás dado cuenta que más tarde una imagen sombría, pero animados de la unidad de tiempo ser impreso en el ojo de tu mente. Esta imagen será mucho más claro si estás cansado también. Cuando cierras los ojos y relajarse, en la vista que había, de ese largo camino, y el paisaje a ambos lados desenrollar hacia usted, sigue desempeñando en el ojo de su mente por algún tiempo. Esto a menudo tiene una duración de un hora o más si han pasado varias horas de conducción. Este efecto se puede utilizar para activar la proyección reflejo.

Todo lo que tienes que hacer es relajarse y dejar que este escenario se desempeñan en el ojo de su mente mientras profundamente relajarse y permitir que su sentido de la conciencia del cuerpo para moverse a lo largo del camino hacia el horizonte. Utilice el escenario para mantener su mente clara de los pensamientos, con la ayuda de conciencia de la respiración si es necesario. Ver el camino y los árboles y edificios en movimiento hacia usted y se siente el movimiento hacia ellos como la escena desenrolla. En la parte de atrás de tu mente, siente que su cuerpo físico está quedando atrás a medida que circula hacia el horizonte y lejos de su cuerpo. Si usted puede sentir el movimiento de sensibilización hacia adelante con fuerza suficiente, se puede desencadenar el reflejo de la proyección con bastante rapidez.

Dos Personas remoto de ojos Método de proyección: Es posible que un tipo de proyección que se produzca mientras que el cuerpo físico y la mente están todavía parcialmente despierto (véase el capítulo 5). Para volver a crear un mando a distancia de ojos proyección en circunstancias controladas requiere cierta preparación y dedicación. Debe permitir que usted mismo para llegar a ser extremadamente cansado, por falta de sueño de una noche, o por quedarse hasta muy tarde hasta el altas horas de la mañana, luego de despertar a su controlador para el intento de proyección. Lo que se necesita es no es un nivel normal de cansancio, sino un estado de relajación profunda, tanto mental como física, causada por cansancio excesivo, el tipo de cansancio que puede hacer que, literalmente, se duermen en sus pies. El café y el otros estimulantes deben evitarse durante los preparativos para este experimento.

Cuando usted está cansado lo suficiente, acostarse o sentarse en una posición cómoda. Usted no debe ser molestado por cualquier cosa que no sea su controlador. Por esa razón, este experimento es el mejor hecho bastante tarde en la noche - con el teléfono descolgado. La otra persona, el controlador, debe hablar con usted y mantener que acaba de despertar, pero no debe exagerar esto o romper su delicado estado mental.

El controlador también tiene que vigilar para REM (movimiento rápido del ojo) la actividad. El estado REM es una señal importante, porque indica que está entrando en el estado de sueño al mismo tiempo despierto. La estado REM es fácilmente detectado por un movimiento continuo parpadeo molestar a los párpados. Usted debe ser suavemente mantuvo despierto y razonablemente coherente durante todo el experimento. El controlador debe suavemente te levantas, si te quedas dormido, hablando con usted y frotándose el brazo, o incluso ligeramente sacudiendo despierto.

Usted puede contribuir a este proceso deliberadamente estimular el centro de la frente antes y durante este proceso. Esto mismo también ocurre si la fuerza los ojos cansados de permanecer abiertos durante una parte del tiempo, pero sus ojos también se debe permitir para cerrar con regularidad. Si todo va según lo previsto, pronto se comenzar a ver las cosas detrás de los ojos cerrados: los patrones de luz, colores, imágenes, fotos, y escenarios. Estas serán las imágenes hipnagógicas, sueños lúcidos, o visiones clarividentes, o una mezcla de estos. Usted debe tratar de describir todo lo que vea, para que el controlador sabe lo que está sucediendo.

En algún momento, una parte de ti se proyectará fuera de su cuerpo, y usted será capaz de dar un funcionamiento comentario de una proyección como es el caso. La mente de división se producirá en el momento de la separación, y su coherencia mental tienden a debilitarse a partir de este punto. El controlador debe trabajar en mantenimiento que acaba de despertar y coherente como para hablar, pero no tan despierto que su delicada relajada estado se altera.

Perspectiva a menudo parpadeo de ida y vuelta entre sus cuerpos proyectados y física, y incluso el estado de sueño puede convertirse en juego aquí. El estado de trance pesa

dos (causada por la profunda cansancio excesivo, la estimulación centro de la frente, y el estado parcialmente despierto se celebró por la fuerza) puede permitir a mantener una conexión visual bastante estable con su distancia proyectada doble. Una vez que logran conectarse con su proyectado matrimonio, te darás cuenta de ver a través de su

113

----- Page 115-----

doble de los ojos, pero no será realmente consciente de ti mismo sentimiento en aquel lugar remoto, a menos que su cuerpo físico y la mente se deja caer demasiado profundamente dormido. Sugiero una grabadora y usarse enciende tan pronto como usted comenzar a ver las imágenes hipnagógicas.

Uno de los mejores momentos para intentar una distancia de proyección es de ojos después de un largo período de relaciones sexuales, cuando una pareja encuentra profundamente relajado ellos mismos, tal vez agotado aún, pero aún lo suficientemente despierto para estar hablando juntos en las primeras horas de la mañana, cuando todo está tranquilo y no hay distracciones. Esto es cuando la proyección espontánea remota de ojos es más probable que sea experimentado. Si ambos socios se encuentran hablando en la oscuridad cerca, con los ojos suavemente a la apertura y cierre, que puede mantener cada intento despierto y otras dos para una proyección a distancia de los ojos. La primera de ellas para tener éxito debe ser el tema, y el otro controlador.

Ayudar a otros proyectores de salida

Si bien he escuchado muchos rumores en contrario, no creo que se puede ayudar directamente a otra persona fuera del cuerpo. He intentado muchas veces y no parece ser viable.

En mi opinión, si esto se recuerda en absoluto por el tema, será sentido-interpretado como una directa psíquica ataque, que es extremadamente desagradable.

Es posible, sin embargo, para despertar a dormir proyectores en tiempo real mientras se encuentran fuera del cuerpo. Cuando la proyección natural del sueño se produce, el cuerpo en tiempo real se desplaza fuera de su cuerpo físico y flota justo encima de él, a menudo imitando su posición para dormir. Los proyectores en tiempo real en este estado están dormidos, al igual que su cuerpo físico y la mente son. Un proyector consciente útil entonces puede tratar de ayudar con suavidad despertar a la persona del sueño en tiempo real de la zona. Durmientes que se puede hacer para enfocar y comprender que se proyecta podría interactuar con o convertirse en un compañero de viaje para el proyector consciente.

Si proyectores despertado recordar su experiencia o no después de que el evento aún no se han visto. Todos los factores que hacen que la proyección difícil de recordar todavía están allí, y todavía hay que superado por los proyectores despertado. Sin los conocimientos necesarios para proyectar por sus propios medios, recordando la experiencia ^ hacha como esta será una proposición difícil.

La mejor oportunidad para el éxito sería si el despertar viene antes que el proyector se ha de dormir

caído en un profundo sueño. El proyector original, entonces puede indicar a los demás sobre cómo maximizar posibilidades de recordar que la proyección. Pero esto sigue siendo un muy de golpe y se pierda nada. He tratado de este muchas veces con dormir proyectores en tiempo real y, al mismo tiempo he logrado despertar y viajar con bastantes no pocos, hasta ahora lo han recordado después de los hechos.

Como nota al margen, a lo largo de los años muchas personas han informado de sentir las manos arrastrándolas fuera de sus cuerpos, o tocar de alguna manera en las salidas de proyección espontánea. Sospecho que estos la gente ya estaba al menos parcialmente fuera del cuerpo en este momento, flotando cerca de su sueño cuerpos físicos, sin darse cuenta de que ya estaban fuera. Las manos se sentían pueden tener su origen exceso de celo de sus amigos o incluso de los seres espirituales útil, es muy difícil decir a ciencia cierta. Esto puede también puede ser una alucinación táctil generado por la mente del proyector propio subconsciente, que creo que es el escenario más probable.

Si nada de esto sucede durante una proyección (y esto es bastante raro, por cierto), le sugiero que despejar su mente del miedo y seguir con su proyección independientemente. Consciente de salida proyecciones son muy, muy demasiado valioso como para los residuos, especialmente en los primeros días mientras se está aprendiendo a salir de casa. No debes permitir que se engañe o engañados para abortar proyecciones de éxito por cualquier motivo. Al igual que con todos los ruidos comunes astral y voces, una vez fuera de nada cuerpo nunca se encontró que podría haber causado las sensaciones preocupantes originales o los problemas. Mira a este tipo de eventos - tan preocupante como puede ser en el momento - como una verdadera prueba de valentía.

Si no te gusta lo que usted encuentra cuando usted sale, siempre se puede dar la vuelta y buceo recta de nuevo en su cuerpo físico. Esto no sólo es la forma más rápida y más fácil de abortar una proyección, pero también te da experiencia de primera mano con la salida consciente y reingreso, que tiene un valor incalculable.

También ayuda a tener muy presente en la salida - espontánea o deliberada - que nada realmente puede doler un proyectado matrimonio. La copia original de la mente y todos los recuerdos son siempre de forma segura escondido dentro del cuerpo físico / etérico, que no puede ser destruido y no es vulnerable a la interferencia o poseer el mero hecho de que está proyectando. En mi opinión, el físico del cuerpo etérico

es mucho más protegidos durante un OBE que en el estado de sueño despierto o normal. Realmente no hay nada que temer más que al miedo mismo.

Llamar a la reunión y Proyectores Otros

Muchas personas me han preguntado cómo proyecto, o cumplir con otras personas

o proyectores. He encontrado la forma más fiable es llamar a la persona objetivo justo antes de la salida. Cuando usted está en el trance estatales y / o cerca de la salida, imagine que su persona objetivo. Todo el mundo tiene una esencia distinta de personalidad. Este sentimiento se puede utilizar para sintonizar y buscar a otras personas. Sostenga la imagen de su objetivo muy en cuenta y llame a su nombre varias veces, expresando esta fuerza en su mente. Si la persona objetivo está dormido o fuera del cuerpo, que habitualmente se escucha y aparece justo antes de la salida, o estar esperando cerca cuando termine de salir de su cuerpo. Él o ella a menudo le da una respuesta audible.

Esto no es una voz real, aunque suene real, pero es una transmisión telepática que se escucha con una especie de clarividencia, auditivos o astral. Si tiene tiempo real o visión astral en este momento, usted puede ver también él o ella en la sala de espera para usted, por lo general un poco perplejos acerca de por qué él o ella es allí, a menudo no darse cuenta de que él o ella está fuera del cuerpo.

Si esto no funciona, repita el proceso anterior después de la salida fuera del cuerpo. En primer lugar, se mueven por lo menos veinte pies (Seis metros) de distancia de su cuerpo físico, a continuación, llamar a la persona objetivo en voz alta.

Otra manera de apuntar a la gente es para sintonizar y el proyecto para usar la instantánea-de viaje método (ver capítulo 24). Basta sintonizar con ellos y siente que se mueve hacia ellos. Esto hacer que usted para cambiar a donde las personas destinatarias son.

Ninguno de estos métodos será un verdadero éxito si no se conoce a la persona objetivo bastante bien.

No espere ser capaz de proyectar a personajes famosos o de personas que no conocen bien. En esa nota, también es muy difícil proyectar a la gente no le gusta, o que no te gusta. Un

cierto nivel de armonía se requiere para hacer una conexión astral y agrupamientos.

El objetivo no tiene que estar viviendo, pero proyectando el espíritu de una persona fallecida es mucho más difícil de lo que cabría esperar. Si una persona espiritual está dirigido, puede que te encuentres a un cambio nivel astral, por lo general uno de los mundos espirituales, donde se puede interactuar con su objetivo. Su enérgica técnicas de maquillaje, el desarrollo y la proyección tendrá mucho que ver con si usted es o no éxito.

Ayuda reloj de alarma

Muchas personas encuentran más fácil de proyectar, si fijan sus despertador una hora o dos antes de su tiempo normal de vigilia, a continuación, intenta una proyección. El cuerpo físico es ya muy relajado y cargados de sueño - estado de trance - haciendo proyección mucho más fácil. (Si tiene que levantarse para el trabajo a una hora fija en la mañana, sugiero utilizar dos relojes de alarma para evitar quedarse dormido, uno para proyección y uno para el trabajo.)

Otro uso para un reloj de alarma es utilizar el botón de repetición para las proyecciones de corto plazo. Este es también un manera práctica de evitar algunos efectos división mente-limitando el tiempo de una

proyección. Establezca su botón de repetición de suavidad se despierta a intervalos de diez o quince minutos. Cuando se activa la alarma, pulse el botón de repetición e intentar una proyección rápida, va directamente a su técnica de proyección de cada tiempo.

Cada vez que la alarma que despierta, pulsa el botón de pausa y tratar de recordar una proyección, en el caso de una ocurrió, y después repetir el intento de proyección. Cuanto más tiempo se esta oportunidad más te han de conseguir un choque con un fragmento de proyección recordado. Tan pronto como se acuerde algo, lo escribo hacia abajo. Sirve de ayuda si usted tiene la alarma del reloj, pluma, cuaderno y alcance de la mano, por lo que no se tienen que alterar su estado relajado demasiado durante el uso de ellos.

115

----- Page 117-----

21. Problemas de proyección salida

Los problemas que aquejan a los nuevos proyectores son muchas y variadas. Con cualquiera de las salidas OBE recurrente problema, es importante identificar la causa y tomar medidas correctivas más temprano que tarde, o de interés puede bandera y el objetivo de despertar inducida nunca se dio cuenta de OBE. Tomar medidas del sistema también evita la posibilidad de llegar a ser negativa condicionada por un problema, por lo que la salida más difícil lo que debería ser.

De los miles de problemas de salida de la proyección que han asesorado en los últimos años, está claro que varias áreas de mayor problema existe. Las secciones siguientes ofrecen algunos consejos sobre la superación de estos.

Escalada problemas

Algunas personas descubren que tienen dificultad para usar las manos conciencia subir las acciones. Por lo general, un mano de la conciencia se parece más débil y menos controlable que el otro, y se deslizará continuamente lejos de la cuerda o una escalera, lo que hace que todo sea más difícil. Este problema también puede afectar a estimulación y energía-acciones de sensibilización. Perseverando con las manos la conciencia y la energía de fondos acciones progresivamente ayudar a superar este tipo de problema. Las manos de sensibilización con más frecuencia son utilizado, el más fuerte y más seguro de que se conviertan. Por otra parte, algunos métodos de proyección se dan aquí no requieren de manos complejos acciones de sensibilización. Encuentra lo que funciona mejor para usted y lo que tiene el efecto más fuerte en su proyectables doble. Aténgase a lo que funciona y construir sobre ella. El uso de un combinación de técnicas que no requieren de acciones de sensibilización manos es probablemente la mejor manera de superar los problemas de la escalada.

Torso Aumento de energía

El aumento del torso no es desagradable. Es muy parecido a la oleada de ener

gía emocional y la emoción se obtendría si de repente ganó un millón de dólares. Pero puede ser una gran distracción. Así como la proyección refleja empieza a arrancar, una sensación fuerte caída en combinación con una subida de cuerpo energético sobretensiones hacia arriba a través del área del estómago y el pecho. Las sensaciones fuertes movimientos de energía causada por el aumento del torso parecen provenir principalmente de los centros de energía primaria inferior. Mi teoría es que el momento en que el reflejo de la proyección se dispara, algo de energía primaria estroboscópico centros de fuerza, temporalmente la creación de una delicada red de nuevas conexiones energéticas en todo el cuerpo físico / etérico. Esta nueva red crea las condiciones energéticas que permitan la proyección de ocurrir. Energía bengalas a lo largo de esta nueva red como el mecanismo de proyección genera internamente la proyectables doble, antes de su expulsión fuera del cuerpo físico / etérico. El aumento del torso no es debe confundirse con la sensación de las carreras de corazón o de las vibraciones que son también de experiencia durante la salida, aunque estos parecen ser relacionados con energía. El aumento del torso es un muy sensación visceral y puede ser muy difícil de superar. Se considera dentro del cuerpo físico como si fueron una sensación física. Provoca una respuesta inmediata tensión en el cuerpo físico que provoca una violación de la falta de proyección de relajación y disciplina trance, y por lo tanto.

Esperamos que esta sensación de golpear a la derecha en el borde de la salida. Mantenga la calma y no te permiten reaccionar ante ella. La reacción física se puede controlar, siempre y cuando no es demasiado fuerte. Esta sensación es un perfectamente parte normal del proceso de proyección, y no te hará daño. El aumento es mucho más fuerte durante las proyecciones temprano, y progresivamente más facilita la frecuencia con la que intento consciente de salida proyección. Un efecto colateral de los intentos de proyección, aunque fallidos, es causa frecuente energética desarrollo, así como el desarrollo del mecanismo de proyección. Si el aumento de energía es demasiado fuerte para ignorarlo, y te deja sin aliento y todo el tiempo despierto cada, dedicar más tiempo a subir y trabajar con energía durante las sesiones de entrenamiento regular. Este trabajo se hace mejor por separado de reales intentos de proyección.

Si el problema persiste, también valdría la pena conocer su cuerpo con una similar sensación. Busque un ascensor de alta velocidad y pasar algún tiempo en ella, acostumbrarse a la repentina caída sensación cada vez que comienza a bajar. Cierra los ojos y relajarse mientras se hace esto y permitir que el movimiento brusco para coger por sorpresa. Otra forma sería la de pasar algún tiempo en un parque de diversiones, especialmente las montañas rusas. Para los más aventureros, el buceo paracaidismo, alta,

diapositivas bungee salto, o el agua puede ayudar. El cuerpo físico se acostumbra rápidamente a todo lo que experimenta con regularidad. Los efectos del aumento del torso a continuación, se reduzcan al mínimo la repentina respuesta de la tensión del cuerpo físico al que se reducirá.

Telarañas - Sensaciones Energética

Telarañas son una sensación muy común y conocido - un grave problema para algunas personas

- Asociados con el trance y el desarrollo energético. Esta sensación de cosquilleo localizado, prurito, o escozor se siente generalmente en la cara y el cuello, que varían en intensidad desde un ligero cosquilleo o picazón a una sensación de picadura más intenso en la piel. El lugar más común para obtener telas de araña se encuentra en la cara, especialmente alrededor de la boca y la nariz. En casos más raros, telas de araña se puede experimentar en otros lugares y en áreas mucho más grandes del cuerpo físico.

Usted puede esperar conseguir sensaciones telaraña en algún momento u otro. Los problemas graves son telaraña bastante raro, y parecen ser los síntomas de los bloqueos de energía y reducido caminos de la energía en el conectar circuitos de la superficie del cuerpo de energía, se siente en la piel del cuerpo físico.

Telarañas son causados por el movimiento de energía a través de los centros de energía más pequeñas y múltiples conectar las vías que cubren todo el cuerpo. Los sitios de telaraña más comunes corresponden a puntos de acupuntura y terminaciones nerviosas importantes en el área facial. Telaraña sensaciones normalmente reducir de forma gradual en los centros de energía y sus circuitos de conexión desarrollar para manejar el mayor flujo de energía causada por el estado de trance y los intentos de proyección.

Alguna actividad telaraña generalmente está presente en las personas con una fuerte o más de activos por lo general centro de la frente, aunque el centro de la frente no está desarrollado. La cara contiene un potente y complejo estructura de apoyo energético para los centros de la frente y la corona. Cualquier aumento de la energía fluya a través de esta estructura de las causas por lo menos algunas sensaciones tela de araña que se sentía allí. Cuanto más fuerte sea el flujo de energía en esta área, la más fuerte de las sensaciones que provoca. Esto continúa hasta que se desarrolla la estructura de soporte suficiente para manejar el aumento de los flujos de energía requerida por estos centros superiores. Incluso si el facial centros de estructura de apoyo y la frente y la corona están bastante bien desarrollados, algunos telaraña actividad es por lo general todavía se sentía, sobre todo cuando estos centros superiores están siendo utilizados activamente durante el completo estado de trance.

El sistema secundario NUEVA ayuda a reducir la sensación de tela de araña por el progresivo desarrollo de la el trazado de circuito de la energía del cuerpo. áreas problemáticas específicas tales como la cara también deberá ser específico y profundamente masaje con una acción de sensibilización adecuada, cepillarse los dientes o envasado, para fomentar el desarrollo de esas zonas. Tenga en cuenta aquí que rectificar problemas graves tel

a de araña puede tomar tiempo. Por favor, sea paciente y el trabajo a través de este problema hasta que mejore, y no renunciar a la OBE sólo por eso.

Recomiendo que las telarañas se ignoren en la medida de lo posible, pero si llegan a ser insoportable que puede rayarlos. Si lo hace, tenga cuidado de moverse lentamente y deliberadamente, y como en un ensueño, manera relajada, para que no rompan su relajado estado físico y mental.

Cuando me telarañas, miro en ellos como una prueba de mi concentración e ignorar los por completo. Ellos por lo general desaparecen después de unos minutos, pero a veces he tenido que cerrarlos, de una intensa picazón o una grabación, por si acaso es un mosquito de alimentación, que a menudo ha sido el caso. Es, pues, prudentes para rociar la habitación antes de las sesiones de trance y los intentos de proyección, para eliminar esta posibilidad.

Me he encontrado con muy pocas personas con problemas de telaraña muy mal. En casos raros, la tela de araña sensaciones pueden cubrir toda la superficie del cuerpo. Esto se siente, o eso me han dicho, como una horda de insectos que se arrastran por todo el cuerpo, que suena insoportable y es probablemente. Consciente de salida proyección se hace imposible en estas circunstancias. Sugiero concentrarse en la relajación técnicas, la meditación, el trabajo y la energía hasta que los bloqueos en el circuito clara energético. Una vez estas áreas están más desarrollados, las sensaciones telarañas disminuirá.

Presión Centro de Primaria

De leve a intensa presión sensaciones a veces se siente en la cabeza como resultado de la energía primaria centro de actividad y movimiento de energía durante el trabajo de trance o los intentos de proyección. Estas son naturales sensaciones, causadas por algunas de las funciones superiores de los centros de la frente y la corona, ya que estos crecen de la latencia. No haga caso de las sensaciones de presión mejor que pueda. Son una buena señal de que estas energías

117

----- Page 119-----

centros están respondiendo a la fuerte flujo de energía causada por los ejercicios de desarrollo y intentos de proyección.

sensaciones de presión, especialmente cuando está localizado en el centro de la frente, indican el potencial clarividente. La presión es rara vez lo suficientemente intenso como para causar dolor real, pero muchas veces será extremadamente incómodo. episodios intensos de presión son imprevisibles y poco frecuentes. Son más a menudo experimentan los proyectores novatos que no han hecho ningún desarrollo energético significativo antes de su proyección intento.

Presión localizada

presión localizada frente del centro se siente mucho como un pulgar que se firme y constante presión en

el centro de la frente. Esto se hace sentir, ya sea en una pequeña área en el centro de la frente o en un mayor área circular que cubre todo el centro de la frente. Esto puede variar de leve a intensa presión, y pueden durar varios minutos o más. Más raramente, una pequeña zona de intensa presión se siente en el centro de la parte superior de la cabeza. Esta última sensación se relaciona con actividad y desarrollo de la corona central.

Estrecha banda alrededor de la cabeza

Esto se siente muy similar a un cinturón de cuero atada alrededor de la cabeza se aprieta lentamente. La presión se hace sentir en toda la circunferencia de la cabeza, en un nivel de banda ancha con la frente, y en todo el resto de la parte superior de la cabeza, incluyendo toda la frente, como si toda la cabeza vendada fueran demasiado con fuerza. Este principio de la sensación de presión en la cabeza es causado por la actividad de la corona central. La frente y la corona se involucran, a menudo se presentan juntas. Más raramente, el área facial también se involucra, lo que se siente como el cráneo entero está siendo amenazado.

La presión de energía en el centro puede ser muy incómodo, incluso doloroso a veces. Aunque esto es raro, puede provocar fuertes dolores de cabeza, migrañas, incluso si usted es propenso a ellos. El dolor real puede ser más frecuente si los centros de la frente y la corona se están trabajando más que el resto del cuerpo energético, que no recomiendo. Si el dolor se convierte en un problema, la mejor solución es dejar todo estímulo y el desarrollo de trabajo. Tómese un descanso y permitir que todo se calme. Esto puede tomar varios días o más.

Usted puede evitar áreas problemáticas con ejercicios de desarrollo energético, pero esto aún puede causar algunos dolores de presión que se produzcan. En todos los casos me he encontrado como esta - incluyendo a mí mismas - propias experiencias - corona y dolores de frente del centro de presión reducen progresivamente una vez regulares ejercicios se llevaron a cabo el desarrollo energético.

Se debe estimular la frente y los centros de la corona con mucho cuidado en las primeras etapas de desarrollo. Es muy importante no trabajar demasiado, especialmente si las sensaciones fuertes de presión se están experimentando. Una gran cantidad de tiempo y paciencia puede ser necesaria para que suavemente y con seguridad a estos centros de la latencia.

Problemas para respirar

La presión se siente a veces en el pecho y la garganta y la sensación de asfixia e incluso asfixia puede resultar de esto. Esto se puede sentir como que no está recibiendo suficiente oxígeno, o como si se olvidara para respirar durante un intento de proyección. El pecho y la presión de la garganta es causado normalmente por la actividad primaria del centro de actividad de la energía, pero la falta de sensación de oxígeno a menudo tiene otra causa. La apnea del sueño, un

----- Page 120-----

problemas respiratorios como éste. Por favor consulte a su médico si usted siente que tiene algún tipo de sueño
Trastornos de la respiración. Estas condiciones, mientras que tratable, puede ser peligroso si no se corrige. Fumadores, potable, y el sobrepeso a empeorar. Mejorar la salud del cuerpo físico por lo general cura la enfermedad.

Pegado al cuerpo durante la salida

Algunas personas a veces la experiencia sintiéndose pegado a una parte de su cuerpo durante una otra salida exitosa, por lo general en su estómago, la cabeza o las piernas. Esto parece deberse a un incompleta proyectables doble que se generan, dando como resultado sólo una proyección parcial. Hay varias posibles razones para esto.

Las comidas pesadas antes de comer proteínas intentos de proyección parece responsable de muchas parcial problemas de separación. Se necesita mucha energía para digerir los alimentos, el más pesado de la comida, más energía se desviado en los procesos de digestión bioenergético. El cuerpo energético prácticamente se apagará durante una hora o más después de una comida pesada de cualquier tipo. Después de este tiempo, sólo que tiene una gran cantidad de digerir muchas proteínas en el estómago puede causar centros de energía en esa área a ser lento y que no responden a la proyección refleja.

El centro de almacenamiento sub-ombiligo también está situado cerca de la zona baja del estómago, y la energía que fluye a y de este importante centro puede llegar a ser restringida, mientras que el estómago está ocupado digiriendo una pesada comida. Tratar de forzar a los centros de energía primaria abierta durante un intento de proyección en este caso puede causar diferentes niveles de malestar, calambres y dolor, incluso durante la salida. Esto es fácil de superar por no comer una comida pesada tan tarde, y al reducir la cantidad de proteína pesada comido, especialmente en la última comida antes de acostarse.

Salir calambres y el dolor

He tenido muchos informes de distintos niveles de calambres y dolor, de leve a grave, en el estómago o el pecho - y más raramente, en otros ámbitos - en las salidas de proyección. También he experimentado yo mismo en varias ocasiones. La acción de tirar de ti fuera del cue

rpo utilizando un
escalada técnica en algún momento puede causar calambres y tirones internos sensacio
nes, como si el estómago,
corazón o los pulmones se tuerce y los calambres. Esto está directamente relacionado
con el intento de proyección. Por
ejemplo, cada vez que tira de la cuerda puede ser encontrado para causar una dol
orosa sensación interna que deja de tirar
tan pronto como la acción de subir haciendo que se perpetúe. Esto puede ser muy incómo
do, incluso doloroso, si
de continuar tratando de forzar el resto de la salida de su cuerpo en este momen
to. Este problema se
parece ser causado por la inactividad en una sola parte del cuerpo de energía. Est
o interfiere con la
generación de la proyectables doble en una sola área.

Hay muchas causas posibles para esto. Una posibilidad es la continuación de lo
s esfuerzos de proyección después de un
separación de éxito ya se ha producido. Los esfuerzos continuos de proyección tras pro
yección tiene
ocurrido es probable que cause problemas para el cuerpo etérico, que normalmente n
o pueden salir de los confines
del cuerpo físico.

La solución es parar y mirar para los síntomas relacionados con la proyección. Si
te has sentido vibraciones o la
aumento del torso de la energía, o si la parálisis parcial o total de vigilia está pre
sente, o si un cierto grado de tiempo real o
visión astral está presente, lo más probable es que ya han proyectado. Ahora debe espe
rar el regreso de
su proyectado matrimonio. Si esto parece ser el caso, vale la pena tratar de pon
erte en contacto con su proyectada
doble. Llegar con sus sentimientos y tratar de sentirse dentro de su proyectado
matrimonio,
imaginando que ya están fuera del cuerpo. A menudo, esto se traducirá en una conexión
telepática y un
transferencia instantánea de los recuerdos de la proyectada doble. Si logras esto,
recuerde que aún
mantener la proyección de cortos. Trate de volver a entrar a su cuerpo físico antes
de que pueda caer en el abismo-
estado de reposo.

Joyería y Relojes

Oro, joyas y otros objetos de metal sólido puede interferir con la generación de
la proyectables
doble. Aprendí hace muchos años, a través de la experiencia, que el uso de relojes, an
illos o cadenas de cuello
me causó problemas durante la salida, así como durante el trance y el trabajo energéti
co. También he tenido

119

----- Page 121-----

muchos informes de joyas y relojes que causan problemas y dolor durante otro éxito
proyecciones.

Un joven de dolor severo en su lengua durante varias contrario éxito
intentos de proyección. Era un proyectador bastante experiencia y nunca había tenido p
roblemas antes.
El dolor siempre se inicia como la presión en su lengua, que rápidamente se convirtió
en dolor y la propagación a través de
la mandíbula y el cuello, cada vez más dolorosa mientras continuaba hacia la salida.

El dolor

llegó a ser tan malo que le hizo abortar cada proyección en la salida. Le pregunté a fondo y salió a la luz que había tenido recientemente un perno de oro inserta a través de su lengua, con la herida no siendo bastante curado. Él no ve cómo esto podría interferir con la proyección, pero, en mi consejo, quita la viga de oro y con éxito proyectado más tarde esa misma noche, sin repetición de el dolor.

En una línea similar, un proyector de mujeres jóvenes recientemente me informó que había experimentado dolor intenso y la presión en el pecho durante una proyección consciente de salida. Ella se vio obligada a abortar su proyección intento. A su regreso, encontró a su rata mascota duerme en su pecho, donde normalmente dormía. La presencia de la rata mascota en el pecho parece haber sido la causa del dolor y la presión que sentía en el intento de salida.

El proyectado matrimonio puede pasar a través del metal sólido y piedras preciosas con facilidad. La presencia de ellos en el cuerpo físico durante los intentos de proyección sin embargo, parece interferir con la generación de la proyectables doble, lo que hace que la proyección doble de pegar a su cuerpo en esa zona. Por alguna razón, esto también hace que la presión y el malestar durante la salida. Este parece afectar a algunos más que a otros, pero todos los puntos de lo que la presencia de oro joyas y otros elementos en el cuerpo físico causando problemas durante la salida. Es posible que empastes de oro, dientes postizos, y otros artículos sólidos que también puede causar problemas para algunas personas. Si usted se siente presión localizada y el dolor durante la proyección, vale la pena tomar un buen vistazo a la zona afectada para ver si hay algún elemento presente que podría ser la causa. La distribución variable de energía y niveles de desarrollo de los proyectores individuales puede causar una amplia gama de contradicciones aparentes, con en particular los problemas relacionados con la proyección que afectan a algunos proyectores y otros no.

Norte Magnético?

La dirección del cuerpo físico caras durante un intento de proyección parece tener un efecto en la facilidad de la salida de la proyección de algunas personas - y todo ayuda. Yo prefiero tener la parte superior de la cabeza apuntando hacia el norte si estoy acostado, pero si estoy sentada me gusta que se está enfrentando ya sea al norte o al sur, aunque esto sólo puede ser una debilidad mía. Pero me han proyectado muchas veces mientras mirando hacia el este y el oeste, acostado y sentado, y no experimentaron ninguna diferencia notable. Mientras que dirección parece tener un efecto en algunas personas, que no afecta a todos por igual y se No deje de un proyector determinada o experimentado. Sugiero que los proyectores nuevo experimento con los dirección que se enfrentan y ver por sí mismos si se hace alguna diferencia.

El ciclo lunar también parece tener un efecto sobre los niveles de dificultad para salir de la proyección, así como en la frecuencia de las proyecciones espontánea. Me parece el mejor momento para OBE a ser la semana que rodea el luna llena, con la primera noche de la luna llena ser mi primer tiempo de proyección. A pesar de que han proyectada en todos los días del mes, durante todo el año, siento la necesidad de proyectar con más fuerza durante un luna llena. Algunas personas parecen ser más afectados por el ciclo lunar que otros.

Sugiero que los proyectores de verificación del ciclo lunar en contra de sus previsiones de éxito, sobre todo las espontáneas. También vale la pena mirar esto en contra de los sueños lúcidos y los parajes de los sueños vívidos, en comparación con incidentes noches sin sueños. Esto le dará una clara indicación de la mejor época de la mes para que los proyectos, y si el ciclo lunar es de las mismas. El factor de la luna también pueden contribuir o causar muchos problemas comunes de proyección como calambrones, dolores y salidas parciales, sobre todo cuando no hay luna en absoluto.

120

----- Page 122-----

La saliva Problemas

Muchas personas tienen problemas durante el trance, el trabajo de desarrollo, o los intentos de proyección, ya sea con un exceso de saliva, que requiere continua para tragar, o la falta de saliva, causando la garganta seca y boca. Ambas condiciones pueden ser una gran distracción e interferirá con la proyección consciente de salida.

Si la boca y la garganta tienden a ser secas durante los ejercicios de desarrollo o de proyección intentos, primero asegúrese de que usted ha tenido suficiente para beber antes de empezar para que no se están convirtiendo en deshidratación, especialmente si usted vive en un clima cálido. La única otra cosa que pueda provocar sequedad está respirando demasiado por la boca. La solución es respirar más a través de la nariz.

Hacer que las fosas nasales son claras y la limpieza por soplado de antemano. Un ligero cambio de posición también puede ayudar si su boca tiende a caer abrir naturalmente.

El ronquido puede también causar sequedad de boca y dolor de problemas de garganta. Cuando el cuerpo físico se pone a dormir durante los intentos de estado de trance y proyección, que a menudo comienzan a roncar por su cuenta, incluso aunque la mente del proyector está despierto. En muchos casos los proyectores no sean plenamente conscientes de esto, especialmente si están teniendo problemas y entrando y saliendo del estado de suspensión. La solución es para restaurar el déficit de sueño de forma que para conciliar el sueño es menos probable, y para cambiar la posición de descanso de el cuerpo físico hasta que una posición se encuentra que no promueve el ronquido.

Si la saliva excesiva tiende a acumularse, trate de no pensar en ello. Pensando en ello te hace

ser más conscientes de la boca y la lengua, que, en sí mismo, puede causar un aumento en la saliva
flujo. Evite las bebidas dulces, té o café, y todo lo que deja un residuo del sabor en la boca
que pueden causar la saliva fluya. Cepillarse los dientes y el uso de un enjuague de agua salada, luego enjuagar
con agua fresca, ayuda a eliminar la boca de sabores no deseados. Levante el cuerpo ligeramente más alto si se extiende
plana, lo que ayudará a frenar la tendencia a la acumulación de saliva en la parte posterior de la garganta. Mantenga su mente
de la misma; tragar normalmente cada vez que usted tiene que, de una manera relajada y soñadora. Tragar, o
mover el cuerpo para la facilidad, se debe hacer a veces, incluso durante el trabajo de trance y los intentos de proyección.
movimientos menores como esto se puede hacer sin romper las disciplinas de relajación y trance, siempre
como se hacen lentamente y de forma soñadora y relajado.

Excitación Sexual

La excitación sexual es un problema menos común que se relaciona con la actividad energética en las primarias de baja
centros, en concreto el centro primario genital. Esto puede ser muy molesto, por razones obvias.
La solución es dedicar más tiempo a criar y trabajar con energía, aparte de la proyección
intentos, por lo que el cuerpo de la energía puede desarrollarse hasta el punto en que un flujo de energía se incrementó de
por el centro genital no causa excitación. Si una pareja sexual está disponible, tener relaciones sexuales antes de un
intento de proyección puede ayudar a aliviar este problema. Si una pareja sexual no está disponible, la imaginación puede
se utiliza para servir a este propósito.

Muchas personas han preguntado si tienen relaciones sexuales antes de un intento de proyección va a interferir con ella o
no. A algunos les preocupa que el sexo puede agotar la energía del cuerpo y hacer la proyección más difícil hasta que se haya
reposición sí mismo. En mi opinión, el sexo antes de un intento de proyección tiene más aspectos positivos que negativos.
aspectos. La satisfacción sexual en gran medida alivia la tensión física y mental mediante la promoción de energía
el equilibrio y la más profunda relajación física y mental. Causa un persistente calor y resplandor de energía y un
estado de bienestar, que puede ser de gran ayuda con la proyección, sobre todo en los primeros intentos, como
balance energético y de profunda relajación física y mental son ingredientes esenciales para el éxito
proyección.

La gente de la razón principal de que el sexo es energéticamente drenaje, creo yo, es porque la mayoría de la gente tiene
sexo en la noche antes de ir a dormir. El estado de relajación profunda experimentado en las consecuencias del sexo,
especialmente si la gente ya está cansada, por lo general tienden a hacer caer dormido rápidamente. Si este
es el caso, le sugiero que utilice los métodos de proyección rápido o instantáneo a aprovechar las
situación ante la necesidad de dormir se convierte en demasiado urgente.

En algunos casos, sin embargo, el sexo da energía a la gente y tienen problemas para dormir durante algún tiempo
después. En este caso, el sexo puede ser perjudicial para la proyección temporal. Po

Por otro lado, se trata de un
muy buena manera de superar temporalmente cansancio por lo que un intento de p
royección se puede hacer antes de la
inicio del sueño. Al proyectar después del sexo, sin embargo, recuerde que debe mant
ener la proyección muy corto, como
el cuerpo físico tiende a caer en el estado de sueño profundo mucho más rápido de lo nor
mal.

121

----- Page 123-----

Visión Astral defectuosos

visión astral defectuoso puede causar problemas durante o inmediatamente desp
ués de la salida. Yo diría que
el diez por ciento de todos los nuevos proyectores se encontrará con algún tipo de
problema de visión durante los primeros
pocas salidas. Los problemas de la vista más comunes son visión borrosa, un ojo que
no trabajan; tener que
entrecerrar los ojos y la tensión de foco; visión de túnel, ceguera parcial y ceguera
total.

La causa de todos los problemas de la visión OBE es una falta de energía que fl
uye en el doble de la proyectada
el cuerpo físico / etérico. El proyectado matrimonio es pura energía, generados y man
tenidos para la
proyección de todo el cuerpo físico / etérico. La energía que fluye en él se da la vida y
en gran medida

afecta a su funcionalidad y capacidades. El método más eficaz que he encontrado par
a superar la visión
problemas es llamar la energía directamente del cuerpo físico / etérico durante la pr
oyección. Esto es

muy sencillo de hacer y muy eficaz. Utilice su conciencia y se siente el dibujo
de energía a partir de
su cuerpo físico / etérico. Si puede, utilice su imaginación para ver un flujo de ene
rgía espumosos

cursando en ti. Usted no tiene pulmones y no tiene que respirar mientras está fue
ra del cuerpo, pero se puede

utilizar el rememberedfeeling de respiración que ayudan a realizar este proceso.
Volver a crear la sensación de la respiración

IN y de dibujo en la energía, sensación de ti mismo están chupando la energía de su físic
o y el cuerpo etérico

sensación de energía que fluye en su proyectado matrimonio. Esto creará una fuerte dem
anda energética en

su proyectado matrimonio que causa un flujo de energía de su físico / cuerpo etérico
a cumplirla.

Una vez que usted consiga la caída de la acción de energía de dibujo, puede obten
er la energía extra en su

proyectada doble cada vez que tenga necesidad de ello. Tenga en cuenta aquí que l
a energía más la proyectada

doble tiene que operar con el más fuerte y más viva será su experiencia, y más fuerte y

más viva será su memoria.

He aquí algunas ideas un poco más y las soluciones que han ayudado a otros proy
ectores con la visión relacionada con

los problemas. Todos estos se realizan al mismo tiempo fuera del cuerpo.

Pida a su vista, hablar en voz alta si es posible, ya menudo lo tendrás.

Usa tu capacidad creativa para imaginar la luz andfeel a tu alrededor.

Crear una antorcha encendida o una lámpara y utilizarla.

Utilice el método de viaje instantáneo y desplazamiento a un destino bien ilumi

nado.

La sala se encuentra en realidad puede ser oscuro, así que pasar a una habitación bien iluminada.

Deja una lámpara o luz de noche mientras se esté proyectando.

Deje una lámpara encendida en la otra habitación y el cambio en él después de la salida.

Proyecto durante el día.

La desorientación y la desalineación Sutil-Cuerpo

Debilidad y desorientación a veces es después de un OBE, especialmente si se ha demasiado largo o se ha terminado abruptamente. Esto puede ocurrir incluso si la salida de la conciencia se ha perdido y el proyector se ha dado cuenta algún tiempo después de la salida. Esta enfermedad que popularmente se cree que ser causado por algún tipo de desalineación sutiles del cuerpo, donde el matrimonio no ha proyectado correctamente reajustado a sí mismo en su contraparte física durante la reentrada y la reintegración.

Mucha gente hoy cree que el proyectado matrimonio es una copia perfecta o la plantilla de la física cuerpo, que contiene una copia sutil de todos los órganos internos. El "cuerpo dentro de un cuerpo dentro de un cuerpo" teoría es popularmente utilizado para ilustrar la forma en los cuerpos sutiles se pueden separar del cuerpo físico y mantenga conciencia exterior a ella durante una OBE. En esta ilustración se ve bien en papel y se efectivamente muestran parte de lo que sucede, pero no es una teoría viable cuando se aplica a algunos de los aspectos energéticos más complejos de la proyección. desalineamiento sutiles del cuerpo no es, creo, una explicación razonable y lógica para la debilidad o desorientación después de una proyección.

Según tengo entendido, el proyectables doble generados internamente por el etérico cuerpo, entonces se saca como un punto de energía de la conciencia que contiene en su interior una copia reflejada del conciencia. El cuerpo de la proyectables doble, cuando se observa, se crea y se forma por su propia sensación de cuerpo entero la auto-conciencia, pero sólo cuando él o partes de él son deliberadamente observado. Cuando vuelve a entrar en el proyectado matrimonio, se reintegra con su original físico / etérico sí, la descarga de su recuerdos sombra en el proceso. La sustancia energética de la que el proyectado matrimonio era

122

----- Page 124-----

compuesta entonces efectivamente se disuelve de nuevo en lo físico / cuerpo etérico. Se convierte de nuevo en la materia prima la energía de la que se hizo. Esta energía prima es inmediatamente reabsorbidos de nuevo en la vitalidad áreas de almacenamiento del cuerpo etérico.

Se cree que el cuerpo astral es simplemente atrapados dentro del cuerpo físico durante la vigilia Estado, y que se libera al ejercicio de una existencia astral fuera del cuerpo cuando su cuerpo físico duerme. Algunos incluso afirman que el cuerpo astral es capaz de llegar a ser de

salineados con su
contraparte física, mientras que en el estado de vigilia completa. La motivación de
la desalineación del cuerpo astral
son muchos, pero por lo general implican reingreso inadecuado o demasiado brusco
. Algunos psíquicos y curanderos en realidad
culpar a un paciente para tener experiencias fuera del cuerpo en una fase demasi
ado temprana del desarrollo, aunque esto puede ser
espontánea y totalmente fuera del control del paciente.

Creo que esta línea de razonamiento ha generado una excusa manta - alineación as
tral del cuerpo - que
se utiliza cada vez que un psíquico o curandero no puede llegar a lo que realmente
está mal con su paciente. Un
explicación general más razonable sería conflictos bioenergético implican el etérico / fís
a
interfaz. Mi razonamiento es que cualquier problema sutil del cuerpo pueden afec
tar al cuerpo físico
lógicamente tiene que surgir del cuerpo etérico. Este es el más cercano al cuerpo suti
l del cuerpo físico,
energéticamente hablando, y por lo tanto tiene el mayor efecto en él.

123

----- Page 125-----

22. La superación de la Mente-Split

Toda una vida de experiencia en la proyección, la exploración y la investigación m
e lleva a creer que la mente-split
efectos son el mayor factor que contribuye a OBE error de memoria. Este problema
se complica por
muchos factores sutiles, muchas de las cuales se pueden superar con bastante fac
ilidad con un poco de comprensión y
preparación, además de un par de trucos.

Que yo llamo recuerdos adquirida durante cualquier tipo de fuera de la memor
ia del cuerpo sombra experiencia. Existen
durante algún tiempo después de la reintegración, en forma enérgica, a la espera de ser
activado a través mentales
asociaciones en las memorias de vida. Mientras que en el estado en las sombras,
los recuerdos son muy delicados y
se pierden fácilmente, comportándose como recuerdos sueño hacer.

Si los recuerdos sombra no se descargan en los niveles de acceso de la concie
ncia durante el
la reintegración de las proyecciones de matrimonio con su contraparte física, dejan
de existir, es como si los
experiencias que les ha causado nunca sucedió. Recordando un OBE es la parte más ine
stable de cualquier
proyección de éxito.

Reiterar: Cuando la mente-división se produce, una copia completa de la concie
ncia y se mantiene la memoria
residentes en el interior del cuerpo físico / etérico en todo momento. Esta, la copi
a maestra original, es completamente capaz
de pensamiento independiente si tiene la energía y la formación a sí misma mantenga de
spierto. Pero normalmente
se convierte en semi-inconsciente y se queda dormido poco después de la división se
produce la mente.

La copia de la conciencia que se reflejó en el proyectado matrimonio es totalm
ente
independiente. Es con energía generada, proyectado y mantenido, exterior de la físic
a /
cuerpo etérico. Una vez que la mente-división se produce, graba sus experiencias por
separado.

Pero a pesar de lo real-el doble de tiempo ha proyectado con éxito y está despierto y consciente, el cuerpo físico se queda tirado, también plenamente consciente, pero por lo general desconocen su proyección exitosa fuera del cuerpo. El proyectador sólo se encuentra allí, decepcionado y pesados con el trance, a menudo parcialmente paralizado y reflexionar otro intento de proyección, aparentemente no, tal vez incluso pasando con intentos de proyección que muy pronto dan paso a dormir.

El tiempo pasó meditando un intento de proyección al parecer no es suficiente para formar un sólido memoria en el cerebro físico para ese período de tiempo. Esta memoria se convierte a sí en el más fuerte residente memoria para ese período de tiempo. Durante la reintegración, los recuerdos de sombra para el mismo período se tienen dificultades para sobrescribir estos. Los recuerdos residente puede ser muy corto, sin brillo, y aburrido, quizá sólo un par de minutos vale la pena, pero fácilmente reemplazar horas de sombra emocionante recuerdos. La memoria física / cuerpo etérico tienen una mucho más fuerte y más inmediata conexión con el cerebro físico. Sus recuerdos se graban automáticamente a medida que ocurren y por lo tanto hacer más de una impresión sobre ella.

Cuando la mente se convierte en sueño activo, que tiende a debilitar la integridad y la coherencia de la proyectada doble. El cuerpo etérico, a continuación, tiene que apoyar con energía otra copia funcionamiento de conciencia, la mente de su cuerpo físico es el sueño. Esto provoca un debilitamiento general de todas exteriores copias de la conciencia y todas las memorias de sombra con energía registrada. Esto puede tener un efecto pronunciado en la sombra de los recuerdos en tiempo real y astral dobles, que parecen ser último en la lista durante la reintegración. recuerdos sueño puede ser muy fuerte e inmediata, y a menudo se mezcla con sobrescribir o en tiempo real y los recuerdos astrales. Debido a esto, los recuerdos de sombra para mayoría de las personas suelen ser recordado sólo como bits desconectado y piezas que flotan en un mar de fragmentos no relacionados sueño.

Plenamente consciente de la proyección fuera del cuerpo requiere que el físico del cuerpo etérico de estar en una luz a estado de sueño normal, o en el equivalente de trance. reinsertión y la reintegración exitosa requiere que el cuerpo físico / etérico, al menos en parte, despertar, o el proyectado matrimonio se convierte en eficaz cerró la puerta de su cuerpo físico hasta que se despierta de su cuerpo físico, que puede tomar toda la noche.

Durante varias horas, o que una proyección doble puede ser bloqueado fuera de su cuerpo físico durante el sueño una noche normal, también con el tiempo se quedará dormido, como sus aspectos de mayor dimensión son proyecta o se activan. Estos aspectos superiores operan a niveles mucho más altos de la conciencia que la mente física o de su tiempo real-doble hace, y estos aspectos superior sólo puede ser vagamente conscientes de que incluso tienen un cuerpo físico al que volver. La idea de volver al cuerpo físico en un intento de salvar los recuerdos de alto nivel de sombra puede ser una prioridad

ad muy baja a estos mayores aspectos.

----- Page 126-----

Como dije en el comienzo de este libro, creo que la clave que permita una explotación fiable, planificado, y las proyecciones repetibles fuera del cuerpo se encuentra en la relación entre la OBE y la memoria física almacenamiento a nivel de base de la conciencia.

Mi investigación apunta al factor clave de éxito para la descarga de memoria de la sombra de ser un pequeño y previamente elemento no reconocido del estado de trance, algo que ocurre de forma natural en los nebulosos unos momentos entre los estados de sueño y vigilia. Este elemento es un simple parpadeo de conciencia. Este parpadeo que ocurre cuando el proyector está casi a despertar la conciencia parpadea brevemente entre el sueño y la vigilia estados antes de despertar por completo.

Este parpadeo puede permitir que los recuerdos sombra para descargar con éxito en los niveles de acceso de memoria durante la reintegración. Mientras que la conciencia es vacilante entre estos dos estados, el bóvedas cerebro físico de la memoria de almacenamiento se encuentran abiertos, esperando, pero no la grabación. Esto proporciona una pequeña ventana a través del cual el cerebro físico puede recibir una descarga de sombras de la memoria por completo. Miss esta ventana y - lo más probable es - no hay sombra en todos los recuerdos se pueden descargar en acceso los niveles del cerebro físico. El proyector, tiene que confiar en algo que desencadena la sombra recuerdos antes de que desaparezcan por completo.

Algunas personas parecen tener una clave naturales innatas de la memoria OBE y descarga puede un más alto de lo porcentaje medio de los recuerdos de su sombra con muy pocos problemas. Estos afortunados, Sin embargo, son pocos y distantes entre sí y no nos pueden decir cómo lo hacen. Tampoco pueden decirnos por qué otros fracasan cuando se copia con diligencia lo que parece ser el mismo proceso

Un estado de trance bien controlada y estable no es la clave. La naturaleza de almacenaje de la memoria física en el cerebro humano es registrar sólo un conjunto de recuerdos para cualquier período de tiempo único. Una mente activa, incluso durante un estado de trance controlado, se bloqueará la descarga de la memoria de la sombra proyectada doble durante la reintegración.

Tentadoras pistas para resolver el problema de memoria descarga OBE se pueden encontrar cuando se consideró que el reingreso intencional en el cuerpo físico puede ser extremadamente difícil, si no, francamente imposible, una vez que el físico y la mente etérico cae en el estado de sueño profundo, o entra en el trance equivalente de la misma: el profundo estado de trance.

La llave para abrir y utilizar mal una breve ventana abierta a descargar la memoria está en saber exactamente cuánto tiempo pasará antes de despertar la conciencia de un proyector se

pone a parpadear. Reentrada y reintegración debe ser programada para que coincida con el momento vacilante brumoso. Sombra de la pérdida de memoria se puede minimizar mediante la creación de este estado vacilante deliberadamente, haciendo conciencia a parpadear a intervalos regulares durante el transcurso de una proyección. Esto proporciona un breve a través del cual descargar el potencial memoria de la sombra puede ocurrir.

Es muy difícil para la persona promedio para volver a crear este estado vacilante sin perder el control y para conciliar el sueño. calendario sincronizado es la mejor manera de superar esta dificultad, tanto de hecho dentro y fuera del cuerpo físico. La contraparte proyectado matrimonio y su físico / etérico deben trabajar juntos. Un intento a continuación, se puede hacer para coordinar re inserción y reintegración en ocasiones cuando esta ventana se sabe que es abierto, con la mente artificialmente causado a parpadear en preestablecido veces. El fondo aquí es que la clave para una OBE exitosa y confiable para usted para desarrollar la capacidad de trabajar con su proyectado matrimonio durante las proyecciones previstas, en lugar de dejando a la sombra de memoria para recordar los vientos caprichosos de azar.

Trabajar cerca de la Mente-Split

Usted puede hacer varias cosas para evitar la mente-split y reducir al mínimo memoria de la sombra OBE pérdida. Todos los trucos a un lado por el momento, la mejora y el ejercicio de la capacidad de recordar los sueños y OBE recuerdos es un paso importante en este proceso de aprendizaje. El cerebro físico es capaz de recordar significativamente más recuerdos sombra si tiene un poco de práctica en hacer esto. Cuanto más a menudo sombra recuerdos se recuerdan, más fácil recordarlas a ser.

Sombra frases de memoria de disparo

Recordando recuerdos sueño entrena la mente para recuperar recuerdos sombra. Hacer esto es muy fácil y sólo toma un mínimo de tiempo y esfuerzo. Cada mañana, tan pronto como usted se despierta, mayor disfrute de sus primer par de minutos tirando de recuerdos de la noche anterior sombra. Siéntese en el lado de su cama con los pies en el suelo, o sentarse en el baño, y llegar para el recuerdo y la sombra

125

----- Page 127-----

tire de nuevo. Poned la mira en el modo de búsqueda, como si se tratara de algún hecho pequeños que han temporalmente olvidado. Sigue buscando y tratando de tirar de ellos hacia atrás, incluso si su mente se siente un total en blanco. Los recuerdos están ahí, sólo tienen que ser activado y excavado. Utilice las frases gatillo A continuación, una y otra vez.

Sentí estas vibraciones impresionante y entonces ...?
Me sonó fuera de mi cuerpo y entonces ...?

Yo flotaba por la habitación y entonces ...?
Me pasa a través de la pared y entonces ...?
Miré mis manos y que ...?
Yo estaba a punto de ...?
Yo estaba dentro de ...?
Yo estaba hablando con ...?
Había un montón de ...?
Yo estaba volando sobre ...?
Yo estaba con ...?
Yo vi a. ...?

Puede realizar hasta muchas frases más a ti mismo. Estos deben estar relacionados con algo que se probabilidad de estar haciendo durante el sueño o proyección. Después de la proyección prevista, utilizar frases de disparo relacionados con los objetivos de la misión principal. Usted puede pensar que no la a misión de OBE, pero hay una buena posibilidad de que tuvo éxito y acaba de perder la memoria durante la reintegración.

Presione el gatillo con frases de su mente. Extender la mano y sentir de los fragmentos de memoria de la sombra en la memoria a medida que los dices a ti mismo. Con cada frase gatillo, imagínate a ti mismo haciendo lo que sugiere el gatillo. Adoptar la actitud de haber olvidado algo que conocemos bien y son exploración y la búsqueda de su memoria para. Confiadamente esperar que el pop en su mente en cualquier momento.

Trate de imaginar lo que sería como para salir de su cuerpo al mismo tiempo de spierto. Imagine la vibraciones, el latido del corazón rápido, la sensación de caída, a continuación, flotando hacia arriba y afuera como zumbido de su cuerpo. Ponga un poco de esfuerzo en esto, y volver a crear en su mente como si hubiera ocurrido realmente, porque lo más probable es que lo hizo. Decir las frases de disparo en voz alta si se quiere, ya que esto puede ayudar con el Recordamos proceso.

Una vez que usted puede unirse a un solo fragmento de la memoria de la sombra, usted tiene la clave para encontrar y Desbloqueo de muchos más. Este fragmento puede ser de una proyección, un sueño lúcido, o un sueño. Todos son valor, y cualquier tipo de recuerdo sombra de la memoria hace de buenas prácticas. Concéntrese en estos fragmentos. Con un poco de esfuerzo, su mente empieza a encontrar más y más recuerdos sombra asociados con ellos. Pronto, los recuerdos se iniciará inundaciones de nuevo en su mente. Puede ser que sean confuso e inconexo, pero ahora son recuerdos reales. Usted puede clasificar y tratar con ellos más tarde. Algunos recuerdos sombra siempre son accesibles! Usted sólo tiene que accionar, bloqueo en ellos, y los arrastra hacia atrás, a veces, pataleando y gritando. Si la práctica diaria, la memoria de la sombra se vuelven progresivamente más fuerte y sus recuerdos se vuelven más fáciles de recordar.

Después del intento de recuperar inicial, para las próximas horas mantendrá una pequeña parte de tu mente busca en segundo plano mientras usted realiza sus negocios. eventos de la vida real, palabras y pensamientos a menudo proporcionar a las asociaciones mentales que hará que los recuerdos sombra a la su

perficie. Cuando una memoria de la sombra fragmento se activa, anótelo, a continuación, pasar un rato pensando y su fortalecimiento, tratando de ampliar y encontrar otros recuerdos relacionados con él de sombra. Man tenga un cuaderno pequeño y bolígrafo a mano. Si no escribirlas o prestar atención a ellas de inmediato, los recuerdos sombra por lo general desaparecen de nuevo con bastante rapidez.

Persevera, ten paciencia, y trabajar en este largo plazo de unos pocos minutos cada día. Esto es especialmente útil si usted parece estar continuamente falta la salida, con sensaciones de proyección sólo desapareciendo en el último momento.

Grabación Palabras clave

Es importante registrar las palabras clave y frases, tan pronto como sea posible después de localizar la sombra fragmentos de la memoria. Recordó la sombra de los recuerdos puede sentirse vivo y sustancial y usted piensa que puede,

126

----- Page 128-----

"Wow, yo nunca voy a olvidar esto!" pero lo más probable es que, unos momentos después. recuerdos sombra son transitoria por la naturaleza y se pierde con suma facilidad.

Inmediatamente recuerdos sombra registro tan pronto como la superficie. No es necesario escribir un completo de la cuenta, ya que esto puede tomar mucho tiempo y hacer que se olvide más de grabar. La primera Lo que debe hacer cuando busque recuerdos sombra es a vocalizar la experiencia inmediata, mental o en voz alta. Esto ayudará a mantenerlos el tiempo suficiente para que usted pueda escribir. Sigue hablando hasta que obtener las palabras clave hacia abajo. Sólo apuntar unas cuantas palabras y frases para cubrir los recuerdos. Una vez esto se hace para relajarse y carne a cabo más tarde, con estos fragmentos para activar más asociados recuerdos.

Cuanto más a menudo trabaja en recordar y registrar recuerdos sombra, el mejor que usted conseguirá en que. Con el tiempo se convierte en segunda naturaleza. Te aconsejo que lo convierten en un hábito diario de toda la vida. He estado haciendo mal desde hace más de veinticinco años. Cuando me despierto cada mañana Ahora puedo leer por encima la mayoría de las EFC, sueños y visiones que he tenido durante la noche, y elegir cualquier importante y muy interesantes para la grabación.

Aparte del valor camino espiritual incalculable vida he recogido mediante el control de mi tiempo de sueño, yo sueño con frecuencia soluciones innovadoras a los problemas actuales de la vida real. He aprendido a dependen de este para la orientación e inspiración. También de vez en cuando sueño sagas duración de la película. Aparte de ser muy entretenido y divertido (mejor que las películas), he grabado algunas de las más muy interesantes y un plan para escribir novelas basadas en ellos un día.

Reingreso palabras y frases del disparador

Es una gran ayuda si la proyectada doble tiene la memoria de su experiencia fuera del cuerpo con fuerza en cuenta durante la reentrada. Para ayudar con esto, utilice una frase gatillo o una palabra clave que representa el proyección de la experiencia. Escoja un par de los acontecimientos más memorables e interesantes de la proyección y forman una frase corta para encapsular la experiencia. Mantenga esta frase gatillo firmemente en la mente y nota que durante el reingreso en el cuerpo físico.

Por ejemplo, durante una proyección de corto que viste tus manos fusión antes de pasar a través de un pared, vio su estructura interior, a continuación, voló sobre su casa bajo la lluvia y volvió a su techo y volvió a entrar en su cuerpo físico. Esto puede ser representado por la pared de palabras clave, la lluvia, mosquitero de ING, el techo, o más fácil de recordar frases como tema disparador manos de fusión, volando en la lluvia, a través de la pared, o sobre el techo. La celebración de una frase disparador único con fuerza en la mente y literalmente gritando este durante la reentrada facilitará en gran medida la descarga de los recuerdos de sombra en los niveles de acceso de la memoria.

Posición y Confort

La posición y el confort del cuerpo físico durante una proyección afecta directamente a la facilidad de para mantenerse despierto y consciente, y de dormir sólo ligeramente si el sueño llega. Sentado en un sillón o siendo apoyada en una cama con varias almohadas, se encuentra, no fomenta el sueño profundo, o por lo menos retrasar su aparición. Siendo muy poco incómodo ayuda a mantener la mente más alerta durante los intentos de proyección. Esto también ayuda a alargar la en-entre el sueño y el estado de vigilia, la creación de un parpadeo semiwaking estado de poco más de lo normal, lo cual es invaluable para principios, ultracortos, proyecciones conscientes de salida.

Trance familiaridad Estado

Es importante desarrollar la capacidad de mantener un nivel confortable de trance y poder función dentro de ella. Esto debe hacerse sin caer dormido demasiado a menudo o muy profundamente, y sin caer en un nivel muy profundo de trance. Cuanto más tiempo pueda mantener su estado físico y la mente despierta en etérico el estado de trance después de una proyección de éxito (que puede parecer un fracaso a la hora) ya la su proyectado matrimonio puede permanecer fuera de su cuerpo. Esto también hace que el proyectado matrimonio más fuerte durante este tiempo, para hacer más fuerte y más experiencias vívidas y recuerdos sombra. Esto por sí solo aumenta las posibilidades de éxito para la descarga de memoria de la sombra en la reintegración.

Si usted tiende a quedarse dormido rápidamente después de un intento de proyección (que puede ser bastante largo y agotar durante los primeros intentos) lo normal es que caiga en un sueño profundo

con bastante rapidez. Su posibilidades de recordar una proyección son entonces muy reducida. Si usted puede mantener semiawake, vacilante por sólo unos minutos más, puede utilizar esta vez con buenos resultados. Si al salir

127

----- Page 129-----

del cuerpo, te disciplinas para regresar y volver a entrar a su cuerpo físico con bastante rapidez, a sabiendas de más o menos cuánto tiempo. son capaces de mantener semiawake ti mismo, y tanto usted como su proyectado matrimonio trabajar junto con esto, usted tendrá más posibilidades de una reinserción exitosa y una memoria de la sombra completa de descarga de esa experiencia. Incluso una breve proyección consciente de salida duradera de diez segundos es un extremadamente valioso logro. Proporciona experiencia de primera mano y hace la proyección de verdad! La longitud de las proyecciones posteriores puede ser aumentada gradualmente, pero el éxito de la primera, deliberada, proyección consciente-salida y reentrada es el más importante de todos. Este es el que le da algo real para construir.

Astral Ejercicio vista

Experimentar con la vista astral es muy interesante y valioso. Aparte de su desarrollo valor, que le ayuda a mantenerse despierto y consciente en lo físico / cuerpo etérico o durante un largo período de tiempo después de la salida. Un cierto grado de tiempo real o la visión astral (ver a través de los párpados cerrados) por lo general manifiesta justo antes o durante una salida de la proyección exitosa. Si persevera el cuerpo físico / etérico después de un intento de proyección, aunque parece haber fracasado, sino que también a menudo se gana esta habilidad.

El punto resultante de vista se puede mover para observar toda la sala sin que corresponde el movimiento físico. Esto no sólo es un ejercicio fascinante del cuerpo etérico, pero permite también el uso de otra técnica sombra de recuperación de la memoria: el uso de comentarios astral para descargar recuerdos sombra directamente en el cerebro físico. La concentración en la observación de la sala de tu alrededor a través de los párpados cerrados y en la mejora de su control sobre esta habilidad le ayuda a mantenerse ocupados y lo suficientemente despierto para ayudar a la reinserción.

El uso de tiempo real o la visión astral mejora constante con la práctica. Incluso si usted no puede ver mucho de la habitación a su alrededor a través de sus párpados cerrados, por lo general se ve algo. Esto puede variar a partir de imágenes hipnagógicas al complejo visiones astrales. Usted puede ver nada más que débiles rocía de la luz. Lo que usted ve, observar y jugar con el enfoque de sus ojos detrás de la cerrada párpados, tratando de llevar todo lo que vea con más claridad. Esto le ayudará a activar y mejorar la visión astral, o por lo menos que ocupan hasta que su proyectada retornos de dos p

ara la reintegración.

Nunca abra los ojos de su cuerpo físico o mover los párpados para comprobar si sus ojos están abiertos o cerrado. Relajarse y confiar en que están cerrados. Si están abiertos los globos oculares rápidamente se seca y se le obligó a parpadear cada pocos segundos. Si usted no sienta la necesidad de abrir y cerrar, la confianza de que están cerrado y que está viendo con tiempo real o la visión astral.

Consciente de Reingreso

He notado en los últimos años que la reintegración exitosa con una descarga de memoria llena de obras mucho mejor si el reingreso en el cuerpo físico se hace consciente y deliberadamente por la proyectada doble. Esto debe hacerse antes de que el cuerpo físico no cae en estado de sueño profundo.

Durante una proyectores más OBE tan absorto con su nuevo estado de ser, y con explorar el potencial de su nuevo entorno, que se olvidan todo acerca de su espera física cuerpo. Nunca piensa en volver a entrar en su cuerpo físico hasta que se tambaleó hacia atrás en cuando finalmente se despierta, por lo general varias horas más tarde y sin recuerdos somnolientos. Ellos asumen que que nunca olvidarán la experiencia poderosa y memorable que están teniendo. Suponiendo que una OBE será recordado - olvidar la mente dividida y la naturaleza voluble de reintegración - es un seguro de manera de perder la memoria de una experiencia del todo.

Ultracorta de proyección

Un factor constante en la mayoría de los casos de éxito OBE que he recibido de gente que he entrenador es que estos proyectores han escuchado un consejo simple pero extremadamente importante que he inculcado en ellos. Ellos mantuvieron su ultrashort primeras proyecciones. Se hizo una reentrada intencional en sus cuerpos físicos poco después de su salida. No puedo enfatizar lo suficiente la importancia y efectividad de este. proyectores principiante simplemente tiene que volver a sus cuerpos antes de su físico / mente etérico pierde el rastro de las cosas y cae en un profundo sueño.

Esta es la única cosa que superar la falta del principiante de la habilidad, disciplina y experiencia. Esa primera salida exitosa plenamente consciente y una reentrada con plena conciencia, incluso de un diez ultra-segunda proyección, es de suma importancia para todos los principiantes. Hace OBE alcanzables y experiencialmente real para ellos. Se combustible entusiasmo de las proyecciones futuras. Este conocimiento de primera mano y

experiencia afecta de manera significativa su sistema de creencias personales, lo que hace un montón de cosas posibles, potenciar todos los aspectos de la formación y el desarrollo futuros.

Se necesita una gran cantidad de energía mental para mantener la mente de la p

proyectada doble centrado durante una OBE.

La mayoría de los proyectores sólo tienen unos pocos minutos, en caso de que, antes de perder el foco y el control sobre sus experiencias y se pierda la oportunidad privilegiada para la descarga de recuerdos sombra. Cada minuto que pasa durante un OBE hace más difícil para la proyectada doble para el enfoque y la función de coherencia.

Disciplinarse para regresar a su cuerpo muy pronto después de alcanzar la salida consciente. Para una proyección por primera vez sobre todo, salir, pasar veinte pies (seis metros) de distancia de su cuerpo, y conseguir sus piernas mar; respirar lo que es estar fuera del cuerpo, echar un vistazo rápido a sus manos y verlos fundirse, para luego sumergirse hacia atrás en su cuerpo - gritar su frase de activación como lo hace! A continuación, ir directamente y escribir lo que pasó. Bloquear los recuerdos preciosos en la sombra su cerebro!

Una proyección con éxito recordado diez segundos vale más que mil noches enteras olvidado!

Lo más importante para todos los principiantes luchar es la experiencia que la primera salida con plena conciencia, a sentir lo que es estar fuera del cuerpo, luego de experimentar una reentrada plenamente consciente. Nada más que importa! No intente hacer nada más las primeras veces fuera del cuerpo!

Por favor, confía en mí en este momento y mantener sus proyecciones a principios muy, muy corto. Poco a poco puede aumentar el tiempo de OBE como usted consigue mejor en la toma consciente de reingresos y la descarga de sombra recuerdos.

Contando Koalas

Contando los koalas (o cualquier otro animal o elemento de elección), "Un koala, dos koalas, tres koalas, cuatro "koalas, etc, puede ser de gran ayuda durante las primeras proyecciones de corto plazo. La física y la mente debe etérico empezará a contar tan pronto como lo experimenta síntomas relacionados con la proyección, al igual que las vibraciones y rápido latido del corazón, y sospecha que puede ser una proyección de progreso. El proyectado matrimonio debe planear que hacer exactamente lo mismo. Se debe planificar para volver a introducir su cuerpo físico a una cuenta predeterminada, por ejemplo en una contar con veinte y los koalas - ya no con las proyecciones iniciales.

El físico del cuerpo etérico y su proyectado matrimonio deben trabajar juntos para que este método trabajo. Todas las proyecciones doble tiene que hacer es flotar o sumergirse de nuevo en su cuerpo físico en el acuerdo sobre contar. El resto de la reentrada es un acto reflejo. El doble proyectado firmemente deberán mantener sus OBE éxito en la mente y gritar una frase gatillo, ya que hace su movimiento para la reentrada.

Sugiero que la física y la mente etérico podrán relajarse andflicker, que permita comenzar a caer hacia el sueño cuando llega a la cuenta de veinte años, listo para la reintegración. Esto evitará que el mente física / etérico concentrado y despierto durante el tiempo que sea necesario, y crear un fuerte relación entre la memoria física y OBE. Ambos aspectos del proyector se cuenta en sincronización y ambos se intenta o se espera el reingreso y la reintegración a la m

isma hora.

Ambos deben trabajar juntos en esto. La mente físico / etérico se espera que su proyectada doble para regresar poco después de la cuenta de veinte koala, por lo que se puede observar por el torso pico de energía y ligera sensación de caída que la señal de la reentrada de su proyectad o matrimonio. En el siglo XXI cuenta, la mente física / etérico debe dejar de contar y relajarse, la celebración de su mente clara con la respiración la conciencia, al mismo tiempo a sí mismo a la deriva hacia el estado de sueño. Esto crea el parpadeo de la conciencia necesaria para una reintegración exitosa y descargar memoria de la s ombra.

Este estado vacilante debe mantener el físico y la mente consciente etérico el t iempo suficiente para que se sintiera las sensaciones reingreso energía cuando se producen. Estas sensaciones se sacudid a de nuevo a pleno conciencia, esperemos que con una carga completa de recuerdos sombra. Una vez qu e mal se ha hecho con éxito, el recuento de koala puede ser aumentado constantemente hasta el límite de la capa cidad de la mente física / etérea para se mantenga despierto mientras cuenta.

Tenga en cuenta que las proyecciones doble de memoria puede, o no puede reem plazar por completo el recuerdos físico etérico, para ese período de tiempo durante la reintegración. Si la pro yección se realiza correctamente y esto parece haber ocurrido, puede que no haya memoria en todos los aspecto físico / etérico de este esfuerzo de proyección conjunta. Si la proyección es correcta, dar por sentado que e sta técnica funcionaba. Si la proyección no, trate de averiguar qué salió mal, y seguir intentando hasta que lo a mo. También es bien vale la pena utilizar las frases gatillo recuperación de la memoria y poniend o su mente en búsqueda de una al parecer, no intento, en un esfuerzo para tirar de recuerdos sombra de nuevo a un nivel consciente de la memoria.

129

----- Page 131-----

Ejecución de Comentarios y afirmaciones

Otro dispositivo útil que ayuda a recordar la sombra de la memoria es mantener un funcionamiento verbal comentarios durante la proyección. Habla todo el tiempo durante el OBE, describiend o cada pequeña cosa que se hecho, visto y experimentado. Este comentario ayuda a fortalecer los recuerdos y los pone a la sombra más fácil de recordar después de la reintegración.

También ayuda si, al final de la descripción de cada artículo, la acción, o una esce na, que reafirman periódicamente que pueda recordar todo. Firmemente decir, "voy a recordar todo esto!" como una afirmación para ayudar a de cemento que la memoria en el cerebro sutil energética de la proyectada doble.

De Planificación de Misiones

proyecciones del Plan y adquirir el hábito de apegarse a su plan. Tienen prima ria, secundaria y

objetivos terciaria misión, y centrarse en ellas durante la proyección. Hacer estos objetivos de la misión alcanzables dentro de un marco de tiempo realista para el tiempo de espera no es demasiado largo. Además de hacer proyecciones más productivos, esto también le da al proyectado matrimonio definitivo para centrarse en durante cada OBE, y le da el físico y la mente etérico una idea de lo que su proyecto matrimonio ha estado haciendo durante cada proyección. Esta última es una ayuda importante cuando se trata de recuperar la sombra recuerdos, lo que permite activar las frases más específicas que se aplicarán a la retirada de gatillo fácil frase proceso.

Trabajar con la mente-Split

Hay algunas maneras de usar la mente dividido a la ventaja, para ayudar a los recuerdos de cemento en la sombra el cerebro físico durante una proyección, sobre todo en la reintegración. Tres efectos energéticos son lo suficientemente fuerte para ser útil para este propósito: comentarios astral, aumento de la reentrada del torso energético, y el reentrada caída sensación.

Descargar Astral de votos

Para utilizar comentarios astral de una descarga de memoria, disciplinarse, una vez fuera del cuerpo, para intentar una conexión inmediata con su físico / contraparte etérica antes de que se aleja en el sueño.

Ambas partes deben trabajar juntos en esto, y estoy de acuerdo que el proyectado matrimonio se mantendrá o flotan en un lugar particular en la sala cerca del cuerpo físico, pero a no menos de siete pies de su físico cuerpo o que por lo general dejarse atrapar de nuevo en ella. Se debe tratar de telepáticamente y conectan visualmente con su contraparte física.

El aspecto físico / etérico también debe llegar y tratar de conectar con su proyectado matrimonio, utilizando en tiempo real o la visión astral, si estas habilidades están presentes, o de llegar con sus sentimientos si estas capacidades no están presentes. El lado físico / etérico debe confiar en que su proyectado matrimonio cooperará y estar en la zona de destino, y debe llegar con todos sus sentidos disponibles.

Su proyectada doble debe estar en el área de destino haciendo exactamente lo mismo, si todo va según lo previsto. La proyectada doble por ahí en algún lugar cercano. Con respecto, a todos sus recuerdos sombra vienen las inundaciones de nuevo en el cerebro físico.

Una conexión emocional, si se hace en primer lugar, puede causar una sensación incómoda de la presencia y la ansiedad en ambos lados. Mantenga la calma a ambos lados y la sensación que esto no aumentará. En caso de que sea demasiado fuerte, la proyectada doble deben abandonar el área inmediata, poniendo distancia entre él y su homólogo físico / etérico. Puede regresar e intentarlo de nuevo tan pronto como la presión comentarios astral subvenciones.

La mejor manera de desarrollar en tiempo real y de la vista astral es para usarlo tan regularmente como sea posible, de manera que

incluso si esta conexión no es todavía un ejercicio beneficioso. Tenga en cuenta que , una vez localizado, el proyectado doble puede parecer muy diferente de la del cuerpo físico. Por lo general, más joven y más delgada de su forma original, pero también puede parecer un poco fantasmal. Una vez que ambos lados de la mente-split se conectan, proyectados y los recuerdos físicos de transferencia en ambos sentidos. Si todo va bien, esto hace doble pero sólido recuerdos de ese período de tiempo único.

Una vez que la conexión se ha hecho, el proyectado matrimonio debe alejarse de su físico contraparte en unos pocos segundos o riesgo nauseabundo comentarios astral. Una conexión se activará dos mentes física y proyectada. Esta energía permitirá una proyección más larga de lo normal, mientras que

130

----- Page 132-----

todavía permite un buen control y los recuerdos fuertes sombras. Sin embargo, mantener el resto de la proyección bastante corto, menos de dos minutos, o arriesgarse a perder la memoria de la segunda parte de la experiencia por completo.

En caso de contacto pueden ser manejados sin efectos secundarios adversos, con comentarios astral se utiliza para recuerdos descarga sombra en el almacenamiento de memoria física, el proyectado matrimonio puede regresar regularmente durante el transcurso de una proyección - por ejemplo, cada par de minutos - y volver a conectar con su contraparte física. Esto permitirá que la duración de una proyección que se alarga considerablemente.

Regularmente volver a conectar de esta manera permite que la memoria del cerebro físico para ser coronado con el última serie de recuerdos sombra cada vez. Estos recuerdos se almacenan en el cerebro físico como memorias sólidas y fácilmente recuperables.

Tan pronto como el proyectado matrimonio comienza a experimentar fluctuaciones de la realidad, sugiero una inmediata reentrada. Esta es una señal de que la mente sueño es convertirse en activo y que el cuerpo físico / etérico es caer en un nivel más profundo del sueño. Si el proyectado matrimonio trata de la realidad del tiempo severo fluctuaciones, se corre el riesgo de perder la experiencia a partir de ese momento. También puede perder en hacer un reingreso consciente, que es una moda real en sentido inverso.

Torso Reingreso Energía Rush

Cuando el proyectado devuelve doble y vuelve a entrar en su contraparte física , que causa un aumento notable energía hacia arriba a través del cuerpo físico, especialmente fuerte en el estómago y pecho. Si lo físico / cuerpo etérico es aún parcialmente despierto durante la reentrada, la fiebre de la energía lo sacudida de regreso a la plena conciencia. Se trata de un movimiento al alza, en alza, hormigueo, sensación de energía muy similar al aumento de la energía del torso sentido durante la salida. Comienza y termina muy rápidamente, teniendo de uno a tres segundos dependiendo de la velocidad y la suavidad de la reentrada. Un horm

iguelo adrenalina-tipo de
pico de energía se mueve rápidamente hacia arriba por las piernas y parte inferior d
el cuerpo, luego se extiende rápidamente por
a través del estómago y el pecho antes de detenerse bruscamente.

Si se ha sentido sensaciones relacionadas con proyección anterior, las sensaci
ones de reingreso son una certeza que
el proyectado matrimonio ha vuelto y volvió a entrar en su cuerpo físico. Este es el
horario de máxima audiencia para llegar a
a cabo y recuperar recuerdos sombra. Llegar con un fuerte sentimiento de que aca
ba de olvidar

algo, y el uso de la sombra de memoria frases gatillo recordar. Si usted está acos
tado boca abajo en la cama, sentarse,
poner los dos pies en el suelo, y poner un poco de esfuerzo real en la que recue
rda la proyección. Los recuerdos son
allí, justo debajo de la superficie. Sólo tienes que acceder al interior de ellos y
el gatillo. Una vez que encuentre un
fragmento, un conjunto de recuerdos sombra inundará de nuevo en la memoria física.

Si el matrimonio proyectado vuelve a entrar en el cuerpo físico, deliberadamen
te, se puede hacer mucho para ayudar a
una sombra exitosa descarga de memoria. Al igual que con la salida, uno de los m
ayores problemas con la reentrada
es que el proyectado matrimonio se siente un enorme cosquilleo aumento energético.

Se estremece con la energía y se siente un
sensación vertiginosa caída de su elaboración rápidamente hacia el interior de su cuerpo
físico. Estas sensaciones fuertes
fácilmente puede romper su concentración. En cierto modo, es un momento los negros a
cabo, ya que da forma a estos
sensaciones en el momento crítico de la reentrada.

El proyectado matrimonio debe tener su conciencia de estar fuera del cuerpo
con mucha fuerza en la vanguardia
de su mente durante su reentrada. Cuando se inicia el proceso de reingreso delib
erada, no debe ceder a
la ola de sensaciones energéticas asociadas a la reentrada y la reintegración. Debe
seguir pensando
y concentrarse en ser consciente de lo que ha estado haciendo, que se proyecta f
uera de su cuerpo. I
Siempre sugerimos, por cada reingreso consciente, de que el proyecta celebrar un
a frase de doble gatillo firmemente en
mente y esta nota como se sumerge de nuevo en y se reúne con su cuerpo físico. Esto
mejora enormemente
las posibilidades de llevar recuerdos sombra de nuevo en los niveles de concienc
ia del cerebro físico.

La caída de reingreso Sensación

La gente a menudo se sienten notable caída de sensaciones que se están tratando
de conciliar el sueño. Esto puede
suceder varias veces antes de dormirse, y con frecuencia hacen que las personas
aliento y la captura de los lados
de su cama, como si fuera a pararse de caer. Esto le sucede a la mayoría de las pe
rsonas que pasan cualquier longitud
de tiempo rondando al borde del sueño, vacilante entre los estados de vigilia y el
sueño. Este
sensación es causada por una salida de proyección breve y reingreso.

Si gran pesadez y letargo se sintió inmediatamente después de la sensación de caída,
o si en tiempo real o
visión astral se hace evidente, a continuación, una proyección más probable es que se ha
producido y está en pleno desarrollo. Si
usted coge el lado de la cama y venir inmediatamente despierta, una reentrada co
mpleta tiene más probable es que

con experiencia. Con frecuencia no hay otros síntomas evidentes relacionadas con proyección asociado con este

131

----- Page 133-----

tipo de semisueño tipo de proyección. El proyectado matrimonio se sale muy fácilmente si las condiciones son derecha. Este es un tipo natural de salida de la proyección del sueño y la mente consciente no está involucrado, se brevemente dormido y fuera de la ecuación. No hay salida de sensaciones fuertes, por lo tanto generado por este tipo de salida de la proyección.

Si la sensación de caída se hace sentir, saber lo que ha causado y de inmediato el uso memoria de la sombra técnicas de recordar en un intento de recordar la OBE. Sostenga firmemente la intención en mente que si usted encuentra mismo fuera del cuerpo, aunque sólo sea brevemente, que inmediatamente se bucear de nuevo en su cuerpo, gritando una frase gatillo como usted lo hace. Esto sólo se podría producir un breve recuerdo de un OBE espontánea, pero es un manera fácil de obtener algún tipo de experiencia de proyección, y es definitivamente un buen comienzo si se nueva OBE.

Si usted es propenso a la sensación de caída, es posible que desee experimentar mediante la celebración de ti mismo despierto más de lo habitual, flotando y vacilante entre los estados de vigilia y el sueño. Un fácil manera de hacer esto es mantener los antebrazos hacia arriba, los codos apoyados sobre la cama. Sus manos se iniciará cayendo a la cama cada vez que se queda dormido, lo que te despertará cada vez. Esto extiende el tiempo pasado para conciliar el sueño y el número de veces que se quedará dormido. Esto aumenta las posibilidades de capturar el recuerdo de una breve experiencia fuera del cuerpo de algún tipo.

Retorno y Reingreso

Muchas personas se preocupan de perderse o de no poder volver a sus cuerpos físicos después de una proyección. De acuerdo con mi experiencia y todo lo que sé, el cordón de plata no se puede cortado, y el proyectado matrimonio no puede ser permanente en poder o bajo llave, fuera de su cuerpo físico mientras que el cuerpo físico aún vive. El proyectado matrimonio por lo general pueden regresar a su cuerpo físico en cualquier momento durante un OBE, simplemente por el sentimiento de su cuerpo y la habitación a su alrededor. Esta transporta el proyectada doble vuelta en o cerca de su cuerpo físico.

Sin embargo, hay una circunstancia notable que puede hacer la reentrada en el cuerpo físico difícil, si no temporalmente imposible. Si, cuando los rendimientos de dos proyecciones, el cuerpo físico ha entró en el estado de sueño profundo, el proyectado matrimonio puede verse bloqueada temporalmente fuera de su cuerpo, que puede causar ansiedad grave, ya que pueden creer que su cuerpo físico ha muerto durante su ausencia.

He experimentado yo mismo, y han aconsejado a muchas personas a las que esto ha sucedido. Este

es la única circunstancia, hasta donde yo sé, que pueden interferir con la reinserción automática proceso. Puede ser una experiencia aterradora. El cuerpo físico se siente fría y húmeda, y sin vida a el toque de su proyectado matrimonio.

En todos los casos en que ha sido este tipo de experiencias registradas, algún acontecimiento físico o el ruido - por ejemplo, un reloj despertador o el timbre del teléfono - ha hecho que el cuerpo físico para despertar poco después de la proyectada doble ha empezado a preocuparse. Este evento se despierta el cuerpo físico duerme profundamente, con lo que la reactivación del mecanismo de reentrada y permitiendo que la proyectada doble para reinsertarse con éxito.

Sombra de recuerdos de casos como el mal siempre contienen un fuerte contenido emocional (a menudo el terror) que inmediatamente las inundaciones en la mente física, ya que parpadea en la vigilia. Esto obliga a los retirada completa de una experiencia muy inquietante, de la mayoría de los proyectos tipo sería mucho más olvidar - que es bastante irónico, de verdad. Este tipo de experiencia por lo general deja el proyector emocionalmente inestable y perturbada, a menudo con el temor de larga duración o permanente de cualquier tipo de OBE.

El mejor consejo que puedo dar a cualquier persona que se encuentren temporalmente bloqueado fuera de su el cuerpo es confiar en que esto es bastante normal y no te hará daño. Ir a explorar o volver a la astrales planos y disfrutar el tiempo que han dejado fuera de su cuerpo. Es posible que no recuerde mucho más tarde, pero eso no importa, por lo que disfruta mientras puedas. Lo más importante aquí es que usted no se preocupe.

La muerte es un acontecimiento bastante extrema, por decir lo menos. Incluso si hubiera muerto pacíficamente en su sueño de un ataque al corazón o algo así, seguramente habría sido por lo menos momentáneamente, mientras que despierta teniendo la respiración jadeante pasado.

Si usted ha hecho, falleció durante una OBE, entonces no hay nada que usted o cualquier otra persona puede hacer al respecto. Sin embargo, mantener la calma le ayudará mucho si realmente tienes repentinamente fallecido. Esto le ahorrará una gran cantidad de tormento y angustia y hacer que tu paso más fácil para usted para hacer frente a con. Si miras a tu alrededor, pensando que podría haber muerto, y no ven las figuras religiosas o los ángeles, los amigos de espíritu, o parientes difuntos, y sin túnel de la luz ni nada del tema con un proyección normal en tiempo real, las posibilidades son extremadamente altos que su cuerpo físico es sólo en una profunda

sueño. Si este es el caso, se despierta poco peor por el desgaste, siempre y cuando no entre en pánico y empeorar las cosas por ti mismo lo que realmente son.

El método de reentrada parpadeo cinta fue diseñado con miras a la aplicación de la teoría de la mente dividida para superar los problemas de la mente dividida. Esto es particularmente útil si los primeros intentos de proyección son continuamente en su defecto, con proyectores para conciliar el sueño y que no tiene manera de saber si eran éxito o no. Le recomiendo que grabar una cinta sencilla para despertarte con suavidad. Esto funciona mucho mejor que cualquier otro tipo de alarma.

Toque ligeramente un lápiz sobre una mesa una vez por segundo durante cinco segundos y grabar el sonido. Este es el primer nivel de despertar el ruido. Esto debe ser seguido por un período de diez segundos de silencio. Siga esto con un poco más fuerte ruido golpeando segmento, una vez por segundo durante cinco segundos, y luego otros diez segundos de silencio. Esto debe ser seguido por un ruido haciendo sonar la luz, creada por tocar una pluma en un de vidrio o porcelana taza de una vez por segundo durante cinco segundos, y luego otros diez segundos de silencio.

Después de esto, aumentar progresivamente el nivel de ruido, variando su origen (de mesa, porcelana, vidrio, metal, etc) en segmentos de cinco segundos con lagunas diez segundos de silencio, hasta que esté golpeando una cuchara en un cacerola de metal bastante fuerte - lo suficientemente fuerte para despertar definitivamente. Un niño de xilófono o grabado canciones de aves - todo lo que quieras - se puede utilizar para crear una cinta de parpadeo más interesante. Una vez que haya hecho esta cinta, el volumen se puede ajustar a lo que es justo para usted.

Para encontrar el nivel perfecto de ruido que empieza a despertarse, que alguien más despertarte con ruidos de la grabación, como se muestra arriba. Consigue hacer un seguimiento de sus reacciones con cuidado, especialmente faciales expresiones y el movimiento en busca de signos de despertar, por las señales que está vacilante entre los estados de vigilia y el sueño. Esto les dará una idea de qué nivel de sonido se requiere para despertar usted. Grabación de este proceso dará resultados más exactos, ya que esta información se puede entonces aplicar para hacer la cinta parpadeo real.

Proyección de doble de la Parte

Una vez fuera del cuerpo, permanecer por lo menos veinte pies (seis metros) de distancia de su cuerpo físico, si posible, para detener a ti mismo de forma accidental se tambaleó pulg Si usted siente la presión de arrastrar de vuelta en ella, luchar contra él y se obligue a alejarse rápidamente. Por otra parte, tienen otro reloj en un cercano habitación que se sincroniza con tu el próximo en el cuerpo físico. Ver el reloj y volver para volver a entrar su cuerpo en el tiempo señalado.

Con cuidado, mantener un ojo en el tiempo y asegúrese de que usted regrese a su cuerpo en el tiempo suficiente para ver el reloj mientras se acerca la hora de alarma. Está preparado para un reingreso consciente del momento en que se apaga. Se consciente de que su contraparte física probablemente ha caído en un sueño ligero y mediano plazo, posiblemente en un sueño profundo. Un reingreso exitoso, deliberada y consciente es ahora totalmente de la proyectada

usted. Un reloj debe ser colocado en una posición tal que la proyectada doble fácilmente se puede ver al mismo tiempo de pie o flotando cerca de los pies de la cama o una silla que se utiliza, sin que usted tenga que acercarse demasiado a su cuerpo físico.

Cuando la alarma se apaga y comienza la primera serie de aprovechar los ruidos, debe estar esperando cerca, listo para el reingreso, con una frase gatillo reingreso se mantiene firmemente en su mente. Usted debe ser preparado y listo, esperando a sentir las primeras sensaciones que tiran la señal de su cuerpo físico empieza a parpadear despierto. Una vez que sientas este primer tirón, inmediatamente debe deslizarse nuevamente dentro de su cuerpo físico, gritando la frase gatillo exuberante! Esté preparado para tomar el control a medida que vuelva a introducir y fuerza de su cuerpo físico a despertar, recordar todo, a continuación, escriba su experiencia. Siempre tener un cuaderno y una pluma a su lado.

Cuerpo Físico de la Parte

Cuando tú, en tu cuerpo físico, en primer lugar escuchar el golpeteo de la cinta parpadeo y empiezan a despertar, debe tratar de no despertar de inmediato. Trate de ignorar el ruido y se permita a dormir y parpadeo. Trate de volver a dormir. Despertar a su cuerpo físico es su proyectado matrimonio de trabajo, no el suyo. La cinta parpadeo seguirá tocando a intervalos regulares, poco a poco cada vez más fuerte cada vez, con lagunas de diez segundos de silencio. Mantenga un ojo para el aumento del torso o sensación de caída, ya sea de

133

----- Page 135-----

que son signos de que el proyectado matrimonio es volver a entrar. Cuando usted se siente cualquiera de estas sensaciones, sabe que su proyectado matrimonio está en proceso de reintegración. Si se olvida de este momento y justo poco a poco ha de despertar sin recuerdos aparentes, poner su mente en la búsqueda y el uso OBE recordar frases para tirar de gatillo recuerdos sombra. Los recuerdos están ahí, sólo hay que llegar en y les disparo.

Las brechas de diez segundos de silencio entre cada segmento de vigilia pueden ser mayor si la vigilia cuerpo físico no tiene suficiente tiempo a parpadear de nuevo en un sueño ligero después de una serie de sesiones de tapping ha iniciado el proceso de despertar. Debe ser capaz de parpadear o volver a caer en un semisueño o muy claro el sueño de que esta técnica funcione correctamente. Con el tiempo, si usted practica esta técnica con regularidad, se ser programado para responder a los ruidos en la cinta de parpadeo oscila dentro y fuera de la estado de reposo. Esto maximizará sus probabilidades de éxito de una proyección planificada y reingreso con un sombra de descarga completa de la memoria.

Una última forma de utilizar la técnica por encima de parpadeo cinta es sin técnica de proyección se utiliza

en absoluto. Ajuste la alarma de cinta parpadeo de quince o veinte minutos después de calcular que se quedará dormido. Basta con poner la alarma y se permita conciliar el sueño con normalidad, teniendo en cuenta el momento en que se establece en apagará. Utilizando el método de centelleo cinta es entonces totalmente de su proyectado matrimonio. Es el único responsable de despertarte y obligando a una descarga de sombras de la memoria por completo de mirar el reloj y el uso de la frase gritó gatillo técnica de reentrada. Cuando la cinta se despierta de su cuerpo físico, se permita a parpadear durante un tiempo, pero si usted viene totalmente despierto y sin recuerdos de proyección, el uso las frases de recuerdo OBE para ayudar a recordar la sombra de la memoria.

134

----- Page 136-----

23. Sueño lúcido de copia de seguridad

Los ejercicios de entrenamiento que figuran en este libro, especialmente el trabajo de desarrollo energético, se aumentan su sueño, sueño lúcido, y la actividad espontánea OBE considerablemente. Es una vergüenza residuos de toda esta energía en los sueños sin control, por lo que sugerimos que utilice una técnica de sueño lúcido como objetivo de copia de seguridad y secundaria. Esto proporcionará experiencia fuera del cuerpo por medio de lucidez soñando y ayudará a mantener el interés de alta hasta que tenga éxito en tener una OBE.

Un sueño lúcido es un tipo efectivo de OBE, aunque la puerta dimensional viajó a través de lograr lo mejor es pensar en como interior. Y si bien no funciona para todo el mundo, un sueño lúcido a menudo se puede convertir en un byfeeling OBE en tiempo real para el cuerpo físico y volver a ella, o cerca de él. También es a veces posible proyecto de un sueño lúcido en los planos astrales por imaginar y apuntando a un destino astral.

Todo el mundo sueña cuando está dormido y la mayoría de la gente recuerda algunos sueños, aunque sólo el ocasional fragmento. Algunas personas afirman que nunca sueñan, pero que en realidad quiere decir que simplemente no recuerdo su sueños. Soñar es un lugar común, pero hay mucho más para soñar con lo que parece. Por mayoría de la gente, los sueños son su única conexión con el universo más grande y sus raíces espirituales.

Pienso en los sueños como un natural proceso interno de energía de la mente. Libre de las limitaciones de la conciencia normal de vigilia, la mente subconsciente asume el control, lo que refleja los pensamientos y fantasías y las energías creativas en el ojo de la mente del sueño pero no importa totalmente inactivo. La proceso de soñar se puede considerar como algo parecido a un sueño con energía de carácter personal, el espacio, infinito en tamaño y alcance, dentro de mi mente humana. El centro de la frente se activa durante el sueño, crear y hospedar el medio ambiente sueño, un espacio sueño personal que también conecta a los seres humanos Encarnación, con su mente original espíritu que anima, el ser superior. El ojo de la mente puede pensar como un vínculo personal a otras dimensiones, una puerta al más allá.

Como el cuerpo físico y la caída mente dormida, una copia de la conciencia se re

fleja en el etéreo
cuerpo, y de allí a la proyectables doble, ya que se genera, y más tarde en el astral y
mayor cuerpos sutiles. Mientras esto ocurre, la copia física / etérico de la mente comienza deslizamiento
hacia otro tipo de proyección, una proyección interna en el entorno de sueño.

Al inicio del proceso, mientras se queda dormido, la física y la mente comienza a perder el etérico
fuerza de voluntad para formar patrones de pensamiento coherente y lógico. Poco a poco se pierde entre los
vagando fragmentos de impresiones pensamiento y el subconsciente. Se pierde el contacto con la realidad y
comienza a experimentar sueños, algunos de los cuales parecen ser generadas por la mente subconsciente. Este
es parte de un proceso natural muy conocido por el que la mente trabaja en la solución de problemas y
los conflictos internos. Juega escenarios sueño y situaciones, y las vidas de estos internos en el
la seguridad del medio ambiente sueño. Esto ayuda a la mente encontrar la paz y el equilibrio de una manera natural.

Creo entornos sueño son simplemente otras dimensiones, dimensiones sueño que se alcanzan a través de
una puerta de enlace mental interno. Toda la acción en ella se juega en el ojo de la mente del soñador, o
se refleja en él. dimensiones de sueño puede ser tan real e infinito en tamaño y alcance que cualquier
otra dimensión o universo paralelo. Así como usted no puede apuntar a la dimensión astral, por lo que no puede
apuntan a una dimensión de sueño. Considero que todas las dimensiones no físicas que sutilmente alternativas relacionadas
puertas de enlace en las dimensiones relacionadas entre sí y, posiblemente, incluso.

Sueño lúcido

Con un sueño lúcido normal, llena devuelve la conciencia de vigilia a usted en algún momento durante el
curso de un sueño. De repente se sabe que está soñando, efectivamente despertar dentro de la
sueño de medio ambiente. A continuación, puede tener cierto grado de control sobre el escenario ideal y más
el curso de los acontecimientos.

Los sueños lúcidos difieren de EFC en que a menudo se parecen mucho más importantes y realistas. Un
sueño lúcido potente puede ser indistinguible de la realidad, incluso si se ha introducido en el despertar completo
del Estado. Un soñador lúcido es mucho más consciente de un tiempo real o un proyector astral de tener algo
como un cuerpo físico. soñadores lúcidos a menudo experimentan sensaciones físicas como la gravedad, la textura,
la temperatura, el gusto, el placer y el dolor. Estas sensaciones son generados por la mente subconsciente

de similares experiencias recordadas. El más poderoso del sueño lúcido, el más real estos
sensaciones llegar a ser.

El sueño lúcido, proyecciones en tiempo real, y las proyecciones astrales compartir un poco de terreno común. centro de El soñador de la conciencia con frecuencia películas de ida y vuelta varias veces entre estos estados en una sola experiencia. A menudo, más de un tipo de experiencia se percibe o recordado como sucede simultáneamente. Esto se debe a diferentes aspectos de la mente-split inmiscuirse en ellos durante la descarga de la sombra de la memoria final en la final de la experiencia. Esto hace que un conjunto confuso de recuerdos mezclados, siendo mi sueño, mi sueño lúcido, real a tiempo parcial OBE, y la proyección parte astral.

Comprobación de la Realidad

Para alcanzar la lucidez, es necesario programar su mente con un disparador para que te das cuenta de que son soñar, para que pueda tomar el control. La mejor manera es formando el hábito de la realidad frecuentes cheques. (Comprobación de la realidad también funciona con OBE espontánea.) Se necesita tiempo y perseverancia para hacer realidad la comprobación de una acción habitual, y no funcionará hasta que se convierte en habitual. Pero una vez que no, los sueños lúcidos o EFC espontánea puede ser experimentado casi todas las noches, incluso muchas veces cada noche. Debido a esto, comprobar la realidad es bien vale la pena el esfuerzo.

Programa para parar lo que está haciendo por un momento, en la vida real, y comprobar la realidad de su situación actual. Esto es muy rápida y sencilla de hacer, pero debe hacerse con regularidad, muchas veces cada día, para que se convierta en una acción habitual. El hábito de comprobación de la realidad debe convertirse en un habitual respuesta a un evento frecuente en la vida real. Cada vez que haces un test de realidad, mirar alrededor y preguntar usted mismo

- ¿Es normal esta situación?
- Hacer lo que me rodea parece normal?
- ¿Mis manos se ven normales?
- ¿Puedo flotar, levitar, o volar?

La clave para comprobar la realidad efectiva es un gatillo fácil. Este accionar debe ser una acción frecuente o caso de que se puede utilizar varias veces al día. La idea es aislar una acción simple y el programa para reaccionar habitualmente a este evento haciendo una comprobación de la realidad cada vez que ocurre. Por ejemplo, cada vez que tenga una bebida durante el día, hacer un test de realidad. Algunas ideas de la realidad-de verificación activa:

- Manos: Cada vez que anuncio o lavarse las manos
- Bebidas: Cada vez que se toma un trago
- WC: Cada vez que vaya al baño
- Tiempo: Cada vez que comprobar el tiempo o el tiempo se menciona
- Alimentación: Cada vez que comes algo

Cualquiera que sea el gatillo principal que usted elija, es una buena idea b

haber en amigo e ir a la inodoro como situaciones fija la realidad. Estos involucran tanto instas en el cuerpo físico y los dos estos impulsos se puede sentir con mucha fuerza desde el interior del estado de sueño o proyectada. Mayoría de las personas en por lo menos uno de estos impulsos durante el sueño cada noche. Estos impulsos a menudo conducen a un falso despertar, donde soñadores o proyectores desviarse para tomar un trago o ir al baño, o ambos, sin saber que son en realidad fuera del cuerpo. Ellos van a menudo a través de los movimientos de beber o de comenzar a vaciar sus la vejiga, con su cuerpo físico todavía dormida en la cama.

Así, cada vez que vaya al baño, a su vez el interruptor de la luz dentro y fuera dos veces, para comprobar que está funcionando normalmente. Si se proyecta en tiempo real (un falso despertar), el interruptor de la luz puede sonar como si se hace clic, pero la luz no se enciende y se apaga y el interruptor no se mueve realmente. Trate de pasar su mano a través de la pared o algún otro objeto sólido. Revise sus manos para ver si se ven normales, o si se derriten.

Si usted se encuentra fuera de uso de un árbol o un arbusto, que a menudo ocurre cuando la urgencia de orinar se siente dentro de un sueño o EFC, comprobar la realidad de la situación antes de continuar. Si la física

136

----- Page 138-----

cuerpo necesita para orinar y esto le despierta dentro de un sueño o EFC, se puede luchar contra este impulso y continuar la experiencia durante varios minutos o menos, antes de ser recogido en su cuerpo físico.

Por otra parte, sienten que su cuerpo y el proyecto de nuevo que en, a continuación, levantarse e ir al baño, mientras que aferrarse a la mayor cantidad de su estado de relajación profunda como sea posible. Anote una descripción rápida de su experiencia, antes sólo algunas palabras clave volver a la cama. Al llegar a la cama, a menudo ser capaz de deslizarse hacia atrás en el sueño o el estado OBE para continuar donde lo dejó. La próxima por la mañana, usar sus notas para ayudar a recuperar recuerdos sombra de nuevas experiencias.

El hambre y la sed

Es posible utilizar el hambre y la sed instas a causa de lucidez en los sueños. También es posible usar esto para despertarte durante un OBE, o incluso para provocar un falso despertar. Un falso despertar es un OBE corto en tiempo real, en los que los proyectores creen que están despiertos en lugar de proyección. La sed y el hambre son muy instas fuertemente sentida desde el interior de todos estos estados, y a menudo hacen que el sueño o proyectados doble ir a tomar una copa o un aperitivo.

El primer paso es programar uno mismo a hacer un test de realidad habitual cada vez que se toma un trago. Tenga en cuenta si el líquido que se bebe en realidad es humedecer la garganta y a

pagado su sed. Si está soñando o proyectando, ninguna cantidad de líquido se hace esto y usted se encontrará tomando una ridícula cantidad de líquido en un intento de hacerlo. El siguiente paso es negar los líquidos a ti mismo, y / o alimentos, por un par de horas antes de ir a la cama. Coloque un vaso grande de agua y algo de comida en una bandeja en su habitación. Ponga estas fuera del alcance del otro lado de la habitación. Detrás de este alimento y la bebida, el lugar un pedazo grande de papel blanco en el que está impreso claramente: "Está teniendo un OBE!" o "¿una realidad Comprobar ahora! "Asegúrese de que sólo ésta registrarse antes de retirarse o se llega tan acostumbrados a que sea allí, no tendrá que pagar ninguna atención a ella durante una OBE.

Si usted trata de consumir este alimento y bebida durante un sueño, te encontrarás comer y potable copias sueño de los originales. Estos se ven y sienten y tienen el mismo sabor, pero no saciar sed o satisfacer el hambre. Esta discrepancia puede ser utilizado como un disparador. Normalmente, si intenta consumir las mismas durante un OBE, o falso despertar, tus manos pasará a través de él. El signo se le avise a el hecho de que tiene un OBE. Cuando esto sucede, es una buena idea volver a introducir la física cuerpo y escribir lo que pasó. A continuación, vuelva a dormir y tratar de repetir la OBE o falso despertar.

A veces, sin embargo, la capacidad de un proyector subconsciente creativo automáticamente la máscara de muchos aspectos del medio ambiente fuera del cuerpo. Sin saber proyectores en tiempo real sin darse cuenta puede crear copias de los alimentos y bebidas. Como en sueños, estos no se satisfacen el hambre o la sed. Esta discrepancia, de nuevo, se puede utilizar para activar darse cuenta de que un OBE en curso.

Afirmaciones

Las afirmaciones son frases repetidas utiliza para programar la mente subconsciente. Estos son más eficaz si se acaba de decir antes de caer dormido. Antes de ir a dormir cada noche, por ejemplo, "voy a recordar para hacer mi revisión de la realidad! "sustituyendo las palabras" hacer mi test de realidad "con lo que su principal la realidad es en realidad - por ejemplo, "voy a recordar a mirar mis manos!" Hacer esto veinte veces o más antes de caer de sueño. Concentrarse en el contenido y el significado de lo que está diciendo; no acaba de recitar de un tirón de la moda loro. La idea detrás de esta afirmación es vencer a sus subconsciente para recordarle que debe hacer el test de realidad durante un sueño lúcido o EFC.

Recuerdo un sueño lúcido

Después de una revisión de la realidad con éxito durante un sueño o EFC, de repente se da cuenta de que están lúcidos soñar o tener una OBE. Mantenga la calma! Las emociones fuertes como el entusiasmo puede arruinar una experiencia por despertarte de tu cuerpo físico. Una vez que usted se da cuenta, puede tomar el control de la situación y continuar desde allí.

Una vez lúcida, es importante comenzar afirmando a sí mismo que se va a recordar todo. Esto mejora en gran medida sus posibilidades de recordar la experiencia. Dígame a sí mismo en varias ocasiones, "me acordaré de todo!" Otra excelente manera de fortalecer esta memoria es

137

----- Page 139-----

dar un comentario constante que a lo largo de la experiencia. Habla en voz alta a sí mismo, describiendo todo lo que ve y hace en todo momento, pero regularmente afirman que se lo recuerda.

Los síntomas de salida dentro de los Sueños

Es muy común que un soñador de experimentar las sensaciones energéticas asociadas con un la salida de la proyección (vibraciones, palpitaciones, sensación de caída, etc) desde el estado de sueño. Estas sensaciones suelen desencadenar el estado de sueño lúcido, por lo que de repente consciente de su situación. Sin embargo, la transferencia de un nivel fuera de cuerpo a otro, digamos de tiempo real para el astral planos, no se acompaña de las mismas sensaciones energéticas como una proyección normal de conciencia y de salida. Es posible que percibes a ti mismo que tener una salida espontánea OBE, y sentir todas las sensaciones normales, especialmente si usted ha estado tratando de provocar una salida real a principios de OBE. Usted puede incluso soñar que usted está en el proceso de intentar una OBE conscientes de salida, que no es poco común.

Si usted se da cuenta de los síntomas relacionados con la proyección en tiempo de sueño o un sueño lúcido, mantener la calma y no luchar contra ellos. Usted experimentará algo muy parecido a una conciencia de salida a favor de la proyección, pero va a ser su cuerpo de ensueño que lo experimenta. Proyección sentir sensaciones dentro de un sueño, mientras que pueden ser muy fuertes, son siempre mucho menos alarmante de lo que podría ser en el cuerpo físico. La mayoría de la gente se sentirá vibraciones sólo, parálisis parcial, y una sensación de flotar, como si estuvieran levitando dentro de su sueño. No puede, sin embargo, dar cuenta de que está soñando en este momento, más generalmente no lo harán.

Efectos sobre la posición de sueño lúcido y OBE

La posición de reposo del cuerpo físico puede tener un efecto bastante sobre si un OBE o lúcido sueño se consigue. Me parece que no puedo hacer una salida consciente mientras está acostado a mi lado. Debo ser ya sea sentado, recostado o acostado sobre mi espalda. Si me acuesto sobre mi lado izquierdo, que tienden a proyectar directamente en un sueño lúcido. Tirado en mi lado derecho no me animan a dormir o cualquier otra cosa, y si se las arreglan para conciliar el sueño, por lo general sin sueños. Si bien las posiciones de reposo citados no pueden

afectan a todos en la misma forma, sugiero que sus efectos potenciales por explorar.

Sueño lúcido de proyección

Una de las experiencias más poderosas que conozco de los resultados de forma d
eliberada se proyecta en una lúcida
sueño de medio ambiente del estado de vigilia completa, sin descanso en la concien
cia. Yo llamo a esto la mente
soplando proyección experiencia del sueño lúcido, aunque otros también han pedido que SI
LVESTRE (tras
inducida sueño lúcido). Aunque esto es técnicamente un sueño lúcido, que acertadamente se
puede llamar el último
experiencia fuera del cuerpo, ya que tiene muchas similitudes con un OBE conscie
ntes de salida.

Una proyección sueño lúcido no es esencialmente diferente de una proyección conscien
te de salida. Tanto la causa
la misma claridad de percepción, que de operar de forma remota desde el cuerpo físic
o real. El único
diferencia de tener en cuenta es que las proyecciones de sueños lúcidos son mucho más
realistas y fieles a la realidad que se
proyecciones o normal sueños lúcidos. Sensaciones como la gravedad, el peso y la sen
sación de la física
cuerpo, su capacidad para probar y oler y sentir el placer y el dolor, las limit
aciones de la materia sólida, la
sensación de temperatura, etc, son indistinguibles de las percepciones de la vida
real.

proyección de sueños lúcidos es particularmente útil cuando se intenta continuamente
OBE no al borde de la
la salida. Todo lo que se requiere es hacer un intento de proyección normal. Si es
to falla, o si tiene
aprensivo y no quieres seguir adelante con la salida completa, simplemente dejar
de hacer lo que está haciendo y
tratar de una proyección sueño lúcido en su lugar. Toda la relajación profunda y la prep
aración física energética
por el intento de proyección puede ser utilizada para alimentar una proyección sueño lúci
do.

Después de casi provocando la proyección refleja, simplemente acurrucarse en su
más cómoda,
inductor del sueño posición. Relájese en ti mismo como si en el proceso de quedarse do
rmido. Si el primer
posición no proporcionan los resultados deseados, pruebe otras posiciones en futur
os intentos. Manténgase en trance
y mentalmente enfocado al mismo tiempo a sí mismo a la deriva hasta el borde del s
ueño. Observar con cuidado
mentalmente mientras se imagina un entorno de sueño de destino. Sostenga firmement
e este objetivo en mente y
se permita a la deriva en sí mismo, como si la deriva en el sueño.

Si todo va bien, se deslizará directamente en el escenario de destino. Usted s
e encontrará de repente
allí plenamente consciente. Habrá una continuidad clara de la conciencia de vigilia,
con
sin interrupción en ella en absoluto, al igual que ocurre con una proyección normal
de conciencia y de salida. Usted no sólo se reducirá

. La transición es repentina y espectacular. Usted se sentirá como si de pronto se deslizó a través de una cortina en el sueño de medio ambiente y totalmente despierto.

Su escenario ideal de destino puede ser cualquier cosa que quieras, pero recordando encarecidamente un gran tienda departamental o de la escena centro comercial que conozco personalmente. Por alguna razón, este escenario hace proyección sueño lúcido mucho más fácil de lograr. No tengo ni idea de por qué esto funciona, pero, ¿qué obras ... las obras.

Recuerda una escena de una tienda o centro comercial con el que están familiarizados. Construir este escenario en su imaginación hasta que haya una sensación clara e imaginarios vista de que en el ojo de su mente. También ayuda si usted nombre de la escena de su sueño lúcido de puesta en escena. Vocalizar el nombre del destino en su mente a medida que imaginar su imagen al intentar proyecto allí. Imagen de esta escena en el ojo de tu mente y en silencio pero repiten continuamente su nombre, como usted se permite deslizarse más y más en ti mismo y hacia el entorno de destino.

Una vez que aparecen en el blanco, trate de no distraerse. Plan para salir de la tienda y en el centro comercial, si no está ya allí. Manténgase en movimiento. Caminar por el centro comercial y buscar una puerta o un ascensor. Cualquiera de estas debe de tomar a otro entorno, si desea dejar el comercio.

Evitar pensamientos sexuales en todo momento, ya que esto afectará seriamente a la calidad y la duración de la totalidad la experiencia.

Antes de abrir una puerta, imaginar y espera encontrar el ambiente que desea, o forma una de las principales a él, al otro lado. Mantenga esta imagen y la intención firme en cuenta al abrir cada puerta. Si este falla, vuelva a entrar al centro comercial y encontrar un ascensor. Pídale a un personaje del sueño, donde el más cercano es si usted no puede encontrar uno. Una vez dentro del elevador, presiona un botón e imaginar el destino elegido; celebrar esta y su nombre muy en cuenta a medida que el ascensor. Espere encontrar este destino o una manera que conduce a él cuando se detiene el ascensor y las puertas abiertas. Si esto no funciona, trate de otras plantas en al azar. Si esto no funciona del todo o se pierden, y encuentra una puerta que sale del centro comercial por completo y seguir sus instintos de ahí en adelante.

Una vez que sepas donde está el ascensor, o cuando una puerta es conveniente, puede volver a él durante excursiones en el futuro. De allí, usted puede navegar rápidamente dondequiera que usted desee. Si usted no puede pensar en un destino, o pasar algún tiempo la creación de uno en su imaginación antes de que el sueño lúcido proyección, o explorar al azar. Cuanto más a menudo se utiliza el centro como un área de ensayo, más fácil y proyección de sueños lúcidos más fiable será.

Sueño lúcido de proyección - Experiencia

Las verdaderas diferencias entre un sueño lúcido y un OBE sólo se demuestran plenamente si ambos son

experiencia muy juntos, lo que permite una comparación equitativa. El estudio de historias de casos, simplemente no proporciona datos suficientes para permitir esto. El siguiente relato de mi primer sueño lúcido proyección muestra los efectos de la posición de reposo, aunque también se detallan cuáles son algunas bastante diferencias obvias entre las proyecciones de sueño lúcido, EFC, normal y sueños lúcidos.

Me desperté a las dos de la mañana, acostado boca arriba con todo mi cuerpo vibra. Podía sentir sobre mí mismo para proyectar de forma espontánea. Mis brazos y las piernas ya empiezan a flotar. Sin embargo, Yo no quería proyectar. Estaba cansado y tenía un largo día por delante de mí, y sólo quería volver a sueño. Había tenido un sueño muy interesante hasta entonces y quería volver a ella si pudiera. I sentía pesado y lento pero se las arregló para rodar en mi lado izquierdo. Las vibraciones se detuvo inmediatamente y la sensación de hundimiento pesados pronto me dejó. Feliz ahora, que se acurrucó y relajado de nuevo en mí mismo, concentrarse en el paisaje de ensueño que acababa de abandonar y el nombre que le había dado: "Advantage". Yo esperaba que esta me llevaría de vuelta a ella, ya que este truco a menudo parecía funcionar. Después de sólo unos segundos, me metió directamente en el sueño que había dejado antes. La transición fue impresionantes. Hubo una continuidad completa de la conciencia de vigilia. Yo no se durmió y, a continuación despertar en el sueño, pero proyecta directamente en ella desde el estado de vigilia completa. De repente me apareció en una tienda llena de gente, brillantemente iluminado departamento, al igual que la que había estado soñando antes. Frente a mí, una mujer joven de cabello oscuro fue la creación de una pantalla de comedor. Vi a la gente en todas partes, comercial, de servicio, embalaje estanterías, etc Todo lo que veía y se sentía real, estable y sólidos. Era simplemente alucinante! Salté hacia arriba y abajo varias veces para sentir el peso de mi cuerpo, a continuación, pellizcó a mí mismo, "¡Ay!" Este daño sólo como lo haría en la vida real, y mi cuerpo se sentía el peso normal. Me completamente vestido, e incluso podía sentir la textura de mis calcetines cuando moví los dedos dentro de mis zapatos.

139

----- Page 141-----

Miré a mis manos. Se veían normales y no se derrita. He intentado crear una manzana en mi mano, pero no pasó nada. El paisaje de ensueño que estaba en no vaciló en lo más mínimo. Curioso, pensamiento, en un sueño lúcido normales del medio ambiente puede ser alterado y cualquier cosa puede ser creado por imaginarlo. De todos modos, yo era plenamente consciente de que estaba soñando.

Me acerqué a la joven y le preguntó lo que estaba haciendo. Ella me dijo que eran preparándose para el gran día, lo que fue. Cogí un gran jarrón de flores de la mesa la mitad de su ajuste de muebles. La porcelana se sentía como China real y las flores olían real flores. Me sacó una rosa de pétalos y se lo comió. Sabía seco, perfumado, y ligeramente

amargo, como un pétalo de rosa
debe tener un sabor, pero el sabor no se quedó en mi boca como lo haría normalmente,
me inclinó el vaso y
salpicó un poco de agua en mi mano. Se sentía frío y húmedo, como el agua real.

Me preparé, con la esperanza de que estaba realmente dentro de un sueño lúcido
como yo creía. Me arrancó la ropa
mantel de debajo de la mesa principal valor en la pantalla. Casi trabajado, pero
el jarrón y un
par de placas rompieron ruidosamente en el suelo. Unas cuantas personas miraba,
pero nadie parecía importarle
la rotura, ni siquiera el asistente de tienda cuya pantalla había arruinado justo.
Fue en el desembalaje
y organizar las cosas como si nada hubiera sucedido, sacudiendo otro mantel de l
ino ya que ocupaba
se reajuste la mesa.

Más seguro ahora, yo caminaba por un pasillo y empujó durante varios pedazos
grandes de barato
buscando la cerámica de la plataforma superior, uno a la vez. Miré a mi alrededor pa
ra ver si alguien notó. Estos
hecho suena muy fuerte y romper pedazos volaron en todas direcciones. Unas pocas
personas miró por encima,
pero nadie parecía importarle. Tranquilizado por esto, se acercó a las cajas y se le
vantó en
uno de los bancos. Algunas personas me miraban, pero nadie parecía importarle y di
jo que nadie
cualquier cosa.

Me puse de nuevo en mi cuerpo y rodó sobre mi forma de pensar de nuevo, "¡Wow
! Eso fue increíble ... así que
de verdad! "luchado yo para controlar mi entusiasmo y se acomodó en mí mismo otra ve
z, tratando de volver a la
sueño. Esto se estaba poniendo muy interesante. Sostuve la tienda y su nombre en m
ente otra vez y trató de hundirse
nuevamente dentro de él, pero fue en vano. Las vibraciones en marcha de nuevo y me
sentí a partir de los proyectos. Este
tiempo de la proyección reflejo agarró y me zumbaban fuera de mi cuerpo. Vine a desc
ansar al pie de mi
cama. La casa estaba oscura y tranquila como yo flotaba alrededor de mi habitación
para decidir qué hacer. Tomé un
rápido vistazo a mis manos. Se veían extrañamente alargada y comenzó a derretirse.

No querer continuar con la OBE, me sumergí de nuevo en mi cuerpo y me abrió l
os ojos. Me quedé allí durante
un momento, luego cerré los ojos y trató de volver al sueño. Las vibraciones en marcha
de nuevo
y otra ola de caídas, pesadez flotante se apoderó de mí cuando comencé a proyectar de nu
evo. I luchó
fuera y se volcó sobre el costado derecho. Los síntomas de proyección se detuvo, pero
no podía volver a
mi sueño. Me di la vuelta a mi lado izquierdo y se instaló de nuevo en mí mismo otra v
ez. Esta posición se sintió mucho
mejor. Manteniendo la imagen y el nombre del ensueño en cuenta de nuevo, pronto me
encontré de nuevo
allí.

Me volvió a aparecer en la tienda donde había empezado durante mi última visita
, hace unos minutos. La
dependiente de la tienda mismo estaba ocupado el establecimiento de la pantalla
comedor misma. El vaso que había roto antes era
todo de nuevo y volver a la mesa donde había estado antes. Caminé a través de la tiend
a, en busca de
signos de daño de mi visita anterior. Todo lo que se había roto antes era todo y de
nuevo en el

estantes de nuevo. Era como si nada hubiera pasado. Esto fue increíble! No importa lo que hice, la escena se restauró.

Me puse de nuevo en mi cuerpo otra vez y dio la vuelta a mi espalda, tratando de solucionar y obtener de nuevo en mi sueño. Creo que mi entusiasmo había interrumpido. Las vibraciones comenzaron de nuevo, por lo que rodó a mi lado izquierdo de nuevo. Yo estaba haciendo el truco de esto ahora, y se dio cuenta que se proyecta hacia el sueño era mucho más fácil de mi lado izquierdo. La solución de nuevo en mí mismo y la celebración de la imagen de la tienda y nombre en mi mente otra vez, he vuelto a caer en la tienda. Todo era normal y estaba de vuelta en la que comenzaron el curso de nuevo, con la joven misma afanosamente la creación de su exhibición comedor. Ella levantó la vista y sonrió como lo saludó, luego se fue feliz de su trabajo. Decidí explorar más lejos antes que nada pasó, y se fue más allá de la oficina de servicio en el centro comercial.

Caminé durante algún tiempo, a explorar el enorme centro comercial. Había un buen número de personas en todo. Todo el mundo parecía ir de compras muy ocupado o preocupado por lo que estaban haciendo. Es de destacar que todos los niños que vi fueron muy tranquilos y de buen comportamiento, caminando como cortés pequeños robots al lado de sus madres. Hubo un órgano de luz de fondo música y el ruido habitual de personas en silencio buceando. Algunas personas estaban hablando en los teléfonos de aquí y allá, pero no parecían un ser en el chat o hablando el uno al otro. La gente respondió al ser interrogado, pero sus respuestas fueron interesantes y no muy útiles. Parecía imposible iniciar una conversación que no implicaba hablar de la tarea inmediata de la persona en cuestión.

Todo el mundo parecía a la falta de personalidad, como actores secundarios en una película. En la superficie este paisaje de ensueño fue increíblemente real, tal vez demasiado real, pero debajo de la superficie que le faltaba algo. Este aspecto de la vida real, pero definitivamente no era el mismo tipo de vida real que conozco.

Yo había decidido a buscar una salida del centro comercial y hacer algo de explorar más a fondo cuando de repente se sentía débil y pesado. La fuerza fluía de mí y me sentía como si estuviera moviéndose en cámara lenta. Mi piernas flotando lentamente hacia arriba mientras caía muy lentamente en el suelo, la solución no débil y paralizado. La gente pasó por encima y alrededor de mí mientras estaba allí, pero nadie le prestó ninguna atención a mí. Me sentí como un

globo del niño flotando por el suelo. Estaba débil y fuerte y ya no podía sentir la normal

el peso de mi cuerpo, ni podía sentir el suelo bajo mis pies.

Me puse de nuevo en mi cuerpo otra vez, viene bien despierto en esta ocasión. Me di la vuelta a mi espalda y laicos

no ponderar la importancia de estas experiencias. Las vibraciones no se inició hasta este momento,

probablemente porque yo era más o menos despierto ahora. Fue obvio para mí

que mi posición de reposo

había estado afectando a los diferentes tipos de experiencias que había tenido. Estaba demasiado excitado y amplia

despierta por ahora para hacer cualquier tipo de exploración con este fenómeno, por lo que me di por vencido y se fue a

tomar un trago y registrar esta experiencia en mi diario.

El tipo de parálisis que se produjo al final de la experiencia anterior indica generalmente la
cuerpo físico y la mente son demasiado despierto, demasiado tenso, o en el proceso de despertar. La tensión en
el cuerpo físico se restan poder, y con frecuencia paralizan, los órganos sutiles que están activos en el momento.

141

----- Page 143-----

24. Realidad Virtual de proyección

proyección de realidad virtual (VRP) es un fuera de la técnica del cuerpo a través del cual el subconsciente

mente puede ser engañados en la creación de reinos virtuales a medida. Esto se logra en tiempo real

proyecciones al pasar en un cuadro o pintura, mientras que la mente se mantiene vacío y la mirada se lleva a cabo

fija y fuera de foco por delante. Esto es muy fácil de hacer una vez que se puede proyectar, y puede ser un montón de

corrió a experimentar. También es una muy buena manera de entrar en los planos astrales si va a ser

problemas para conseguir a través de la zona en tiempo real. He descubierto este fenómeno totalmente por accidente

mientras que por carretera probando la técnica de proyección cuerda.

El proyectado matrimonio tiene enorme potencial creativo en cualquier tipo de astral o en tiempo real

OBE. Puede ser difícil crear deliberadamente nada lo suficientemente duradero como para ser útil, sin embargo. Si un

espada es creado deliberadamente por un proyector en tiempo real, por ejemplo, la espada poco a poco van a aparecer,

exactamente como lo imaginaba. Sin embargo, pronto se desvanecerá una vez que el proyector deja de explotación de su imagen

en cuenta. Para crear nada duradero, la mente subconsciente debe ser engañados en la ayuda.

Un proyector es un punto de conciencia sin forma o tamaño real. El cuerpo de la proyectada

doble es creado por propio sentido del proyector de la conciencia corporal, y sólo se hace evidente cuando

cuenta o deliberadamente observado, con el acto de la observación de sí que afectan a la apariencia de lo que se

visto. Si no hay cuerpo que está siendo observado, proyectores de volver a ser una cuestión de conciencia. Este

variabilidad en el tamaño puede ser utilizado para crear algunos efectos especiales muy interesantes fuera del cuerpo. Debido a que

este punto de conciencia es tan pequeña, cualquier cosa que se acerca y observa muy de cerca se puede

percibe como creciente en tamaño a medida que la distancia entre ella y la disminución del proyector.

Considere lo que sucede cuando un proyector en tiempo real, pasa lentamente a través de la pared a'solid. Una vez que el

superficie de una pared se rompe y la cabeza del proyector comienza pasando a través de él, el interior de la

la pared se resalta y se puede ver claramente como si magnificado. Si el proyectado matrimonio había guardado su copia de tamaño normal física al pasar a través de materia sólida, no ve o tan textura y detalle magnificado.

Pasar en una imagen de dos dimensiones o un espejo, sin embargo, da la ilusión de pasar a algo mucho más grande de lo que realmente es. El truco es mantener la mente clara y la mirada la superficie de la desenfocados y recto como el cuadro o un espejo se aborda. El proyector se desplaza en el objetivo en lugar de pasar a través de él. Esto parece engañar a la mente subconsciente en la creación de un reino astral virtual alrededor del proyectado matrimonio, idéntica a la mostrada en la imagen o el espejo se acercó. Lo que sigue es mi primera experiencia accidental de este fascinante fenómeno.

Primera proyección de realidad virtual - Experiencia

Fue una noche de principios de invierno. Utilizando la técnica de la cuerda nueva, proyectada fuera de mi cuerpo. Es era bastante oscuro en la sala, con sólo una rendija de luz de la farola exterior viene a través de un grieta en las pesadas cortinas que cubren la ventana de mi. Yo flotaba hacia la pared que conduce a la sala de estar, donde mi madre estaba viendo la tele, y estaba a punto de pasar, cuando me di cuenta de algo extrañamente familiar frente a mí. Antes de que yo podía ver bien lo que era, de repente me encontré en un extraño nuevo mundo.

"¿Dónde demonios estoy?" Pensé, sorprendido. Sin embargo en el comienzo de una muy fuerte en tiempo real proyección, me pareció de repente han cambiado de puesto en un reino astral sin ninguna razón aparente. Esto fue muy inusual en esta etapa de una proyección. No esperaba fluctuaciones de realidad por lo menos otros cinco o diez minutos. Me encontré en un mundo con poca luz y niebla. La atmósfera húmeda y sentía triste pero no se sienten amenazados de alguna manera. Una cerca ferrocarril enormes hechas de grandes, ásperas, maderas talladas estaba delante de mí. Pude ver una madera grande y destacado edificio de una distancia corta detrás de él. A la derecha de ella vi pálidos reflejos de color plateado, que parecía indicar un cuerpo de agua en el distancia.

Oí ruidos amortiguados procedentes de al lado del antiguo edificio y, mirando por encima, vio el movimiento en las sombras. No me sentí amenazado, por lo que subió a través de la cerca y se acercó a investigar.

El suelo esponjoso sentía casi debajo de mí como yo se metió a través de una niebla baja se aferran a la tierra y girando alrededor de mis piernas. Este mundo se sentía bastante sólido en comparación con casi todos los ámbitos astrales. Vagamente podía sentir mi cuerpo, el suelo, y la valla que lo subió, aunque se trataba de nada de la vida real sensaciones.

Un hombre grande, más o menos vestida con un perro negro de edad llegó arrastrando los pies de las sombras. La

el hombre era un gigante frente a mí, una sombra más o menos destacados que buscan tener al menos ocho pies de altura.

Se movían hacia la derecha y lejos de mí, deteniéndose cerca de otra valla de gran tamaño, pero más bajo.

142

----- Page 144-----

Se quedó mirando hacia fuera del lago en la distancia. Llamé a ellos, pero no parece para escucharme. Se subió encima de la valla y se alejó hacia el lago, poco a poco desapareciendo en la niebla.

Me acerqué a la visita del antiguo edificio. Parecía ser un granero enorme con una gran puerta abierta por un lado y una especie de choza en la parte trasera. Miré en el interior, pero no vio nada, pero la niebla y sombras. Si marca el granero, lo encontré aún más sombrío en la parte trasera, así que decidí seguir el hombre y su perro. Nada de esto tenía sentido para mí y no había nada de interés para mí, pero todo

parecía vagamente familiar. Yo no podía pensar por qué. Si yo hubiera estado en este ámbito antes?

Yo renuncié a ello y decidió intentar pasar a un reino diferente. Miré a mis manos. Ellos apareció blanca e irreal buscando y mis dedos fundidos rápidamente lejos en los tocones. Realización caí en la cuenta y de repente me sabía por qué este reino era tan familiar para mí. Yo estaba dentro de un gran pintura que cuelga en la pared de mi dormitorio, me dejó por mi padre. Está pintado en los colores del otoño y representa una antigua granja con una valla de madera tosca corriendo junto a él. Hay un pequeño lago en el de fondo y un hombre y un perro negro están de pie cerca del granero y mirando hacia el lago. Es es crepúsculo y niebla y, en general bastante débil de aspecto, con un montón de sombras. Se cuelga en el lugar donde yo había tratado de pasar a través de la pared.

Emocionado y no queriendo perder la pista de lo que había pasado, me concentré en mi cuerpo físico y pronto me encontré de vuelta en mi silla. Encendí la lámpara de mi lado y se recogió la experiencia en mi diario - sólo unas cuantas palabras clave y frases en el orden correcto para que encaje en mi cerebro. I apagó la lámpara y dejar que mis ojos se acostumbran a la luz. Efectivamente, un fino haz de luz cayó sobre la pintura de la rendija de la cortina.

Tengo una pequeña antorcha (linterna, a los yanquis) desde el cajón de mi cama, envuelto un viejo abrigo a su alrededor y se coloca sobre la cómoda en la pintura por lo que un fino haz de luz cayó sobre la faz de la imagen. Esto puso de relieve la imagen bastante bien sin dejar de salir de la habitación en la oscuridad virtual.

He utilizado la técnica de cuerda de nuevo otra vez, zumbaban libre de mi cuerpo, y permaneció cerca del techo. En

la pared frente a mí, ahora claramente iluminado en un charco de luz, fue mi pintura. Me sorprendió la forma

muy parecido a una ventana de este aspecto. Me movía lentamente hacia ella para ver si volvería a suceder. La primera

tiempo había sido un accidente, así que tuve dudas en cuanto a poder repetir la experiencia.

Me acerqué, la más cercana que tengo, cuanto mayor sea la pintura creció. Mi proyectada doble parecía reducir hasta que fue sólo un diminuto punto cuando llegué hasta cerca de ella. Me mudé de ida y vuelta varias veces, el estudio de este efecto. Tuve la impresión de que estaba buscando en el cuadro cuando llegué muy cerca de ella, en lugar de sólo mirarlo.

Me trasladé hasta la pintura y dentro de ella otra vez. De repente, allí estaba yo en el mundo nebuloso mismo.

Esta vez yo estaba en el otro lado de la granja cerca del pequeño lago. Todo era mucho mejor sistema de iluminación en esta ocasión, probablemente a causa de la luz proporcionada por la antorcha. Me di la vuelta, la mitad sin esperar nada a ver el resplandor de la lámpara de mi cuarto, pero vio, pero las imágenes vagas de distancia árboles en sombras lejanas. Que sentía por mi cuerpo de nuevo y pronto regresó a la misma. Levantarse, grabé todo en mi diario.

La creación de un reino de Realidad Virtual

Para crear un mundo virtual personalizado, tener una idea, pintura, o un póster de una escena agradable, algo luminoso y soleado. Colgarla en la pared o el techo, o incluso en otra habitación de al lado. Obtener una pequeña y de bajo potencia de la lámpara direccional, foco, o una antorcha y configura de manera que parte del cartel está suavemente iluminado por que cuando la luz principal está apagado. Personalizar un reino virtual mediante la colocación de pequeñas imágenes de objetos y la gente que desea encontrar. Trate de hacer estos extras se mezclan al mantener los más o menos en el misma escala de la imagen.

Puede usar un espejo para mejorar una realidad virtual (VR) del reino. Un espejo añade profundidad a una de dos imagen tridimensional, lo que ayuda a crear un ámbito mucho más clara y realista, más virtual. Coloque su imagen frente a un espejo por lo que su reflexión se puede ver claramente en él. Usted no tiene un cuerpo de interferir con esta reflexión durante una proyección, lo que la imagen puede ser bastante cerca del espejo. Tocadores o espejos armario son ideales para este propósito. Simplemente pare o se cuelgue seleccionado imagen frente a un espejo y colocar una lámpara de bajo voltaje para que la imagen refleja en el espejo. O use un mural pintado. Esto se puede introducir directamente o a través de su reflejo.

Una pequeña imagen de alguien que vive o ha fallecido puede engañar a tu mente subconsciente en la creación de un réplica de ellos en un reino VR. Esto puede ser una manera efectiva de comunicarse con personas fallecidas y las bebidas espirituosas en un ambiente controlado y seguro. La réplica VR tiene el potencial para atraer a los espíritu real de la persona original, lo que podría hacer posible la comunicación significativa.

Un reino a medida que contienen un gran muchos elementos familiares que siempre encontrará hay cada vez que lo escriba. Esto ayuda enormemente a la superación de los temores

----- Page 145-----

se proyecta hacia lo desconocido fuera del cuerpo con el medio ambiente. Un refugio es lo que creó, una especie de cerrojo agujero que se pueden introducir cada vez que se pone ansioso durante una proyección en tiempo real.

Un mundo virtual también se puede utilizar como un área de ensayo para la proyección en los planos astrales. Puede ser para evitar la zona en tiempo real completamente si le está causando temor. Para entrar en el astral aviones, viajar más allá de los límites de lo que se representa o refleja dentro de un reino virtual. Mover más la colina, detrás de los árboles, o en el borde de lo que se muestra en la imagen que se utiliza para crear el reino virtual. Una vez que ir más allá de los límites de la imagen, usted estará en una anomalía y pronto se desvanecen en o encontrar su camino en los planos astrales. Cuando en los planos astrales se termina dependerá de su valor energético y el ángulo de la percepción en el momento de la proyección.

Fig. 26. Imagen de instalación caja con espejo

Enfoques: Un foco simple se puede hacer envolviendo una antorcha lápiz (linterna) de aluminio papel de aluminio y hacer un pequeño agujero en la hoja a través del cual la luz puede pasar. Ajuste la llama para dirigir un eje delgado de luz sobre la imagen que se utiliza. Usted no necesita una gran cantidad de luz para este propósito.

Imagen de la caja: Otra forma de crear una entrada de VR es utilizar una caja de cartón. Una pequeña oblonga cartón de embalaje hará para este fin. Pintar el interior de la caja con pintura de pizarra, o la línea que con papel crepé negro para el interior es negro mate. Pegue la imagen que se utiliza para la parte inferior de la caja, boca arriba. Deje el otro extremo abierto a facilitar el acceso al proyectado matrimonio. Coloque la caja de en su lado e iluminar la imagen con cinta adhesiva un lápiz o una antorcha lámpara a antorcha en el interior de la caja, por lo que su luz cae sobre la imagen. Tenga cuidado de no utilizar una lámpara que podría crear suficiente calor para encender la caja de cartón. Usted no necesita mucha luz.

La configuración anterior puede ser mejorada mediante la colocación de un espejo en la parte inferior de la caja. Un espejo barato baldosa es perfecto para este propósito. Coloque el espejo a la parte inferior de la caja y fijar la imagen en alrededor de un ángulo de cuarenta y cinco grados en el otro extremo lo que refleja en el espejo. Deje un espacio por encima de donde la de imagen está configurado para proporcionar acceso a la proyectada doble. Establecer la luz de lo que cae sobre la imagen y hace que se reflejan en el espejo en el otro extremo de la caja. Un claro reflejo o puede ser obtenidos. Un extremo del cuadro de imagen se debe dejar abierta por encima o por detrás de la imagen por lo que el proyectada doble puede ver en ella y acceder así al espejo en el otro extremo de l

a caja.

La configuración del cuadro de imagen se pueden poner encima de un armario o en otro lugar adecuado de la sala y su luz encendida antes de una proyección. También puede ser colgado de una puerta, colocada en una pared, o simplemente se ponen en el suelo en alguna parte. Sin embargo, es recomendable ponerlo lo más lejos posible de donde el cuerpo físico será en la sala, para disminuir la presión entre el proyectado matrimonio y su cuerpo físico. Si la habitación que se utiliza es muy pequeña, la configuración del cuadro de imagen también se puede colocar en una sala contigua.

Introducción de un reino de realidad

virtual

Para entrar en un mundo virtual, proyecto en tiempo real y la debe trasladar inmediatamente a su elegido imagen. Mantenga su mente clara. No pensar en lo que va a hacer. Mirada constantemente por delante y siente que se mueve hacia el cuadro. Mantenga la calma y no pensar en la imagen o de que pasa por él o en la pared detrás de él. No pienses en nada a medida que se acercan, dejando que el relleno de imagen su punto de vista. La imagen aparecerá a crecer en tamaño. Basta con mover hasta el interior. Es tan simple como que. Si desea volver a su cuerpo físico, se sienten por ella y usted será transportado de nuevo a él. Mira en esta imagen como una puerta hacia otro mundo.

144

----- Page 146-----

25. La forma astral en Movimiento

Una vez que usted sale de su cuerpo y están listos para empezar a moverse y empezar a explorar, usted puede venir a través de algunas dificultades con desconcertante incluso el más simple de las propuestas. Para llegar de A en el fuera de del medio ambiente y el cuerpo, especialmente en la zona en tiempo real, no es tan fácil como usted podría pensar. Este capítulo ofrece consejos sobre cómo resolver el movimiento más común y los problemas de viaje.

Una mente propia

Si su proyectado matrimonio parece tener una mente propia, tiende a moverse en direcciones no quiere ir, y se siente la resistencia cuando se intenta corregir esto, es muy posible que su cuerpo físico / etérico está teniendo un tipo remoto de ojos de la experiencia de proyección. Se puede ver a través de los ojos y tratando de controlar remotamente su proyectado matrimonio - lo que significa que está tratando de control de sus movimientos.

Este problema es causado por la mente de división y puede ser muy confuso, pero tiene una cura sencilla. Mueva bien lejos de su cuerpo físico, usted encontrará estos efectos de control remoto, progresivamente la facilidad con la distancia. El efecto de control remoto, parece casi desapare

cer cuando la proyectada
doble recibe un centenar de metros más lejos de su cuerpo físico.

El tiempo de despertar de la mente medio físico / etérico es bastante limitado durante una proyección. Es
garantiza que comienzan a perder el control y empezar a conciliar el sueño con bastante rapidez. Su intento de control sobre
su proyectado matrimonio será por lo que no dura mucho tiempo, por lo general unos pocos minutos más o menos a lo sumo.

Astral Momentum

La mayoría de los nuevos proyectores de problemas simples movimientos durante sus primeras proyecciones.
Movimiento de los problemas son más evidentes en la zona en tiempo real que en los planos astrales. En tiempo real,
simplemente moviendo a través de una habitación en la dirección correcta puede ser un gran logro para un novato
proyector. Esta falta de control es normal, y sucede simplemente porque son nuevos proyectores
familiarizados con el tiempo real proyectado matrimonio y su entorno. Esto es un poco como encontrar
usted de repente en la gravedad cero y sin saber cómo moverse adecuadamente. Algunos
os
la experimentación y la práctica es necesario.

Un tipo de problema impulso muy parecido a uno que se encuentra en una verdadera gravedad cero
el medio ambiente causa problemas de movimiento más temprano. Esta dinámica hace que los proyectores para continuar
en movimiento después de que han decidido dejar de, y puede llevarlos a través de paredes, techos, puertas, etc que
creo que esto es causado por la fuerza de la acción de sensibilización para hacer que el movimiento inicial. Si este
la acción es demasiado fuerte o se mantiene durante demasiado tiempo, los proyectos se moverá más allá de lo previsto y
descubren que no tienen frenos con que se detenga. Si la acción de movimiento que causa no está bien hecho, que
También puede mover en la dirección equivocada por completo. Sólo la práctica enseña cómo tener los proyectores sobre
con algún grado de efecto, precisión y gracia.

Aprender a moverse mientras están fuera del cuerpo puede ser un proceso muy cómica - en mi primera infancia
experiencias con proyección en tiempo real, siempre iniciadas por tratar de navegar a mi manera a través de la
casa para salir a la calle. Me gustaría flotar y diapositivas y error a través de paredes y puertas y por lo general terminan
quedarse varados en el techo. Entonces, cuando por fin logré salir de la casa, me descremada a lo largo de la carretera
tratando de obtener lo suficiente velocidad para poder despegar como un avión o un pájaro. Quiero levantar el vuelo para
un tiempo agitando los brazos o con una acción de natación (que realmente resuelve el problema con el vuelo), pero
nunca parecen claros los árboles circundantes y los tejados.

La caída fue interesante, ya que parece suceder en cámara lenta. Me sentiría una especie de lento y
fuerte impacto cuando golpeo el suelo. Recuerdo que me sentí algo que podría compararse a fuera de la
conmoción cuerpo, y algo como un vago sentimiento de dolor recordaba, pero la caída no me hizo daño
o me envió de vuelta a mi cuerpo, y nunca parecía penetrar en la tierra en el impacto. Yo descremada

por el camino de tomar una serie de pasos de gigante, consiguiendo en el aire por un tiempo y batiendo los brazos como loco, tratando de que mi mayor y más rápido. Quería volar como Superman, pero podría nunca liberarse de la gravedad extrañamente lenta sentí que mantuvo tirando de mí de nuevo a la tierra cada vez que me en el aire. Debido a esto, a menudo involuntariamente flotaba en las casas extraño, torpe como un sobre

145

----- Page 147-----

estado de ebriedad en la gravedad cero. Me parecía estar continuamente pidiendo disculpas a un sinnúmero de perplejos extranjeros de paso, como yo flotaba dentro y fuera de sus casas.

Aprender a caminar

Una vez que su proyecto, usted encontrará que usted realmente no tiene un cuerpo como tal, y por lo tanto no tienen patas con el que ponerse de pie o caminar o correr. Para mover, no piensa en lo que va a hacer o cómo usted va a hacerlo, hazlo! A ti mismo en movimiento mediante el uso de su sentido de cuerpo entero de sensibilización para facilitar el movimiento hacia adelante. Imagina que todas las direcciones que desea mover en es cuesta abajo y que usted está usando patines de ruedas, y sólo comenzará a rodar hacia adelante cada vez que que desea mover.

Para el movimiento hacia adelante justfeel mismo movimiento hacia adelante. Un llamado a la memoria de lo que se siente para moverse. Volver a crear este sentimiento con la conciencia de todo el cuerpo. Sentir lo que está delante de usted en movimiento hacia usted, como si ya estuviera en movimiento. Con un poco de práctica usted se encontrará el vuelo sin motor con gracia sobre la superficie. Esta es, probablemente, con mayor precisión se describe como skimming.

Cambio de dirección y la parada toma un poco más de práctica, pero puede ser un momento de diversión si usted tener la actitud correcta. Un sentido del ridículo es un activo muy valioso en el entorno de tiempo real.

Una vez que domines simple movimiento, salir a la luz pública o en una carretera y la práctica de skimming a lo largo de la superficie a una velocidad mayor. Imagínese que usted está conduciendo un automóvil o moto. No trate de para visualizar o ver o crear nada, solo sentir el movimiento de la misma. Adoptar un permiso de conducción natural o montar a caballo posición y se siente el movimiento hacia adelante como si estuviera realmente de conducción o en el camino.

Sienta la carretera y sus alrededores en movimiento hacia el pasado y que tal como lo harían si se efectivamente el volante. Siéntase aceleración y frenado como lo haría en un coche real, utilizando pedales imaginarios, si quieres. En cuanto esquinas, se encuentra, no tiene la misma inercia

limitaciones como lo hace mientras se conduce un coche real, pero el hábito de tener que reducir la velocidad para doblar una esquina continuará hasta que le afecta a usted se da cuenta que puede hacer zoom en las esquinas, mientras que el mantenimiento de un

velocidad constante.

Learning to Fly

Al igual que con simple movimiento, la mayoría de los problemas al aprender a volar. Es, curiosamente bastante, mucho más fácil para ti mismo explosión a toda velocidad hacia el espacio exterior de lo que es flotar o volar como un pájaro sobre los tejados y los árboles. No hay gravedad reales que afectan a la doble proyectado, pero hay

el hábito para hacer frente a la gravedad. Volar es exactamente el mismo que rozando por encima del suelo, no importa ¿A qué altura, y se lleva a cabo exactamente de la misma manera simple movimiento.

Una vez en el aire, observa algo muy parecido a la gravedad que arrastra lentamente a la Tierra. Esto es el hábito de la gravedad, el hábito de ser constantemente conscientes del peso de su cuerpo y de la posibilidad de caer otra vez en cualquier situación dada. La conciencia de la gravedad es muy fuerte, la supervivencia arraigados instinto, la garantía de tener un fuerte efecto sobre el proyecto de doble mientras se está aprendiendo a volar.

Si usted persevera con el vuelo, te encontrarás en movimiento a lo largo de una serie de grandes saltos y los vuelos de corto arco. La altura de estos arcos se verá afectado por la altura de sus alrededores. En Al principio, usted encontrará su techo será más o menos en línea con la altura media de los edificios y / o árboles a su alrededor. Repetidamente se hundirá de nuevo a la tierra cuando su movimiento causando termina la acción de sensibilización y el hábito de la gravedad se hace cargo. También se encontrará pensando en lo que está haciendo y pensando lo que sucedió a la gravedad. Pensando acerca de vuelos y la gravedad y la altura es lo que provoca el impulso de vuelo se detenga, y el hábito de la gravedad para tirar hacia abajo. No pensar en ello, ¡hazlo!

Volar puede ser emocionante, lo que la emoción también podría causar su caída. La emoción se estimular su cuerpo físico / etérico, y puede hacer que comienzan vigilia si es sólo ligeramente dormido.

Esta bien que restan poder a la proyectada doble, haciendo que se caiga, o al final de la proyección completamente si el cuerpo físico se despierta. Adoptar un ho-hum, amable observador desapasionado-de la actitud y el control su excitación. Esto no sólo va a hacer el vuelo más fácil, pero se ampliará la longitud y la fuerza de su proyección considerablemente.

En las primeras etapas, puede empezar a volar por desnatado por la construcción de carreteras la velocidad, a continuación, sensación de ti mismo saltando en el aire mientras batiendo sus brazos andfeeling mismo despegar. No

146

----- Page 148-----

golpee, lo que es una muy buena manera de aprender a volar, y es un montón de diversión también. Y, aún puede divertirse sin permitir que consiga excitado.

Salir a un camino recto o de compensación y asesinados a lo largo hasta que sienta que se están moviendo tan rápido como

le sea posible. Se siente el aleteo de los brazos y se siente el salto en el aire como un ave acuática, que despegaba de un lago. Ángulo de su visión ligeramente al alza and el al aire libre por encima de la tierra en movimiento hacia usted. Mantenga aleteando sus brazos y sentir que te impulsa más rápido y superior, la adición de elevación y la velocidad de su movimiento hacia adelante.

Una vez que usted consiga la caída del vuelo, agitando sus brazos o usando una acción de natación todavía se presenta en útil a veces. Ofrece más velocidad y un ascensor siempre que sea necesario. Esto también funciona dentro de la planos astrales. El entorno astral puede ser muy diferente de la zona en tiempo real, pero la mayoría de los principios básicos en tiempo real siguen siendo aplicables, en especial las relativas a movimiento.

Otra técnica que puede intentar es limpiar tu mente y simplemente siente flotando en el aire, sintiendo como si fuera más ligero que el aire. Siéntase en aumento y sentir y esperar que el suelo caer lentamente por debajo de ti como te levantes. Esta es también una buena práctica de vuelo estacionario. Simplemente siente suspendido en el aire y sentir el suelo y el área circundante celebración de su lugar como pasas.

Todas las acciones que vuelan requieren un esfuerzo de sensibilización de todo el cuerpo, en las primeras etapas de un proyectador de principiante puede tiene que poner en un buen montón de esfuerzo para superar el hábito de la gravedad.

Si continuamente se encuentra caer a tierra, se niegan a aceptarlo y aplicar más fuerza de voluntad para sentirte e aumento hacia arriba en la dirección que desee para entrar a vivir La fuerza de voluntad y esfuerzo de todo el cuerpo la conciencia son los Lo único que va a superar el hábito de la gravedad hasta que todo debe convencer a los que se ya no está vinculado por la gravedad y puede volar a voluntad durante una OBE. Una vez que las cadenas internas que causan el hábito de la gravedad son arrojados fuera, serás libre para volar en cualquier parte del universo que en cualquier velocidad deseo.

OBE volar no es tan limitada como en la vida real. Se puede volar en el aire, en el espacio exterior, e incluso bajo el agua. No hay resistencia o turbulencias bajo el agua, es tan natural como volar en el aire o en el espacio, aunque la velocidad de desplazamiento se reduce bajo el agua, debido a la disminución de la visibilidad.

Con la práctica usted pronto conseguirá la caída de este y se encuentra inmensamente placentera. Se trata de un sensación increíble, sobre todo durante el día: capaz de saltar edificios altos de un solo salto; capaz de la velocidad infinitamente variable de pensamiento, capaz de flotar como un helicóptero o sentarse en solitario mechones de nubes, capaz de volar anillos alrededor de aves de los cielos, capaz de explorar con seguridad las profundidades del océano, jugar con ballenas y delfines; capaz de salir de la tierra y explorar otros planetas, las estrellas y galaxias. Puede explorar y experimentar de todo, la búsqueda de la nueva e interesante, y va donde no hay cuerpo humano ha ido antes. Cuando usted sale de su cuerpo el cielo ya no es el límite, es sólo el comienzo. ..

Pasando a través de materia sólida

La mayoría de los proyectores de novato en tiempo real tienen alguna dificultad en movimiento a través de objetos sólidos como muros, puertas y ventanas, por no hablar de roca sólida. Su sistema de creencias parece jugar un papel importante en esta dificultad. Si creen que pueden pasar fácilmente a través de una pared sólida o de la puerta y están dispuestos a simplemente hacerlo, sin siquiera pensar en ello, los principiantes podrán hacerlo. Si acaba de creer que se puede mover a través de la materia sólida no funciona, se puede decir que no son subconscientemente e aceptar esta posibilidad. El esfuerzo de la conciencia y fuerza de voluntad se puede utilizar para superar esto. También hay algunas maneras de engañar a la mente subconsciente y conseguir alrededor de este problema. Una vez que se ha hecho un par de veces, es rápidamente se convierte en más fácil que la mente subconsciente empieza a aceptar esta posibilidad. He enumerado debajo de un algunos trucos que han funcionado para otras personas con este mismo problema.

1. Evite las ventanas y espejos en las proyecciones en tiempo real, así como cualquier otra gran superficies reflectantes, aún así el agua que se refleja el cielo. Pasando a través de una reflexión puede cambio de que el tiempo real y en un mundo espejo-imagen, en una anomalía. Esto es, en principio, muy parecido a cómo funciona la realidad virtual de proyección. Una vez dentro de una anomalía, que puede ser difícil para volver a la zona de cierto tiempo real sin tener que regresar al cuerpo físico. Utilice las paredes, techos y puertas, siempre que sea posible, para mantener mi aspecto en tiempo real de su proyección. Incluso mirando en un espejo o reflejo es un obstáculo potencial para la integridad de

147

----- Page 149-----

una proyección en tiempo real. Es muy fácil caer involuntariamente en un reflejo o sin darse cuenta a cabo el cambio de tiempo real, en una copia anómala de la misma.

2. Moverse a través de obstáculos hacia atrás ha ayudado a muchas personas a superar sus dificultades pasando por la materia sólida. Colóquese frente a la barrera o muro que desea pasar, a continuación, dar la vuelta y simplemente se exija a través de él hacia atrás, sin mirar y sin pensar en lo que está haciendo. No pensar en ello, simplemente lo hacen! Este método también es útil para pasar a través de superficies reflectantes sin cambios en un anomalía. Si los proyectores no puede ver un reflejo, que normalmente no les afectan.
3. Tome un recorrido en el obstáculo al poner la cabeza hacia abajo y irrumpir su camino a través de ella rápidamente, sin pensar en lo que está haciendo.
4. Encuentre un crack, ojo de la cerradura, o en la ventana y mirar a través de él. Concéntrese en lo que se puede ver en el otro lado y sentirse como estar allí en el otro lado. Realmente quiero estar allí.

Pida un deseo tan fuerte como puedas! En la mayoría de los casos se encontrará de repente en la otra secundarios. Esto es algo así como la proyección instantánea de muy corta distancia.

5. Enfoque de la barrera, manteniendo la mente clara. Llegar con una mano y, sin

directamente mirando a la mano, introdúzcalo en la pared. Empuje el brazo en ella hasta el codo.

Observe que el brazo se mueve con facilidad dentro de la pared y recordar lo que se siente en el interior. Su mano se sentirá un poco de cosquilleo y difusa. A ti mismo para empezar a avanzar.

Empujarse hacia adelante con firmeza, la cabeza un poco baja por lo que entra en la primera pared. No

realmente tienen una cabeza, así que te sientas como la reducción de la misma. Mantenga su mente clara y no

pensar en lo que están haciendo. Una vez que usted se siente el movimiento a través de la pared, sigue adelante

y caminar a través de ella. Si es necesario, la garra, retorcerse, o nadar en el resto del camino.

No hay manera posible los proyectores se pueden atascar el interior de la materia sólida, lo que no hay

manera posible que esto podría causarles daño.

6. Si usted sabe lo que está en el otro lado de una barrera, imagínate estar ahí. Siéntase

usted está allí como si realmente estaban allí y lo normal es que te encuentres de repente

hay en el otro lado. Asegúrese de que imaginar este destino correctamente si te quieres quedar

en tiempo real. Si usted está equivocado sobre lo que está en el otro lado, usted puede hacer que

cambio en otro lugar.

7. Utilice la resistencia y la textura. Mientras se mueve a través de la pared de ladrillo de una casa, por ejemplo,

podrás ver las capas de pintura, yeso, mortero y ladrillo, bien iluminada y bien definido. Pruebe

de pie junto a una pared de ladrillo, luego, lentamente, poniendo la mano en la pared. Siente lo que es

como en el interior. A continuación, tratar de presionar lentamente la cabeza dentro de la pared, justo lo suficiente para ver

como se ve en el interior. Usted no sólo ver y sentir en su interior, pero también será

podrán degustar y oler. Esta es una experiencia increíble y no le hará daño o perjuicio que en

ninguna manera. Si logras penetrar la pared con la mano y la cabeza, lo que le pasa a

va todo el camino y pasando a través de él?

Fig. 27. Un proyector de vista de pasar a través de materia sólida

Mientras que la velocidad no es estrictamente un factor limitante para el proyectado matrimonio, la velocidad máxima a la que es posible viajar en un OBE parece ser fijados por la mente subconsciente. H

ay una relación directa entre lo que parece ser una velocidad razonable y la velocidad máxima que se realmente posible. Esto es más probable establecidos de acuerdo a la distancia visto por delante para ser atravesado. Velocidad es, pues, en relación con la distancia visto por delante.

Caminando Velocidad: Dentro de los edificios y áreas cerradas, la velocidad al caminar parece natural y es muy adecuado para las cortas distancias a recorrer. Una velocidad más rápida parece inapropiada para la mente subconsciente y no parece posible.

Camino Velocidad: Cualquier cosa de poca velocidad a aproximadamente 200 millas por hora (320 kph) parece natural en una carretera. velocidad posible se ve afectada por la claridad con la distancia por delante se ve. Los proyectores pueden viajar mucho más rápido en una autopista abierta durante el día que a través de los suburbios en por la noche. Velocidad de movimiento en la noche en tiempo real también está limitada por la luz disponible.

Vuelo: Cualquier cosa de la velocidad al caminar a una velocidad supersónica parece natural, una vez más en función de la altura y la distancia que se puede ver delante de un proyector. Los proyectores de alta y obtener la más se puede ver claramente por delante, más rápido parece ser natural, y posible, por tanto, para que de viaje. A una gran altura en un día claro, varias veces la velocidad del sonido parece muy natural.

Bajo el agua: la visibilidad bajo el agua es mucho más limitado que en el aire libre, y la velocidad posible es por lo tanto mucho más lento.

Espacio Ultraterrestre con Fines: Más rápido que la velocidad de la luz se siente muy natural y por lo tanto posible.

Velocidad máxima: No hay límite de velocidad en absoluto. La velocidad del pensamiento es infinito y la velocidad máxima de un proyector es también infinita. Posibles aumentos de velocidad en proporción directa a la distancia por delante para ver por recorrer. En el espacio exterior, es posible ver a distancias increíbles por delante, a otras galaxias y más allá. Si algo se ve por delante, puede estar prácticamente en ningún momento. velocidad intergaláctico que va de el exceso de la velocidad de la luz se siente muy natural y se logra, por tanto fácilmente.

Instantánea de viajes

En general se acepta hoy que si se puede visualizar un destino, puede usted mismo proyecto no a la velocidad del pensamiento. Este método funciona razonablemente bien, pero puede ser un poco más de un golpe-o-te pierdas asunto durante el viaje en tiempo real. La precisión de este método depende de si tiene sido efectivamente a su punto de destino, y qué tan bien puede la imagen en el ojo de tu mente. Si un proyector no ha visto personalmente el destino, la proyección instantánea suele considerarse directamente en una situación astral que se le parezca - y en ocasiones en un reino astral totalmente diferente el destinatario deseado.

Una reflexión astral o copia de un lugar destinado a menudo parece ser creado (o se sintonizará a)

a través del acto de imaginar el destino. Esto se puede basar en la idea del proyector de lo que el destino es como. Proyectores puede parecer para llegar a su verdadero objetivo en tiempo real, pero se encuentra por lo general discrepancias entre la ubicación de la vida real y donde se han proyectado.

Por ejemplo, un grupo de proyectores sería me dijo una vez que se celebran periódicamente excursiones en grupo OBE en la parte superior de Uluru (anteriormente llamado Ayers Rock) en Australia. Como he visitado un par de veces Uluru yo mismo y conocer esta zona bastante bien en la vida real, les pedí que me dan algunos detalles sobre la gran roca para poder verificar su exactitud. Se describe muchos aspectos y características que eran inexactos o simplemente no estaban allí en absoluto, como escalones de piedra tallada, etc Estos proyectores había más probable es que viaje a una reflexión astral de Uluru. Ellos posiblemente creada extras irreal allí, llenado en lo que se imaginaban lo que realmente sería.

Hay excepciones a viajar de inmediato a lugares distantes del proyector nunca ha sido en la vida real. Algunas fluctuaciones de la realidad, sin embargo, por lo general se encuentran en el lugar de destino. Es posible al instante del proyecto a otra persona en tiempo real, independientemente del lugar donde esa persona podría ser, si conocer a esa persona o tienes sentimientos fuertes para ellos. En este caso, puede bloquear a la distancia ubicación y por el sentimiento de su personalidad y esencia. El hecho de saber acerca de una persona desde un revista o película o de haberlos conocido a un par de veces no es suficiente. Tienes que conocer a esa persona y ser capaz de sentir y saborear su esencia muy bien, para proyectar instantáneamente a ellos en tiempo real.

149

----- Page 151-----

Si el objetivo está dormido cuando se prevé que, usted proyectará a su ubicación actual y verlos como realmente son, que está dormido en la cama, o que se proyectará a una reflexión astral de su ubicación. Esta copia suele estar fuertemente influenciados por la mente el sueño de la persona objetivo. Si el objetivo está en la zona en tiempo real o planos astrales, también es posible proyectar directamente a dondequiera que él o ella pasa a ser. Si se encuentran durmiendo en tiempo real, cerca de su cuerpo físico, es suele ser posible para despertarlos y comunicarse con ellos. proyectores en tiempo real puede tener la percepción de ser capaz de tocar físicamente a otros proyectores en tiempo real si así lo desean.

Si el objetivo es despertar (en la vida real) cuando se prevé que, a veces es posible viajar a su localización física y observarlos en tiempo real. Esta ubicación lo general se encuentran a ser influenciado por las fluctuaciones de la realidad, causados por la mente y la imaginación de la persona objetivo. Estas fluctuaciones de la realidad puede no ser obvio, especialmente si el proyector no está familiarizado con este ubicación. El sitio de destino por lo tanto puede ser cubierta con algún grado de imág

enes mentales. Si el objetivo persona está en una multitud de muchas otras personas, por ejemplo en una gran ciudad, las imágenes mentales (estática) de todos los otras personas en la zona también se encuentran a invadir y afectar el medio ambiente en tiempo real.

La más clara la zona de destino es de otras personas, más clara será de la salud mental estática. Por ejemplo, una persona de destino en un yate medio del océano o en una remota cabaña en un bosque puede ser proyectado a más éxito de lo que sería posible. Proyección de una persona bien conocida por el proyecto r se probablemente la manera más eficaz y fiable para viajar largas distancias sin perder algunos de los aspectos objetivos de una proyección en tiempo real.

Viajes de larga distancia

Volar es la mejor manera de viajar para las proyecciones a corto en distancias medias, por ejemplo hasta unos pocos cientos de kilómetros. Esto puede no parecer gran parte de la distancia si se toma en cuenta el potencial velocidad de un proyector. Incluso esta distancia, sin embargo, puede ser todo un reto si las cualidades objetivas de una proyección en tiempo real, se llevarán a cabo. Es demasiado fácil caer en una copia de la realidad astral, mientras que viajar en tiempo real. las fluctuaciones de la realidad son inseparables compañeros de viaje de cualquier proyector en tiempo real. Estas surgirán a la existencia cada vez que un proyector se relaja o se centran rompe. Estricto control mental Se debe mantener en todo momento durante el viaje en la zona en tiempo real.

No es práctico para seguir superficie de la Tierra para viajar en tiempo real a larga distancia. Por ejemplo, un país en el otro lado del mundo puede ser alrededor de doce mil kilómetros de distancia. Usted tendría que para viajar, a veces más o menos sesenta la velocidad del sonido para llegar allí en menos de quince minutos. Este nivel de velocidad no es natural para un proyector dentro de la atmósfera de la Tierra, y nada parecido a este tipo de hipervelocidad hará ver un proyector para difuminar. Borrando causa desorientación y una inmediata alejamiento de tiempo real objetivo. Los aspectos objetivos en tiempo real se perdió, por lo general para la duración de la proyección.

Quince a veinte minutos sobre la duración máxima del tiempo de proyectores experimentados pueden contener sí lo suficientemente fuerte en tiempo real para poder a cambio de una reentrada consciente antes de caer de distancia en el plano astral. proyectores principiante normalmente sólo se puede sostener en tiempo real para unos pocos minutos. En cualquier caso, el cuerpo físico debe ser capaz de ser despertado por el regreso de el proyectado matrimonio, o de reingreso ni siquiera puede ser posible. Cualquier viaje en tiempo real a larga distancia es por lo tanto limitada por el tiempo que tarda el físico / cuerpo etérico de un proyector de caer en un profundo sueño.

Viajar largas distancias en tiempo real es como volar un helicóptero súper por el asiento de sus pantalones por la noche, sin instrumentos y sólo las estrellas y puntos de referencia para guiar a usted. De larga distancia real

proyectoras necesitan tiempo para estudiar la geografía, además de mapas de carreteras y fotografías de su punto de destino, ya que sería visto desde el aire. Tienen que ser capaces de reconocer los océanos, continentes, países, estados, ciudades, pueblos, carreteras y puntos de referencia. Viaje de larga distancia siguiendo la superficie es posible sólo si los proyectores tienen el tiempo y energía para hacer todo esto y volver a su cuerpo físico para el reingreso antes de caer lejos en los planos astrales.

Que orbitan la Tierra

Para proyectar a un lugar lejano, después de todos los datos se memorizan, es mucho más fácil para entrar en órbita y volver a entrar directamente a la atmósfera por encima del objetivo. A medida que se el enfoque de los proyectores de superficie de la Tierra,

150

----- Page 152-----

deben ajustar su ángulo de enfoque, con el objetivo de las características geológicas, monumentos y caminos alrededor de su punto de destino. Este método se adapta a cualquier proyección en la distancia recorrida es más de unos pocos cientos de millas, como tomar un salto gigante unos cientos de kilómetros hacia arriba, luego hacia abajo sobre el blanco. Esto es mucho más rápido que el transporte de superficie.

De entrar en órbita con el fin de tomar pasos gigantes geográficos es un poco más difícil de lo que se imagina. Levantarse no es fácil, simplemente te sientes a ti mismo va hacia arriba muy rápido. Pero cuando llegue lo suficientemente alta como para la caída hacia abajo puede ser bastante difícil. Algunas personas, yo mismo incluidos, tienden a explosión de la derecha fuera del sistema solar, a veces fuera de la galaxia, así. Para evitar esto, es importante controlar la velocidad de ascenso, manteniendo un ojo en la superficie y mantener un control constante de la altura.

Me resulta más fácil de proyectar hacia la Luna o el Sol en primer lugar, como una forma de limitar el salto inicial de la atmósfera. Esto proporciona un objetivo grande visual que se puede proyectar en el momento. A medida que el objetivo se puede ver claramente, la velocidad no es limitada. Una vez en el espacio, es una simple cuestión de cabeza hacia atrás a la Tierra, volver a escribir directamente sobre el objetivo y descendiendo rápidamente a la superficie. En el espacio, lejos de la atmósfera de la Tierra, no hay problemas con la velocidad de visión borrosa y causando la realidad a volar. Si bien esto puede sonar como un proceso largo, que en realidad se puede lograr en unos pocos segundos.

El espacio ultraterrestre y las limitaciones de distancia

Con los años, he escuchado a mucha gente diciendo que visitan regularmente los planetas de la energía solar sistema y otros sistemas estelares. Esto parece ser algo que podría fácilmente ser hecho por el

proyectado matrimonio, pero es difícil en la práctica. Mientras que el Sol y la Luna son relativamente fáciles de encontrar y proyectar a, la búsqueda de otros planetas de nuestro sistema solar no lo es.

El sistema solar es un área enorme y sus planetas son pequeños puntos moviéndose en el espacio. Pueden ser difíciles de identificar a simple vista, incluso desde la órbita. Debido a que nuestro planeta gira una vez cada veinticuatro horas, a la vez que orbitan alrededor del Sol, las posiciones de los planetas y las estrellas cambian rápidamente y nunca están en el mismo lugar dos veces. Para proyectar a un planeta por la línea de la vista, sin instrumentos de navegación para mostrar el camino, un proyector en tiempo real debe tener una comprensión razonable de astronomía y debe ser capaz de trazar la posición del planeta de destino en relación con el entorno de estrellas con un cierto grado de precisión.

Viajar a los planetas del sistema solar utilizando el método de proyección instantánea en realidad no es un trabajo. Si se realiza un intento de hacer esto, incluso si se utiliza fotografías reales tomadas por la nave espacial como guía, los proyectores por lo general sólo cambian a un reino astral parecido a lo que ellos creen que su destino planeta parece. Los proyectores en tiempo real necesitan algo más que unas pocas fotografías y una buena imaginación para proyectar a una ubicación remota en tiempo real que nunca han sido.

Varios reinos astrales tienen la mirada clara y la sensación de que otros planetas. Creo que es bastante posible que en los últimos años algunos reinos astrales bastante sólidos se han creado y mantenido por la imaginación y los sueños de la raza humana. Muchos proyectores de viajar a estos reinos astrales planetlike, creen que están viajando en tiempo real a sus localizaciones reales.

No hay limitaciones a la distancia, el destino, o la velocidad, además de los pocos que ya menciona. Por tanto, es posible viajar a la estrella más distante o galaxia. La velocidad del pensamiento es infinito, que es muy, muy, muy rápido! Viajando a una velocidad infinita en el espacio ultraterrestre se siente como si el espacio está plegado en sí a su alrededor. Casi no hay sensación de movimiento hacia adelante, aparte de los millones de estrellas destellando, pero enormes distancias se recorren en un abrir y cerrar de ojos. Si los proyectores de ver algo por delante y el deseo de ir allí, lo único que tienes que hacer es que se sienten avanzando hacia lo andfeel en movimiento hacia ellos, ya que pueden estar allí lo más rápido que.

De vez en cuando salir al espacio profundo, donde las galaxias son sólo manchas diminutas en la distancia, sólo para pensar y meditar y estar solo. He viajado mucho en el espacio profundo, en un intento para ver cómo rápido y lo lejos que podía ir, y para encontrar el fin del universo si es que existe. He viajado manera más allá del alcance de los telescopios mortal de cualquier tipo. He visto galaxias parpadear delante de mí como farolas confusión más allá de la ventana de un auto a toda velocidad por la noche.

Tan lejos y tan rápido que han pasado en el espacio intergaláctico, con una velocidad cada vez mayor, nunca he visto que se encuentran en cualquier lugar totalmente desprovisto de las galaxias y la

s estrellas. Cada vez que pongo un grupo de galaxias muy por detrás y yo creo que estoy haciendo clara de la materia y la luz, otro tenue mancha aparece en la interestelar

151

----- Page 153-----

horizonte. El mejor que he podido hacer hasta ahora es a mí misma posición entre las manchas débiles de galaxias distantes. El universo físico parece ser infinito en tamaño, de acuerdo a mi tiempo real fuera de las observaciones del cuerpo. Es decir, a menos que haya sido de alguna manera viaja en círculos intergaláctico, lo que no es inconcebible.

De regreso de una proyección a larga distancia, no importa qué tan lejos, como un proyector, han viajado, es muy simple. andfeel Fuera del alcance de su cuerpo físico, tomar conciencia de ella y la habitación en la que. Esto por lo general se vuelve en o cerca de su cuerpo y al final de la proyección en un momento. Tras el cordón de plata de vuelta a su cuerpo físico sólo funciona cuando están relativamente cerca de ella. A gran distancia, como en el espacio profundo, esto sólo le dará una idea muy aproximada de la dirección casa. Tratando de mantener un ojo en el cordón de plata en el camino a casa de una proyección a larga distancia provoca una drástica reducción en la velocidad. Este método es, pues, inútil si se considera la gran distancia que participan y las limitaciones de tiempo, que siempre debe tenerse en cuenta durante una OBE.

Confidencialidad, ética y OBE

Una creencia infundada de que fuera de las actividades del cuerpo son vigilados desde arriba sigue en popularidad hoy en día. Algunos creen que si los proyectores se portan mal se les impidió tener EFC más - prohibido por una autoridad superior. Algunos incluso creen que una fuerza de policía astral cuida y castiga comportamiento poco ético e inmoral.

Según mi experiencia, esto es un mito. Hay algunos obstáculos naturales asociados con OBE, pero sin limitaciones éticas o morales. La conciencia y la consecuencia natural es el único y verdadero modificadores del comportamiento. ¿Se imaginan la logística alucinantes vigilando a varios miles de millones de proyectores - en el planeta Tierra solo, todas las noches?

No he encontrado supervisores de policía del astral fuera del cuerpo con el medio ambiente durante mis muchos años de exploración OBE. Algunos de mis experimentos fuera del cuerpo tienen más severamente a prueba esta teoría sobre la de los años. Pero nada ha impedido o me paró de tener experiencias fuera del cuerpo más en la voluntad.

Si bien no hay leyes vigentes OBE, hay algunas repercusiones físicas energéticas para tener en cuenta. Si la base emocional de impulsos y el comportamiento no están bien controlados, la calidad de las EFC se constantemente se deterioran. la mala conducta intencional parece afectar a los valores proyectores con más energía que cualquier otra cosa, la reducción de su nivel potencial de las operaciones astral.

Al igual que atrae a lo semejante a lo grande en el cabo de medio ambiente del cuerpo, incluso en la zona en tiempo real. La atracción de otros afines proyectores y los seres es otra de las consecuencias naturales dignos de consideración. Esto tiene el efecto de la segregación de malhechores de los proyectores más civilizada, con cada una de ellas en diferentes niveles de los planos astrales.

Intenciones que rodean la privacidad en tiempo real también son importantes. Ocasional o accidental mala conducta no atraerá a las consecuencias notables. Pero repitió, invasiones deliberada de privacidad y otros tipos de comportamiento antisocial rápidamente generar negatividad en el sensible fuera del medio ambiente y el cuerpo. Esto va a empeorar progresivamente hasta que un enfoque más civilizado se toma para OBE. Invadir la privacidad de otras personas por accidente o por medio de la exploración con buenas intenciones, y no para la auto-gratificación o ganancia inmoral, no generará ninguna repercusión negativa en absoluto.

Creo que la idea de que fuera de la conducta del cuerpo es vigilada se debe a algunos de los primeros libros sobre OBE, escrita a comienzos del siglo XX. Estoy seguro de que sus autores se han dado cuenta de la verdad, pero parece que se han preocupado de que si la libertad ilimitada de OBE se conocían, Los proyectores pueden comportarse de manera inaceptable, inaceptable para ellos que es. Habrían considerado que era su deber para ocultar la verdad impactante. Motivados por la moral victoriana y de conciencia, un "¡Basta, o que todos ustedes se quedan ciegos!" tipo de precaución general se dio así.

Teniendo en cuenta que los primeros libros sobre la OBE se han utilizado como material de referencia desde entonces y sigue se citan en las obras modernas, esta advertencia sigue influyendo en los proyectores de hoy. Muchas versiones del mito de la fuerza policial astral se han generado en los últimos años, y siguen siendo creído y ampliado de hoy - pero no a través de la experiencia personal, debo añadir.

Parte Cinco - La conexión Akáshicos

26. Los planos astrales

Los planos astrales son, en mi opinión, un reflejo de la energía generada universal conciencia. Ellos tienen una forma definida, el orden y la estructura y son una de las verdaderas maravillas de nuestro universo multidimensional increíble. La estructura de los planos astrales se puede observar claramente, y incluso se utiliza para la navegación, si se les acerca de la correcta energético "ángulo de percepción". Este es mi plazo para el ángulo en el que un proyector percibe a través de los planos astrales la directamente los sentidos de su doble proyectables. ángulos de percepción varían de proyector, con el tubo de tipo y los ángulos de tipo plano de la percepción de que e

s con mucho el más común. La
ángulo de percepción se establece por el maquillaje de los proyectores energética y la
actividad durante una proyección, y es
también se ven afectados por su sistema de creencias.

la teoría esotérica tradicional nos dice que la dimensión astral contiene siete ni
veles principales, o
planos, cada vivienda una gran cantidad de menor subplanos, medio interno, y los
reinos. Las numerosas
diferentes descripciones de esta estructura - hindú, budista, espiritista. New Age
, etc, incluso los
la teoría multidimensional de la física moderna - a menudo parecen estar en conflict
o, sobre todo porque de la diversidad cultural
y las creencias religiosas. He encontrado que es imposible verificar cualquier v
ersión de la teoría de una dimensión como
más precisa que cualquier otra. Por lo tanto, basar mi versión de la estructura de l
os planos astrales en mi
propia experiencia.

Exploración y la cartografía de los planos astral es como tratar de explorar un
planeta entero a pie, sin
mapas o instrumentos. No se puede hacer en cualquier sola proyección. Habría que hac
er más de un
largo período de tiempo, por muy hábil con los proyectores de buena memoria y excele
nte memoria de la sombra
capacidad de organización y registro.

planos astrales son complejos, múltiples capas, con energía generada con entorno
s tridimensionales
variable de aspectos relacionados con la percepción. Un trabalenguas, lo sé, pero pr
ecisa de todos modos. La forma en que
planos astrales y sus contenidos son percibidos, experimentados, y recordó puede s
er extremadamente
variable, dependiendo en gran medida en el nivel del proyector de la actividad e
nergética en el momento de la proyección,
y sobre el estado de su sistema de creencias, su nivel de conciencia en el momen
to de la proyección, y la
estado de su nivel de base de la conciencia.

Todo esto afecta a cómo funciona el cerebro físico, y cuánto de lo que se percibe
durante un
proyección en el cerebro es capaz de almacenar en su memoria reconocible. Después de
todo, lo único que queda
después de una proyección es la memoria de la misma, que se percibe, interpreta, y r
ecordó por la base
nivel de conciencia solamente.

En la dimensión astral, las cualidades energéticas de los viajeros proyectado do
bles afectan en gran medida
su ángulo de percepción, más aún que su estado o nivel de conciencia en el momento. Esto
es
cierto, creo, no sólo durante la experiencia, sino también después. Afecta a la memori
a y cómo
se almacenarán en el cerebro físico en el nivel de base de la conciencia, y por lo t
anto, obviamente, cómo un
memoria de la experiencia se recordará, después de los hechos.

He explorado sólo una muy pequeña parte de los planos astrales, que constituyen
un enorme
estructura dimensional con diferentes aspectos y facetas. No he terminado de hac
er
observaciones de las capas primarias y de sus estructuras de la superficie de en
trada, y mucho menos tratado de trazar
su inmensa cantidad de subplanos interna y reinos. Pero voy a proceder a pintar
una imagen de la palabra
planos astrales para usted, basado en cómo los he percibido en mis muchos viajes a

llí. Creo que esto le dará un aspecto mucho mejor y más fácil de entender y sentir que la teoría sólo podría proporcionar.

Los planos astrales, con experiencia de primera mano, se puede comparar a las páginas de un libro gigantesco, con ligeras lagunas teñido de color entre las páginas. Estas páginas, o planos, parecen ser de cientos de kilómetros aparte durante una proyección astral. Las áreas entre los planos son, creo, algo así como tampón las zonas de separación de cada plano astral primaria de la siguiente. Estas áreas varían en color, pero tienen un claro sentir a cada uno de ellos - un poco grueso, la nada tranquila, el color de tinte - océanos del espacio vacío de color. Una relación que parece existir entre los colores de estas áreas divisorias y los colores energética generada por los centros de energía primaria (chakras mayores) de la persona humana energía del cuerpo.

153

----- Page 155-----

La superficie de un plano astral es de dos dimensiones y se cubre con perfectamente recta horizontal y las líneas verticales de la cuadrícula. Esto lo convierte en un aspecto uniforme a cuadros en toda la superficie. Cada cuadrado en una superficie contiene un diseño brillante multicolor geométricas, repetido hasta la saciedad en todos los otros planos. La superficie de cada plano astral tiene su propio patrón único, completamente diferente del patrón de la superficie cualquier otro plano astral.

Cada plano astral aparece en dos dimensiones, cuando su superficie se acerca. Sin embargo, un completo entorno de tres dimensiones se experimenta cuando se trata de penetrado.

Cada plano astral contiene también las conexiones con todos los otros planos astral primaria. Estas conexiones aparecen en los colores y los patrones de la superficie de la piel. Por ejemplo, la violeta / morado punto en el centro de cada pieza central de cada cuadrado (ver tapa posterior) puede proporcionar un vínculo con el séptimo y el más alto plano astral primaria. Y los cuatro pétalos de oro alrededor de cada punto puede proporcionar un vínculo con la sexta plano astral primaria. A pesar de que aún no plenamente explorar su potencial, la estrella de color azul marino en la que el por encima de las estructuras de sentarse parece vincular estos con el quinto plano astral primaria, la que se describe. Sin embargo, por favor, la figura. 28 . Astral escenario plano, mostrando tener en cuenta que si los proyectores no tienen vista el proyector de energía durante la aproximación habilidades necesarias para superar el plano astral quinto, entrar en cualquiera de los anteriores les llevará a los reinos superiores interna dentro del plano astral quinto. La experimentación es la única manera segura de determinar si estas estructuras se pueden utilizar como entradas a planos superiores astral primaria.

La superficie de un plano astral es magnífico e impresionante a la vista. Estas estructuras son absolutamente incomparable por su belleza artística, suaves y coloridos, su inmensidad y grandeza;

y su poder espectaculares imponente y profundo misterio. Estoy seguro de que ellos son, lógicamente, y diseñado de manera inteligente las estructuras, demasiado geométrico limpio y funcional de manera inteligente para ser meramente accidental o natural. Ellos parecen haber sido diseñadas por una inteligencia mucho más allá de la nuestra.

Esta ilustración y su perspectiva no son abstractas. Se basa en mis recuerdos de vida de muchos conscientes de salida proyecciones y las entradas en los planos astrales. (Vea la cubierta trasera de la versión a todo color de este bosquejo.) Este representa con exactitud la superficie de lo que creo que es el quinto plano astral y muestra lo que la superficie de un plano astral en realidad se parece a cuando se encuentran de primera mano durante una proyección astral.

Si usted puede estirar su imaginación un poco después de ver estas ilustraciones y la parte trasera cubierta, intenta imaginarte allí. Cierre los ojos e imagínate flotando cinco millas de altura, mirando hacia abajo en un espectacular cuadro pregunto como se describe anteriormente.

Las ilustraciones siguientes muestran cómo perciben los planos astrales primaria.

Fig. 29. Siete planos astrales primaria

a

Astral subplanos

Mis viajes dentro de los planos astrales me han demostrado que cada plano astral primaria tiene una compleja estructura interna, una amplia maraña de niveles interconectados, subplanos, e internos reinos, tanto positivos como negativos. Dimensionalmente hablando, muchas de las piezas internas se encuentran en ángulo recto con el plano astral primaria a la celebración. Esta descripción (ángulo recto), debe

154

----- Page 156-----

considerada abstracta, no hay nada en la dimensión física para utilizar a modo de comparación justo mostrar cómo esta estructura interna realmente funciona. Sin embargo, los siguientes diagramas intento de hacerlo en el resumen.

La física moderna dice que la energía no puede ser destruido, pero cambió solamente. Creo que esto también se aplica en todas las otras dimensiones. energía reflejada de la conciencia, radiada en el plano astral de la dimensión física, tienen muchas formas, positivas y negativas, cada uno con muchas sutiles variaciones. La energía reflejada contenidos en los planos astrales se origina en primaria primas energía de la conciencia, condicionada por las mentes de los que han emanado. El subplanos y menos reinos dentro de cada plano astral son parte de una filtración energética muy y compleja del sistema. No puedo pensar en otra manera de describir la increíble complejidad

de este proceso.

Las estructuras internas energéticas canalizar las energías negativas y positivas (reflexiones energética de conciencia) en diferentes áreas dimensiones. Esto parece llevar a cabo por las fuerzas naturales en calidad de atracción energética y los mecanismos de repulsión. energías positivas y negativas irradian de distancia el uno del otro luego se congelan en las zonas de espera relacionados con energía, de modo que positivo y energías negativas generadas por la conciencia se separan y se canaliza hacia la dimensión los niveles con los que están más en sintonía con precisión.

El astral proceso energético filtrado es más notable en los subplanos inferiores interior. No es evidente en todas las estructuras en la superficie, ni puede ser fácilmente percibido en los planos superiores astrales. Los niveles más altos astral parecen atraer y filtro sólo refinados energías de alto nivel. Estos fluyen libremente en los secundarios de las zonas de menor dimensión que no son capaces de manejar las energías de alto nivel. Una vez filtrada, estas energías parecen echar raíces y contribuyen con energía al medio ambiente en la capa de dimensiones, área, reino, o reino con los que están más en sintonía. Positivo y áreas negativas coexisten dentro de todos los subplanos y reinos, cogidos de dimensiones aparte a través de los mecanismos naturales de rechazo energético.

Este efecto energético filtrado a menudo se puede percibir, durante una proyección, como un gradiente sutil de la luz, como un proceso gradual oscurecimiento o brillo, o como una pesadez o ligereza. Gradientes de luz y atmósfera existen entre los grupos conectados de opuestos relacionados. No parece que existan duras divisiones entre las áreas positivas y negativas. En la práctica, si usted mantiene una sola dirección partida para cualquier longitud de tiempo, se percibe el paisaje astral como cambiando poco a poco, para una mejor o algo peor.

Su voluntad puede reemplazar el mecanismo natural de filtración energética, lo que le permite ir a donde que usted elija. proyectores Astral siempre, naturalmente, proyecta para el nivel astral que están en sintonía con energía, pero puede pasar de allí a las áreas positivas y negativas con las que están no, naturalmente, en sintonía.

En los planos astrales, cada conexión de gradiente de energía tiene muchas direcciones, no todos ellos evidentes a simple vista ojo astral. Emocional, espiritual, psíquica y direcciones puede tomarse de manera intuitiva, pero debe ser innata al proyector, ya que no siempre son visiblemente representados en el interior partes de los planos astrales. La mayoría de plano astral visibles direcciones tienen un resultado razonablemente positivo. Si un positivo dirección se toma y se celebró, un proyector por lo general se mueven en un área cada vez más brillante y más ligera, en la mayor áreas de nivel. En el reverso por lo general no ocurre por accidente, aunque puede ser provocada por un acto deliberado de la figura. 30. Despiece plano astral, exploración. que muestra la estructura interna

Si el viajero se centrarán en lo que están haciendo y (representación abstracta) tiene una mente positiva orientada, tienen muy poco de qué preocuparse en este sentido. En la práctica,

viajeros errantes los planos astrales de forma aleatoria se encontrarán experimentando un gran número de ambientes variados e interesantes. No vendrá a través de las áreas gravemente negativas en su viaje a menos que activamente ir en busca de ellos. Las intenciones subyacentes y las cualidades del pensamiento de los viajeros astrales protegerlos accidentalmente entrar en las zonas negativas que no están en sintonía con energía.

155

----- Page 157-----

Espero que la descripción anterior y arroja una explicación un poco de luz sobre la cuestión - que estoy regularmente preguntó - de por qué las zonas negativas se encuentran dentro de los planos astrales, cuando el astral se encuentra en una vibraciones de dimensiones superiores que el universo físico.

Aspectos positivos y negativos están relacionados, ni podría existir sin la presencia de la otra, como imanes no podría existir sin tener los dos polos positivos y negativos. Los opuestos contenidos dentro de la estructura de los planos astrales no son tan definidos con precisión como son los polos de un imán. Por lo tanto, un gradiente de la atmósfera a menudo perceptibles de los opuestos energéticos existe.

Baja subplanos astrales

El subplanos astrales inferiores (tradicionalmente los que hay que evitar) parecen ser las áreas donde emoción negativa, el pensamiento y la fantasía generada por las energías han estado recolectando para un muy largo tiempo. Estas áreas son el hogar de manifestaciones negativas del lado más oscuro de la mente humana y imaginación. Al margen de estas áreas no son peligrosos, pero son decididamente desagradable. El mismo mal subplanos inferiores son las zonas oscuras, sombrías poblada (más acertadamente contaminado) con todo tipo de demonios, monstruos y figuras de pesadilla. El más bajo de esas zonas oscuras acertadamente que se podría llamar infernal áreas dimensiones.

Si usted se encuentra en o cerca de una zona negativa, la solución de sentido común es proyectar a una distancia brillante área lo más pronto posible. La forma más rápida de alejarse es imaginar fuertemente en alguna parte más agradable y el uso de proyección instantánea de cambio allí. La celebración de una imagen de la estructura de entrada con firmeza en mente y de inmediato se proyectan por lo general regresa a la superficie, sin que se pierda o abortar la proyección. Si esto no funciona, volar hacia arriba durante el uso de elevación espiritual pensamientos, la oración, o una canción para elevar la conciencia. Vuela hacia el área más brillante o una chispa de luz que se puede ver por encima o por delante. Hacia arriba por lo general tendrá un proyector lejos de una área negativa.

viajeros astrales no es necesario pasar a través de subplanos astrales negativos o inferiores a viajar a más

niveles astrales positivos y superiores. Las áreas negativas en los planos astrales son, en cierto modo, con energía de lado a la normal estructura dimensional planalike. Es muy difícil proyectar deliberadamente en un área subplano seriamente mal menor - o proyecto en un nivel más alto en serio o en avión, para la misma razón. diferencias energéticas y el atractivo natural y los efectos de repulsión generalmente prohíben que esto ocurra accidentalmente. Cada proyector tiene su propio limitaciones energéticas.

Los únicos casos que he encontrado en los proyectores han tenido experiencias malas en serio con subplanos inferiores que participan las drogas alucinógenas se utiliza para precipitar las experiencias fuera del cuerpo. Drogas, aunque sea capaz de causar experiencias fuera del cuerpo, dejar de lado los conocimientos necesarios y habilidades necesarios para la proyección de seguridad consciente de salida. Esto rompe muchas leyes nacionales relativas a la proyección mientras que artificialmente la superación de muchas salvaguardias y barreras naturales. Las barreras naturales están ahí para proteger a los novatos de operar en áreas dimensiones que no están preparados para la experiencia. Muchos usuarios de drogas se han reído en mi posición sobre esto, diciendo que por lo general sólo tienen experiencias positivas. Sin embargo, sólo se necesita una mala experiencia, una experiencia infernal, para arruinar tu mente y tu vida, posiblemente para siempre. El uso de drogas para lograr OBE es como jugar a la ruleta rusa con una bala en el revólver.

viajeros astrales normalmente sólo proyecto en las zonas a las que están naturalmente en armonía. Cada uno de nosotros parecen tener un valor natural energética establecidas por nuestro nivel de conciencia, un valor afectado por muchas cosas, incluyendo el karma, la vida es camino, actual estilo de vida y acciones pasadas, así como por la natural y los Estados desarrollados de ser energético y potencial. Durante una proyección astral directa sin específicos destino astral, viaje astral de forma automática proyecto para el plano astral son más energicamente en sintonía con en ese momento. Este plano será siempre llevar una energética relación con sus centros de energía más activa natural primario. A largo plazo energético y desarrollo espiritual por lo tanto afecta considerablemente que los planos astrales un proyector puede alcanzar de forma natural.

Astral Reinos y Reinos

Los planos astrales se puede comparar a un vasto océano de pensamiento y refleja la emoción y la memoria que se ha llenado lentamente desde la noche de los tiempos. Mecanismos internos de filtración energética de

156

----- Page 158-----

repulsión y atracción causa este océano para estratificar en capas. Muchas de estas capas de desarrollar una la integridad de cohesión que las mantiene claramente separada de cualquier otra área

a dimensional. Estas áreas, tradicionalmente llamados reinos astrales y reinos, son generadas por grupos de estructura, de ideas afines energías, pensamientos, recuerdos, ideas, creencias y fantasías que se han acumulado con el tiempo.

Un reino astral es mejor como un entorno específico o del mundo. Un reino astral es una isla o ciudad o pueblo dentro de un reino: un lugar que tiene un solo tema y estructura consistente. Astral reinos son por lo general las zonas civilizadas que contienen grupos de seres astrales de ideas afines.

reinos Astral varían mucho en tamaño y alcance, algunos que parezca ser tan pequeño como un pueblo de campo, mientras que otros parecen infinitas en tamaño y alcance. Cada reino tiene un sabor distinto y duradero y atmósfera, y su entorno único. Muchos contienen nativos habitantes astral, con diferentes niveles de inteligencia y de la sociedad. Algunos parecen ser estructuras bastante moderno, mientras que otros parecen antiguos.

los viajeros normalmente Astral experiencia de más de un reino o reino cada vez que proyecto en los planos astrales. A medida que el nivel astral a la que los viajeros del proyecto se establece por su energética valores al comienzo de una proyección, es, normalmente, así a su gusto. De este modo, normalmente se encuentran en zonas cada vez que agradable, donde siempre se sienta razonablemente cómodo; aunque a menudo un poco perplejo.

Para los viajeros más novatos astral, una excursión en el astral planos puede ser comparado a tomar un vuelo de misterio y aterrizar en una ciudad extraña. Una ciudad es una ciudad, sin embargo, y aunque el idioma, las costumbres y las leyes pueden ser diferentes, todas las ciudades están pobladas en su mayoría por reconocible tipos humanos. Con el tiempo, ya que la experiencia de navegación astral es adquirida, es posible viajar a más específicos destinos y explorar a continuación, los planos astrales, reinos, y los reinos de una manera mucho menos casual.

Regiones Astral de la vida real

Algunas partes de las áreas bajo astral contiene

Fig.

31. Despiece de subplanos internos aproximaciones de la vida real que a menudo se confunden y subplanos sub-la realidad, o para la zona en tiempo real. Estos pueden ser considerados de mostrar los reinos y los reinos como extensiones de la zona en tiempo real, con primas reflexiones energía de la conciencia, tanto objetiva como subjetiva, que aún no han sido objeto de cualquier notables dimensiones de filtrado y ordenación. Estos contienen una mezcla fluida y cambiante de paisajes y estructuras. Si bien éstas a menudo parecen tener similitudes con la dimensión física, un examen más detallado revela nada más que una mezcla fluida de reflexiones subjetivas astral.

áreas bajo astral parecen ser muy afectados por las mentes soñando en el área local. Ellos puede ser una especie de tierra de nadie o de un cruce entre la zona en tiempo real, los planos astrales, y la

dimensiones sueño. Si pasea a través de lo que parece ser su ciudad natal, en el bajo astral o astral dimensión, puede llevar a través de muchas ciudades y países diferentes, ya menudo en lugares extraños que no existen en el mundo real en absoluto.

Las áreas bajo astral son lugares bastante deprimente. Aunque con mucho tráfico por proyectores, que falta orden, son por lo general mal iluminadas, y parece chapucera juntos, un revoltijo confuso de las ciudades, paisajes, los pueblos, y los tiempos, todos los cuales parecen estar en un constante estado de flujo. Experiencias aquí puede ser muy confuso.

Si bien estas áreas son a menudo densamente pobladas, muchas de las personas que se encuentran aquí parece ser la mitad-dormido y vagando proyectores astrales. No suelen ser conscientes de dónde están o de lo que están haciendo, aunque en la superficie de muchos parecen activamente en la realización de alguna tarea o otros. Si despertado por otro proyector, por lo general recordar quienes son, pero están sorprendidos de donde están. Esta zona es el mejor considerado un subplano astral más bajo, pero no es realmente negativo, aunque algunas partes de ella pueden contener los aspectos negativos, y cualquier cosa y todo lo que se puede encontrar allí.

La última vez que visité esta zona dimensiones, me encontré flotando a través de un amplio corredor, lleno de giros y vueltas y cruces de caminos y pasos subterráneos. Que estaba llena de personas, la mayoría de ellos - a juzgar de las reacciones de cosquilleo energético tengo al pasar a través de algunos de ellos - otros proyectores. La

157

----- Page 159-----

el lugar tenía un tinte rojizo débilmente a su atmósfera oscura y húmeda. Me sentí como si estuviera dentro de un gigante laberinto subterráneo. Me detuve y le habló cortésmente a varias personas, pero aunque la mayoría estaban contentos de chat, no pude conseguir un sentido real de nadie.

proyectores astrales de bajo nivel, si se sabe, suelen ser hiperactivos y sobreexcitados. Este exceso de optimismo de los resultados de la experiencia astral sí mismo, a pesar de que rara vez será recordado. En Por otro lado, muchas personas en estas áreas no saben que están proyectando. En general, molino alrededor como hormigas sin ningún propósito en particular, hablando entre sí acerca de nada en particular. Encontré algunas áreas abiertas con edificios y más gente de aquí y allá, pero no había orden y el todo el lugar tiene mucho sentido. Pronto se aburrió con todo esto y abortó la proyección.

Huecos

deficiencias dimensionales, comúnmente llamado vacíos, se encuentran alrededor de los planos astrales. Son totalmente áreas vacías oscuro y sin rasgos distintivos. áreas vacío parece contener absolutamente nada y por tanto no están de alguna manera peligrosa. Entrar en un área vacía causas privación sensorial total en un proyector, un lugar tranquilo negrura sin entrada sensorial.

áreas de vacío, de acuerdo con algunas versiones de la teoría esotérica, conducen a la causal más abstracto y trascendental niveles dimensionales más allá de los planos astrales. Mi experiencia apoya esta teoría.

No hay manera que yo conozco, por desgracia, para explicar o describir el proceso de la trascendencia a través de un vacío, a pesar de un estado alterado de conciencia es, obviamente, el requisito básico. Huecos no parece que el plomo en los niveles mentales o superior de la escala de dimensiones estándar.

Muchas razones han sido dadas para la ocurrencia de un vacío, pero, por su naturaleza, es difícil observar y analizar un vacío, y mucho menos tratar de entender su lugar natural en el esquema de las cosas.

Vacío áreas parecen ser las áreas nula dimensiones que no contiene la estructura subjetiva u objetiva o que sea su forma. Es posible que los huecos se encuentran completamente fuera de la estructura de dimensiones normales

- Algo así como agujero negro en el universo físico.

No se asuste si usted se encuentra flotando en el vacío durante una proyección.

No es, muy

literalmente, nada que temer. No sé cómo introducir deliberadamente un vacío área dimensional.

Esto es sólo algo que ocurre de vez en cuando. No es algo que hay que preocuparse demasiado.

Es posible que muchas EFC vacío son simples problemas de la visión astral. Muchas personas han

problemas de percepción del hacia fuera-de medio ambiente y el cuerpo. Un problema de visión extrema podría, por lo tanto, OBE causar ceguera total, lo que lleva el proyector para percibir estar en un área vacía (véase el capítulo 21).

Tres maneras de proyecto de un vacío que de vez en cuando trabajo: Trate de buscar en sus manos y

verlos derretirse. Sienta su cuerpo físico y tratar de proyectar de nuevo cerca de él. Imaginar otro

lugar y el proyecto se utiliza el método de proyección instantánea. Estos métodos a menudo se tomará una

proyector a un lugar más brillante y más tangible. Si no, simplemente relajarse y disfrutar de ella. Me parece

áreas vacío lugares maravillosos para la introspección, la meditación y la oración. Nada te perturbe

mientras está suspendida en el vacío.

Plano Astral y estructuras de tipo tubo-

A medida que avances en su capacidad para desplazarse en la zona en tiempo real, y cerca de los primeros niveles de los planos astrales, usted comenzará a ver las estructuras definidas en el inicio de las proyecciones astrales plano.

Estas estructuras marca la entrada a los diferentes planos astrales y subplanos, y puede ser utilizado para astral-plano de navegación. La geometría, colores y patrones de una estructura de entrada astral-avión, creo, que represente sus subplanos interna, reinos, y los reinos de una manera visual abstracto. Proyectores puede percibir dos tipos básicos de estructuras cuando entran en el plano astral a través de sus superficies:

Plano Astral-Tipo de estructura - una superficie plana, bidimensional de proporciones infinitas, por lo general primero visto como desde una gran altura, con la superficie del avión se ve a continuación s

e extiende a todos los horizontes. La superficie está cubierta en las líneas de la red fina, negro, perfectamente espaciados, horizontal y vertical, para hacer una limpia, cuadros apariencia. Estas líneas de la cuadrícula esquema cuadrados que cubren toda la superficie. Cada cuadrado contiene un único, idéntico patrón de colores geométricos, repetido hasta la saciedad en todas las plazas de otros.

Astral Tube-Tipo de estructura - un túnel más complejo o estructura en forma de tubo, con un contenido interno líneas de la cuadrícula y patrones geométricos, a menudo de colores brillantes. Las líneas de la cuadrícula y los patrones son internos, por lo tanto no son tan fáciles de ver en su totalidad como en el plano astral-tipo de estructura de entrada.

158

----- Page 160-----
----- Página 160-----

Proyectores también suele oír un sonido impetuoso, notas musicales, tonos y otros sonidos a medida que avanzan a través de un tubo astral. Estos sonidos son, creo yo, parte del tubo, obviamente, más compleja astral estructura. Moverse a través de un tubo por lo general produce un sonido corriendo, cada punto de salida pasa a menudo produce un cambio en el sonido o los tonos y melodías o una serie de complejas notas musicales.

Proyectores puede utilizar cualquiera de estas estructuras para entrar con éxito y navegar por los planos astrales. ¿Qué tipo de estructura es percibida parece ser fijados por valor energético del proyector y el ángulo de la percepción en el momento de la proyección. Las similitudes entre astral tubo-tipo y el tipo de avión-estructuras de entrada indica que comparten una relación subyacente. En ambos casos, los proyectores de ver definitiva las estructuras astrales que contiene las líneas de cuadrícula y coloridos diseños geométricos. Utilizando cualquier tipo también tiene el mismo resultado. Estas estructuras son coherentes y se encuentran sin cambios cada vez que el misma parte de los planos astrales recibe la visita. Es razonable sugerir que el tubo-tipo y el tipo de avión-estructuras son una y la misma cosa - el plano astral estructuras superficie de entrada. Me sugieren además que las aparentes diferencias en estas estructuras de entrada son causados exclusivamente por el ángulo de enfoque, el ángulo de percepción energética, utilizada por diferentes proyectores. Los proyectores están acercando a la misma estructura de entrada astrales de diferentes ángulos dimensiones - desde un punto de vista diferente. Estos ángulos diferentes de proyectores muestran enfoque completamente distintos aspectos de la misma astral entrada de la estructura. La estructura astral entrada del tubo de tipo por lo tanto puede ser pensado como algo así como un enrollada estructura plano astral entrada de tipo, pero si enrollado o desenrollado es una y la mismo, sólo perciben de manera diferente, desde distintos ángulos de percepción. Estos ángulos de percepción diferente, creo, son causadas por diferentes patrones y niveles de actividad de los centros de energía primaria en los proyectores individuales. energía primaria, la actividad central (chakra actividad) fija el ángulo de dimensiones de acercarse a un proyector. ¿Qué tipo de ent

rada astral

estructura que se percibe es fijado por el nivel, la calidad y el patrón de actividad energética en la energía cuerpos de los proyectores individuales.

Proyectores con la frente fuerte o centros de la corona a menudo se sienten dejando sus cuerpos físicos a través de su cabeza o en las zonas frente, por lo general perciben una estructura astral entrada de tubo.

Proyectores con el corazón fuerte o centros de la garganta por lo general se sienten en saliendo por la parte delantera del sus cuerpos físicos, por lo general perciben una estructura plano astral entrada de tipo. El tipo de la salida de proyección por lo tanto da una indicación del nivel en el que están operando, y, a su vez, indica el tipo de estructura de entrada se puede esperar encontrar.

El nivel de actividad principal centro de energía (chakra de la actividad) afecta a la complejidad de los dos tipos básicos de estructuras de entrada del plano astral en el momento de la proyección. Por ejemplo, un proyector con una ceja naturalmente fuerte, pero sólo se activa a la ligera, o el centro de la corona en el momento de la proyección puede sólo perciben una estructura muy básica astral entrada del tubo de tipo, tal vez en blanco y negro, sin adornos de colores o notas musicales y tonos. Este proyector mismo, proyectando en otro momento cuando los centros de la frente o en la copa más energía activa, puede percibir una mucho más elaborada y la versión de colores de la misma estructura astral entrada de tubo.

Otra forma de explicar lo anterior es hacer una comparación entre estos diferentes ángulos de la percepción usando tres diferentes tipos de cámaras. Digamos que nos tomamos una foto de usted primero con un normal de la cámara, luego con una cámara de cine, a continuación, con una cámara de rayos X. La primera imagen se mostrará que en toda su gloria, con su superficie y la cara y el pelo intacto (entrada plano astral de tipo estructura) en la naturaleza muerta. La segunda imagen se mostrará más detalle y movimiento, pero en realidad es sólo una versión mejorada del primer tipo de imagen. La tercera foto muestra el complejo de la residencia estructura y órganos, menos la superficie (estructura astral entrada del tubo de tipo). Cada cámara muestra esencialmente la misma cosa, pero cada uno ofrece una visión muy diferente, desde un ángulo diferente energética de la percepción.

Plano Astral-Tipo de estructura de entrada

La estructura del plano astral de tipo de entrada es el que yo más conozco. Yo lo uso con más frecuencia que yo la estructura de tubo tipo, ya que me resulta más fácil para encontrar, usar y navegar.

La atmósfera por encima del plano, que rodean el proyector, es ligeramente de color de rosa, como si que consiste en vapor fina que irradia de la superficie del plano astral. Este color, tinte no es evidente cuando se mira directamente hacia abajo sobre la superficie, pero se puede ver la nebulización todos los horizontes. Si proyectores desgarró sus ojos de el espectáculo de la superficie debajo de ellos, y dar la vuelta y mirar hacia atrás,

----- Page 161-----

van a ver un color difuminado la medida de lo que pueden ver, como mirar hacia el espacio profundo en una clara y noche sin estrellas.

Para entrar en una estructura de entrada de tipo plano astral, simplemente buceo hacia ella mientras miraba a su superficie y mantener su mente razonablemente claro. Elija una plaza medida que se acerca - cualquier casilla va a hacer - y el objetivo para la parte de su patrón que desea entrar a través de. La plaza elegida y su patrón crecerá progresivamente más grandes, hasta que esté sobre el tamaño de un campo de fútbol. La transición a través de la superficie es muy distinto, pero va acompañado de ninguna sensación real.

Una vez que a través del patrón de la superficie, por lo general se encontrará dentro de un reino astral, o puede encontrarse temporalmente en otra zona de amortiguamiento ligeramente de color, que indica que está acercarse a un subplano interior. Si introduce una zona de amortiguamiento de color, debe seguir viajando en la misma dirección hasta llegar a un reino astral. Esto normalmente sólo toma unos segundos.

Para moverse entre los subplanos, puede cambiar de dirección, mientras que en el interior, se mueve a otro ángulo de su dirección original. Si no está seguro sobre qué camino tomar o no puede hacer su mente, cualquier ángulo entre el recto y hacia arriba por lo general tienen resultados positivos. Se trata de un poco de un golpe y no acertar, y por lo general es la mejor manera de explorar el reino en mano, en lugar de arriesgarse accidentalmente abortar la proyección al tratar de cambio en otros lugares.

Siempre tenga en cuenta que como cualquier OBE, el tiempo de proyección astral es limitado. Tiempo de espera es el mejor vinculados al tiempo que tarda el físico / cuerpo etérico a caer en el estado de sueño profundo. proyectores Sabio tomar ventaja de lo que encuentran y explorar lo que está en la mano mientras se tiene el tiempo para hacerlo. Esto es no como una limitación, ya que parece, ya que el tiempo es muy variable en el ambiente astral. Tiempo en general pasa mucho más lento allí, especialmente en el plano astral superior, y mucho se puede lograr incluso si sólo tiene unos minutos de tiempo real para trabajar.

Plano Astral-Tipo de navegación

Una forma bastante fiable para navegar con la estructura de entrada de tipo plano astral es usar el superficie patrón como una guía. Existe una relación directa entre las partes individuales de este diseño y las partes internas, subplanos, y dentro de los reinos. El punto de entrada de fine exactamente donde usted aparecerá. Por lo tanto, si usted recuerda el punto exacto de entrada y anotar en un diario después de la proyección, puede volver a un ámbito determinado astral o reino una y otra vez durante el futuro proyecciones. Con un poco de experimentación, se puede elaborar un mapa astral de ese plano astral.

Las esquinas de cada cuadrado pequeño, pero contiene puntos distintos y toques

de color que parecen amarillo, verde, naranja, y pintura roja. Cada uno de estos parece ser un punto de entrada en un determinado ámbito interno o reino.

La superficie del plano astral, quinta pieza central de patrones (ver tapa posterior) es una curva, de seis puntas, oscuro estrella azul rodeada por un crujiente, el contorno delgado, amarillo, coronado por una flor de cuatro pétalos de oro, coronada por un centro de color púrpura circular, situado en un fondo de color azul índigo. El color de fondo parece denotar el nivel de ese avión en el espectro astral. Cualquier parte de los patrones es de comer o central le llevará a los reinos más estructurado dentro de ese plano astral. Si el centro es morado penetraron en el punto muerto, que le llevará a lo más alto posible ámbito interno en ese plano.

La flor de oro y su centro de color púrpura, creo, es lo que se conoce por el famoso budista mantra: "La joya en el corazón de la flor de loto".

Al igual que con todas las estructuras de entrada astral, proyectores diferentes experimentarán ligeras diferencias propias de ellos debido a ligeras variaciones en su ángulo de energía de la percepción. Pero los planos astrales y sus estructuras de entrada son las estructuras de dimensiones sólido y consistente, y se encontró que en de acuerdo con las descripciones que he dado.

Astral Tube-Tipo de estructura de entrada

proyectores Muchos dejan sus cuerpos a través de la cabeza y se encuentran corriendo a través de un estructura de tubo de tipo astral, o encontrar la entrada del tubo astral espera cercana después de su salida fuera del cuerpo, que les deja la opción de entrar en el túnel o no. Esto es útil si quiere un proyector para pasar unos minutos en tiempo real antes de entrar en los planos astrales.

Personalmente, me gusta mucho más la estructura de entrada de tipo plano astral, como puedo encontrar mi camino en torno a un mucho más fácil de esa manera. Yo no conozco ninguna manera confiable de forma deliberada búsqueda de un tubo astral de tipo entrada estructura durante una proyección. Que están o se encuentran o no se encuentran al comienzo de la misma.

160

----- Page 162-----

Por favor, no tenga miedo de entrar y explorar el tubo astral si se encuentra con él durante un proyección - no importa lo que podría haber escuchado. No le hará daño de ninguna manera! Muchos personas me han informado de que la vista de este tubo es muy parecida a la del túnel de luz que han oído hablar, según lo informado por personas que han tenido experiencias cercanas a la muerte. Así, han negado a entrar en ellos a través de simple precaución o miedo - y perdió en la experiencia de toda una vida. Permítanme asegurar a usted, no hay manera posible que pueda hacerse daño. Tampoco hay manera posible que pueda ir demasiado lejos, simplemente utilizando una estructura de tubo de entrada de

tipo astral.

Introduzca la estructura astral tipo tubo e inmediatamente encuentra corriendo a través de él. Usted una sensación de gran velocidad y frecuencia escuchamos un sonido sibilante como el aire corriendo más allá de usted. Grid líneas y colores y los patrones y los tonos y las notas musicales cambian al pasar a través de él. Sale aparecen a intervalos regulares, marcados por cambios definidos en los colores, tonos y patrones que te rodea. A veces usted experimenta visiones breves mind's de ojos y / o sentimientos intuitivos de donde sale el plomo.

Usa tu intuición para elegir una salida que le guste, o elegir uno que sabe de la experiencia, o simplemente tomar una conjetura salvaje y saltar en una sola. Por otra parte, acaba de colgar en, disfrutar de los rodillos tubo astral-paseo de la montaña, y ver dónde terminan. El tubo no le hará daño, no importa lo que haces.

La mirada y la sensación de los colores, patrones y tonos musicales que rodean los puntos de salida dentro de un tubo-tipo de estructura puede proporcionar una guía razonable para el tipo de nivel astral o reino lleva a ellas. Turbias colores con demasiado color negro o gris, con bajo y discordante o desagradable que suenan los tonos, por ejemplo, lo más probable es que tomar para reducir subplanos astrales. Muchos de bonito color rojo, naranja, verde, azul, amarillo, púrpura y oro, por el contrario, acompañada de armonía o de sonido agradable tonos o notas musicales, lo llevará a niveles más altos y reinos.

Basta con sumergirse en su salida elegido al pasar por ella y de repente se encontrará dentro de un reino astral. La salida es bastante dramático, como entrar en otro mundo. Si a memorizar los patrones, colores, tonos, y el aspecto y la sensación de una salida, que será capaz de encontrar este reino otra vez durante más proyecciones.

Más astral estructuras de entrada de tipo tubo puede aparecer durante el curso de un tubo astral de un solo tipo de proyección. Si desea volver al tubo y no lo puede ver, la imagen con fuerza en su mente ojo y que a menudo aparecen en algún lugar cercano. Alternativamente, usted puede intentar una proyección instantánea atrás y adentro. Otra manera de encontrar de nuevo es llegar y sentir tu cuerpo físico y tratan de proyectar de nuevo cerca de él. El tubo astral a menudo se encuentran esparciendo cerca de su cuerpo físico - pero a veces no. Con el tiempo de proyección es siempre limitado, sugiero que explore lo que esté a mano en vez, en lugar de comenzar por todas partes y perder el tiempo buena proyección.

Túnel de la Luz

Muchos proyectores informe de disparo a alta velocidad a través de un túnel de luz cuando se proyectan, a continuación, terminar en algún lugar dentro de los planos astrales. Algunas personas perciben la entrada astrales de tipo túnel estructura tan simple blanco y negro con líneas de la cuadrícula. Otros lo perciben como colores o adornado de muchas otras maneras. Es, por tanto, razonable sugerir el túnel de la luz puede

simplemente otra versión ángulo de percepción de la misma estructura básica astral entrada de tubo.

Por otro lado, también es posible que a veces un efecto breve túnel de la luz puede ser causada por la confusión inicial de las estrellas como un proyector viaja a una velocidad extrema a través de la galaxia, hasta que la realidad se desmorona y que entran en el plano astral adecuada. Por esto, no quiero decir que los planos astrales tienen una ubicación real espaciales en el universo físico. Una explosión repentina de gran velocidad a través de la atmósfera y en el espacio exterior, sin embargo, puede arruinar un proyector rápidamente fuera del tiempo real y directo en los planos astrales, con desorientación simple que causa el cambio resultante de dimensiones.

Encontrar Estructuras Astral entrada

Muchos proyectores, aunque puede funcionar bien en el tiempo real de la zona, parecen incapaces de forma deliberada entrar en los planos astrales. En ocasiones pueden caer en los reinos astrales de forma espontánea, pero que es incapaz de percibir cualquier tipo de estructura de entrada astral a todos, que hace que la navegación astral extremadamente difícil. Percibir algún tipo de estructura de entrada (ya sea de tubo o tipo plano) es necesario para los proyectores para explorar y regresar a determinadas regiones astrales, o para encontrar su camino en los más altos niveles dimensionales.

161

----- Page 163-----

Por otra parte, muchos proyectores parecen incapaces de operar en la zona en tiempo real. Ellos tienden a deslizarse directamente en los reinos astrales, al mismo tiempo sin pasar por ningún tipo reconocible de la superficie de entrada de la estructura. Pasé muchos años de la proyección consciente de salida atrapados en la zona en tiempo real. Encontré que es difícil entrar deliberadamente los planos astrales, aunque esto ocurrió en ocasiones, hasta que aprendí algunos trucos para superar este obstáculo de dimensiones incómodas.

El método que yo uso y recomiendo para entrar en los planos astrales es la siguiente: A partir de tierra cerca de nivel, a medio camino entre el objetivo y el horizonte hacia arriba y quitar. Volar a la mayor velocidad posible. Comenzar a moverse hacia arriba y sentir y tomar conciencia del universo lleno de estrellas hacia fuera antes que tú. Incluso si es la luz del día, la imagen está en el ojo de su mente a medida que extiende la mano y sentir las estrellas más allá de la atmósfera terrestre. Llene su mente con la sensación de enorme distancia y disparar para el universo de estrellas. La aceleración increíble esto hace que hace que su visión borrosa momentánea, y puede que desarrolle un efecto breve túnel de la luz.

Para aumentar la precisión, en su lugar puede contener una imagen de la portada a trasera de este libro en su ojo de la mente a medida que disparar a las estrellas. El primer signo tendrás que haber logrado es el cambio dimensional, que se siente como una breve sensación de caída acompañada por un

momento de confusión
desorientación. A continuación, o bien se encuentra en una zona de color-color a un
plano astral, de tipo
estructura de entrada - (que es más probable) - o usted puede encontrarse ya dentro
de un astral
reino, que es un poco menos probable. Aún menos probable, puede que te encuentres
cerca o dentro de un astral
tipo de estructura de tubo de entrada.

Este método toma un poco de práctica, pero funciona y es bastante fiable. Una vez
que llegue a un astral
estructura de entrada, debe ser capaz de encontrar su camino de regreso allí de nuevo.
Sólo tiene que mantener la
imagen recordada o la mirada y se siente fuertemente en la mente a medida que dispa-
ra a las estrellas. La cubierta trasera
el arte de este libro proporciona una representación bastante exacta de lo que una
estructura real del plano astral entrada
en realidad parece. Esto está tomado de mi memoria viva y ha sido interpretado por
un artista de
con este fin. Si usted puede imagen esta lo suficientemente fuerte en el ojo de
su mente, usted debería ser capaz de
proyecto de este plano con bastante facilidad. Mira en esta foto como una especie
de mapa astral de barro a una entrada
estructura.

Si este método no del todo, que es muy poco probable, usted puede encontrarse
en el otro lado de la
la galaxia, o en otra galaxia. Si esto sucede, disfrutar de los vuelos espaciales
y explorar. Nada de lo que podría
posiblemente no puede hacerte daño, no importa lo lejos o lo rápido que vayas. Usted
simplemente no puede perderse en
el espacio. No te preocupes por encontrar su camino de regreso a su cuerpo, tam-
poco. Su cuerpo físico se tire
una copia de si necesita o puede simplyfeel para su cuerpo y regresar a él.

Volviendo a un plano astral

El patrón de colores geométricos en la superficie de cada estructura de entrada
del plano astral, es claramente
diferente de la que se encuentran en la superficie de cualquier estructura de otra
entrada astral plano. Este patrón
parece ser una especie de dimensión código de colores, que representan de manera abstrac-
ta los componentes internos del
cada plano astral. El color tintado que se encuentran en las áreas de espacio abier-
to, cerca de los planos astrales pueden
se corresponden con el nivel de los planos astrales está recorriendo. Utilizando el
espectro conocido como
guía básica puede dar una idea de proyectores en los que se encuentran entre los pla-
nos astrales. Tenga en cuenta
que hay muchos colores por encima del espectro normal física que sólo puede ser perc-
ibido mientras que hacia fuera
del cuerpo. Algunos colores astrales son imposibles de describir, no hay nada que
en lo físico
dimensión con la que comparar. Sugiero que estos serán juzgados de manera intuitiva
y por su belleza.

Puede ser posible utilizar los colores de la zona de amortiguamiento del pro-
yecto a niveles específicos de los planos astrales. Este
es un buen comienzo para los nuevos proyectores, y definitivamente vale la pena
experimentar, especialmente si usted está
tener problemas para entrar en los planos astrales. El éxito de este dependerá de lo
bien que puede
llenar su mente con el color elegido durante una proyección. Debe imagen el color

y se deja llenar el ojo de su mente, mientras se siente usted en movimiento o caer en ella, exactamente de la misma forma que se utilice el método de proyección instantánea. Cuando figuren en el mismo, debe seguir avanzando en su dirección original, ojalá, una estructura de entrada del plano astral, pronto aparecerá.

El método de proyección virtual de la realidad (véase el capítulo 24) también se puede utilizar para este propósito. Si un cartel de un solo color primario brillante se introduce, de acuerdo con la técnica de VRP, puede ser posible provocar un cambio dimensional directamente en el nivel astral asociadas a ese color. Si la superficie patrón de un plano astral puede ser re-creada como una imagen, esto también puede ser utilizado, según la técnica VRP,

162

----- Page 164-----

para proyectar directamente sobre la superficie de ese plano astral. La cubierta trasera del libro mal es, de nuevo, ideal para mal propósito.

Skull Rock

La siguiente es una experiencia astral-plano de la mina, que muestra la entrada típica de tipo plano astral estructuras, como yo los percibo.

Esta proyección ocurrió en la una de la tarde. No hice el trabajo de energía, el trance, o la meditación antes de que, como yo tenía la intención de dormir una siesta y no una proyección. Yo estaba descansando bien, pero aunque yo estaba muy cansado que no podía conciliar el sueño - demasiado café de la mañana mucho más tal vez. Pronto me sentí yo caer en trance y se escurre el primer movimiento energético y las vibraciones comenzó a propagarse lo largo de mi cuerpo. Empecé a ver en la zona en tiempo real a mi alrededor a través de mis párpados cerrados, por lo que decidí ir astral por un tiempo. Salí con la técnica de la cuerda instantánea (ver capítulo 19) y escalonada libre de mi cuerpo.

Yo, literalmente, se tambaleó, sensación de debilidad y con poca energía o el control direccional. Este me dijo que estaba demasiado cerca de mi cuerpo físico demasiado despierto y la mente. Flotaba con cierta dificultad a través de la pared de mi habitación para escapar de mi cuerpo físico. Al pasar a través de la pared, me sentí un hormigueo eléctrico tipo de zumbido y escuchó una determinada velcro-como el sonido rasga. Vi el interior de la pared con toda claridad y luminosas al pasar a través de él. Me tambaleé de distancia hacia la sala principal como un borracho, con la intención de darle a mi sobrino, Matt, una buena dosis de la piel de gallina al pasar por su físico cuerpo.

Yo tenía muy poco control y sentí que mi cuerpo físico tratando de arrastrar de nuevo a él. Todavía estaba demasiado cerca a mi cuerpo físico, y probablemente fue debilitado aún más por hacer demasiado rápido una salida sin ningún tipo de trabajo energético preliminar. Decidí salir de la casa por un tiempo, pensa

ndo que esto debería solucionar el
problema. Me entró tambaleándose en la habitación de invitados y cayó de costado por la ventana y hacia fuera en el frente
patio. Me di la vuelta y flotaba sobre el césped y me arrastró lejos de la casa. Pronto comenzó a
sentirse mejor.

Yo desnatada través de la carretera en el parque frente a la casa.
Esperé allí por unos momentos,
abrazar un árbol grande de edad, mientras que la goma me concentré en el di
bujo más energía en mí mismo, sensación de que
cursando en mí de mi físico / cuerpo etérico de vuelta en la casa.

Mucho más fuerte ahora, que voló hacia la playa un poco más de una mil
la de distancia, a sentirse mejor ahora estaba
el aire y lejos de la casa. Fue un día de sol glorioso, con un cielo azul
brillante y muy
pocas nubes.

Seleccionar un punto muy por encima del horizonte, me extendió la
mano y sentir por el universo lleno de estrellas ocultas
más allá del azul. Me quiso hipervelocidad, aumentando la velocidad de form
a espectacular. Todo borrosa como yo
me tiro en el espacio a través de un túnel breve borrosa luz de las estrell
as. Sentí un cambio dimensional y
me encontré en algún lugar de la dimensión astral. Después volé a través de la os
ridad por un momento, un
brillante superficie de azul más profundo, como el cielo de la tarde, apa
reció a mi alrededor.

Me encontré con una estructura amplia entrada astral plano. Hacia
fuera a varios kilómetros debajo de mí, su
una superficie crujiente de color azul que me hizo una seña, cubierta con
espectaculares a la red los patrones de líneas. Esto fue absolutamente
impresionante para contemplar de primera mano y yo se cernía un tiempo, l
a respiración todo adentro Cada cuadrado de su red-alineados
estructura se llenó con el mismo patrón de espectaculares, geométricas multic
lores. Esta fue la puerta
a un plano astral, a otros mundos en su interior. Se extiende debajo de
mí, que yo podía ver en todos los
direcciones, llenando todo mi horizonte.

Es difícil describir un espectáculo tan enorme como estaba debajo de
mí. En el mundo físico
no hay nada con que hacer una comparación justa. Supongo que el paracaidi
smo desde una gran altura sobre
campos de cuadros de tierras de cultivo sería el más cercano a ella. Yo est
aba emocionado y asombrado por esta
belleza geométrica espectacular. Sin dudarle más me cisne se lanzó hacia la s
uperficie. Un hormigueo
torrente de energía inundó mi cuerpo astral y me gritó con alegría, tan fuerte
como pude,
"Geronimoooo Heeeee Haaaaaa!" y escuchó mi voz atronadora voz alt
a y clara en todo el
dimensión astral.

Cuando me acercaba a la entrada de modelado, sentí un zumbido casi
tangibile del poder en la
ambiente que me rodea. La plaza que había elegido como blanco creció consta
ntemente más y más grandes, pero
siendo claramente distintas hasta el último momento como me sumergí en ella
. No había sensación de
impacto, pero la transición fue dramático. De repente me encontré en lo que p
arecía como el agua de color azul oscuro,
mucho más gruesa que la atmósfera de color que había dejado solo. La visibili
dad era muy buena, y pude ver por

cientos de metros en todas direcciones. Foros momento pensé que estaba en otra zona de amortiguamiento. Entonces cuenta de pequeñas burbujas y los bits de la materia a mi alrededor, lo que indica que fue hecho bajo el agua. Me dirigí hacia arriba en un ángulo ligero hacia un área más clara de que supuse que la superficie.

Un movimiento espumoso me llamó la atención. Pesca con caña hacia abajo volé a investigar. Vi a una escuela de varios peces enormes en la distancia. Al acercarse, vi eran redondos, planos y brillantes color, se parecen mucho a los peces tropicales Discus. Estos eran mucho más grandes que el más grande que las ballenas. Has nadado los océanos de la Tierra. Nadando entre estos gigantes de lujo fueron los tiburones, pero el

----- Page 165-----

los tiburones eran pequeños en comparación con el enorme pez - peces pequeños como los gigantes majestuosos. Uno de los gran pez me miró mientras volaba lentamente a través de su escuela gigante. Me miraba con calma, con una muy buenos ojos grandes del tamaño de un automóvil mientras flotaba pasado. Sentí la inteligencia, la curiosidad, y ... algo así como atracciones procedentes de los peces grandes.

En espiral hacia arriba, que apareció entre las olas del mar animada, y se elevó en un cielo añil glorioso. Dos soles brilló sobre mí, uno grande y uno pequeño y de color naranja y amarillo. Varios kilómetros de distancia de mi derecha había una línea de costa con una pequeña bahía bordeada de arenas color amarillo cremoso. tiras espumoso blanco de surf laminados sin fin hacia la playa, de pie crudamente a cabo desde el océano azul. Que sobresale de la costa en el punto izquierdo de la bahía fue una forma pálida masiva. Miré más de cerca: Una roca con forma de calavera con sombras de ojos cavernosos miró hacia mí, buscando a varios cientos de metros de altura.

Dando vueltas y teniendo todo en, vi a varios grandes veleros de varios curioso diseño kilómetros de distancia. Eran altos, de madera, los buques de alta mar, pesado, alto, de nariz y el toro en la proa, pero increíblemente bajos de la mitad central a popa. Las velas fueron manipuladas de una forma que nunca había visto antes, con mástiles en V en ángulo subrayado con brazos fuertes, buscando algo como alas de murciélago gigante de las velas, que se extiende salida a través de sus rayos. La gente se arrastraban como hormigas sobre las cubiertas y los aparejos. Me lancé hacia ellos, ya que con tachuelas, todos girando al unísono con velas y hacer frente a grietas, aerosol de voladura de sus tallada arcos, ya que lanzó valientemente en los rodillos de corteza blanca animada.

Me cayó cerca de la rueda del barco en la cubierta alta de la nave principal. Me ha servido para varios años en los buques mercantes como un muchacho, así que sabía algo de los temas náuticos, pero se veía esto y sentía como ningún otro barco que había visto nunca. No podía encontrar la manera que su ángulo de las velas para virar adecuadamente, pero parecía estar haciendo muy bien y se mueve a lo largo a un ritmo bastante bueno.

La popa del barco fue increíblemente baja en el agua y, mirando hacia atrás,

pude ver que era
cargado con la carga presionado con lo que parecía ser pesadas redes. Cada vez que
el barco viró, las ondas
se apoderó de las redes, que parecía una extraña manera de almacenar cualquier tipo de
carga. Intrigado, me flotando de nuevo
para echar un vistazo más de cerca. El cargamento estaba compuesto por fardos de h
oja ancha, verde-marrón manchada
bolsas de algas, mariscos finos neto de negro, y paquetes atados de algún tipo de
gusano de mar, que parecía
rollos de cuerda atado a las plataformas de madera. Todo estaba cubierto de pesa
das redes para mantener la carga
de lavado de distancia. El área de almacenamiento en agua ahora se hace mucho sent
ido.

La tripulación fue vagamente Europea busca, de pelo oscuro y muy construido
, curtido y acabado en
ásperas camisas grises con pantalones color café cortado y pelado en las rodillas. T
enían cuentas bandas para la cabeza cuerda
y cinturón negro de tela enrollada y anudada alrededor de sus cinturas. Como ya he
hecho mi camino de regreso hacia el barco de
puente, vi a una mujer encaramada cerca de la rueda de la nave en una paca grand
e de algo como la lana. Ella fue
que me miraba, pero volvió la cabeza bruscamente cada vez que le devolvió la mirada.

La única mujer en la cubierta, que parecía a cargo de la nave. Ella era más peq
ueño y más ligero que
los hombres, con un cambio sin problemas hasta la rodilla de material fino, casi
blanco atado a la cintura con un ancho
cinturón de cuerda trenzada. Su cabello castaño oscuro colgaba casi hasta la cintura
cuando no se desplegaron por el
brisa. Un pequeño hueso de mango cuchillo sobresalía de debajo de su cinturón. Tocó brev
emente como yo
se acercó a ella, luego pareció cambiar de idea y cruzó los brazos con fuerza. Ella me
miró, su
los ojos casi dorados brillando una advertencia silenciosa.

Me miró a mí mismo para asegurarse de que estaba vestida. Muy bien, pantalone
s cortos y camiseta, mi
vestimenta astral estándar. Sporting mi sonrisa más ganadora, con todo respeto le pr
eguntó lo que este mundo se
llamó, pero ella volvió la cabeza bruscamente de distancia. Me mudé a recuperar el ojo
de nuevo, pero ella rompió su
la cabeza de nuevo. La aproximación, que le ofrecía otra sonrisa, pero ella saltó de l
a bala y marcharon
a una escotilla elevada de madera cercano. Me llamó después de ella y ella dio media
vuelta y gritó algo en
yo como ella desapareció por la escotilla. Yo no podía entender lo que había dicho, pe
ro podría muy bien
Supongo que lo que quería decir.

Encogiéndose de hombros, me acerqué a algunos de los marineros de cubierta ya
que se dedicaban al negocio de funcionamiento
su barco. O bien la vuelta o se quedó mirando hoscamente a la cubierta, haciendo c
aso omiso de mí. Esto fue más
singular, pensé. La gente en la mayoría de los reinos astrales suelen hablar con ust
ed, aunque sólo sea para decirle lo que
que piensan de su intrusión en sus vidas. Todos ellos podían verme y me sentí bastante
sólida, pero no hay una
quería tener nada que ver conmigo. Me sentí muy desagradable y pronto abandonaron el
barco.

Di vueltas alrededor de la flota por un corto tiempo antes de renunciar a
ella, decidir tomar un largo
pasar barriendo la costa. Aterrizaje sobre la roca con forma de calavera, exploré

su parte superior. Tenía un suave, erosionada superficie de piedra caliza con un tipo antiguo de humedad sienten a la misma. Esto me recordó de un vez que había jugado en Stonehenge como un niño, antes de poner la gran valla a su alrededor. No vi a nadie y nada de mayor interés a lo largo de la costa o en la roca, además de algunos particulares de aspecto peludo gaviotas. Todo parecía muy tranquilo aquí y, aparte de los habitantes de navegación marítima hostil por aquí, decidí que me gustó mucho el lugar.

Sabiendo que mi tiempo era probablemente corta, me decidí a empezar a moverse y explorar un poco más de este reino. Despegar, me agitaba los brazos para obtener mayor velocidad (no se rían, esto funciona) y tomó a mi original trayectoria, pronto dejando la roca en forma de cráneo muy por detrás de mí. Antes de que pudiera ir más lejos, sentí que debilidad familiares de edad tirando de mí, mi cuerpo comenzó a arrastrarme de nuevo a él. El cambio dimensional borrosa mi visión con una breve sensación de caída. Caí de nuevo en mi cuerpo y cogió los lados de la cama al despertar. Sentado que llegué a mi diario, sentirse bien descansado después de mi inesperada astral excursión.

164

----- Page 166-----

A modo de ejemplo para futuras consultas, las palabras clave que entró en mi diario para describir lo anterior experiencia eran débiles, estrellas, avión azul, patrones, salto del ángel, los buques de pesca n, el cráneo. Esto es todo lo que necesitaba para cimentar los recuerdos de la experiencia en mi cerebro para que no pudieran perderse. Entonces procedí para completar todos los detalles. Tenga en cuenta que el orden de las palabras clave que se utiliza como una guía para indicar la secuencia de los acontecimientos.

Navegación por los Reinos Astrales

No es necesario para percibir una estructura de entrada del plano astral para entrar en los reinos y moverse entre ellos, aunque esto es obviamente una forma mucho más precisa de navegar. La mayoría de las personas encontrará que puede sumergirse directamente en los reinos astrales sin demasiados problemas, sin pasar por ningún tipo de la estructura de la entrada por completo. Esto puede ser comparado a tomar vueltas misterio cada proyección. No muchas maneras de entrar en los reinos astrales y pasar de un reino astral a otro. Todos estos provocar un cambio dimensional, de mover el proyector en un reino astral, ni a otros lugares astral.

Imagine un lugar que te gustaría ser (viajes instantáneos). No tenga miedo de imaginar una fantasía destino. Por ejemplo, si desea viajar al reino del cráneo Rock astral, tal como figura arriba, volver a crear la ilusión generada en el ojo de su mente por mi descripción de ella y sentir mismo desplazamiento hacia ella o caer en ella.

Aumente su nivel de energía aprovechando más energía de su cuerpo físico / etérico.
iéntase
usted chupar y el dibujo de la energía en su cuerpo proyectado. Al hacer
esto, cree que su
aumento de las vibraciones. Se siente el zumbido y zumbido en todo con
el poder, cada vez mayor en
intensidad y tono, mientras se siente usted cada vez más clara y en aumen
to. Se siente el aumento de
y el cambio en los planos astrales.

Vuela tan rápido como puede, con el objetivo a medio camino entre el horizont
e y con la espalda recta, mientras que alcanzar
a cabo y el sentimiento lleno de estrellas de galaxias por delante. Wil
l, imaginar, andfeel pegarse un tiro
a través de las estrellas a toda velocidad.

Camine en un espejo, una imagen o pantalla de televisión, según la técnica de pro
yección de realidad virtual (véase
capítulo 24). Use esto como una zona de parada y marcha en una dirección ha
sta que te encuentras en una
reino astral.

Mira las manos y de ver desvanecerse hasta que hayan desaparecido por compl
eto. Su

la mente subconsciente tiene problemas para aceptar esto, lo que provoc
ará un cambio dimensional,
su traslado a un reino astral. Esto también se puede utilizar para cambia
r de puesto a otro reino.

Da vueltas tan rápido como sea posible y tratar de desorientar a ti mismo. A
menudo, esto causará una
cambio dimensional y se mueve en un plano astral, o hacer un cambio a o
tro reino.

Mano de Estabilización vistazo

Su proyectada doble de manos puede ser muy útil durante una proyección - si se m
e permite la
juego de palabras terribles. Usted no sólo puede usar para causar un cambio dimens
ional, pero también se puede utilizar para
estabilizar una proyección vacilaciones cada vez que las fluctuaciones de la reali
dad que comienza la erosión. Para estabilizar una
proyección, la mirada brevemente en sus manos luego apartar la mirada de nuevo ant
es de que comiencen de fusión. Haga esto lo más
veces como sea necesario, en pocas palabras mirando a ellos cada medio minuto o
así que si es necesario.

La técnica de la mano-vista, parece enviar una pequeña onda de choque energético h
acia abajo la plata
cable, la cual estimula el desarrollo físico / cuerpo etérico y la mente, haciendo q
ue proporcionan la proyectada
doble con más energía. Esto también parece retrasar la entrada del cuerpo físico en el s
ueño profundo
del Estado. La duración de una proyección de lo que se puede alargar y hacer más memor
ables. Esto es
especialmente eficaz durante las proyecciones en tiempo real.

Astral de descanso y áreas de recuperación

Muchas personas, cuando mueren, parecen moverse en el reposo astral y áreas de
recuperación. Licores y demás
dormir en estas áreas hasta que se recuperen de las condiciones impuestas en el tr
anscurso de sus vidas y se
listo para el progreso en el mundo de los espíritus adecuada y tomar un papel más ac
tivo en sus vidas posteriores. Si

entrar en estas áreas de recuperación, por lo general perciben un escenario de hospital-como. Usted ver a los espíritus de descanso y

165

----- Page 167-----

dormir y ser atendidos en un entorno hospitalario como. Usted puede incluso ver las enfermeras y los médicos que atienden para estos pacientes espíritu. Esto no quiere decir que es un reino astral real hospitales como en seres avanzados espíritu de atención para la recuperación de los espíritus, la mente más probable es que el proyector crea el hospital escenario. ángulo del proyector de la percepción interpreta las energías contenidas en astral

descanso y recuperación de áreas, y los traduce en que viven las imágenes metafóricas.

Criado actividad energética y los estados alterados de conciencia puede permitir que los proyectores para proyectar en más altos niveles dimensionales. Todas las experiencias de esta naturaleza se deben descargar e interpretado antes el cerebro físico puede interpretar y guardarlas como recuerdos comprensible y revocables. Este representa la naturaleza abstracta metafórica de todas las experiencias de más alto nivel. También se explica la dificultades inherentes en la interpretación y la comprensión que, a nivel de base normal de vigilia la conciencia natural para el cuerpo físico.

He visitado resto astral y recuperación de lugares muchas veces. El escenario del hospital-y como ambiente siempre es similar, pero cada habitación me visita es muy diferente. Estas habitaciones parecen reflejar las condiciones de vida que rodean los pacientes en el momento de su fallecimiento.

Como ya he dicho, yo realmente no creo que haya un hospital real flotando en algún lugar en el mundo astral dimensión, que contará con la intención de los seres en la enfermería espíritus enfermos y cansados de vuelta a la buena salud, aunque este es un pensamiento hermoso. Creo que este escenario es creado por mi propia mente, ya que interpretsthe energías de difusión de estas áreas de la única manera que puede. Esta interpretación de la percepción se hace según la propia aprendido mi mente asociaciones mentales, así como por los establecidos en mí por la la conciencia colectiva de la humanidad. Como se trata de una curación, el descanso y área de recuperación para el recientemente partió, mi mente lo interpreta como un escenario, tipo hospital, atendidos por médicos que atienden y enfermeras.

Los médicos y enfermeras que el personal y ejecutar este hospital astral no parecen ser verdadero espíritu los seres. Hasta ahora no he sido capaz de entablar algo parecido a una conversación significativa con ninguno de ellos. Ellos parecen estar muy de dos dimensiones.

Por otra parte, muchas de las personas / espíritus que he conocido allí que parecen estar de visita o la espera de un paciente en el hospital parece ser bastante real. Muchos visitantes espíritu responder y conversar de una manera razonablemente normal. Espíritus que he hablado en esta situación no parecen ser conscientes de la longitud de tiempo que ha transcurrido desde que pasó por encima, ni respecto de muchos detalles de sus otra vida desde entonces. Los recuerdos de su vida terrenal también parecen vagas,

como un medio olvidado
sueño.

Muchos espíritus parecen ser conscientes sólo de su realidad presente, que de estar en un lugar, el escenario de hospital, por un período de tiempo indeterminado. Algunos espíritus tienen vagos recuerdos de procedentes de otras áreas dimensiones, pero hasta ahora sólo me ha dado detalles muy superficiales. A menudo van a hablar de un ambiente cálido, iluminado, lugar interesante donde tiene muchos amigos y seres los, pero con poco más de detalle que esto. La respuesta más común que recibo de pedir lo que los espíritus que es de donde vienen es: "Es muy bonito y todo el mundo no es tan agradable que no entiendo. este. Lo siento mucho. Yo lo conozco bien y puedo imaginar que en mi cabeza, pero no puedo describirlo a usted".

La calidad de ensueño de la memoria exhibido por los espíritus de visita en esta área del hospital astral puede ser causados por sus demasiado lejos de su nivel de base natural de la conciencia en el momento. Mantenga en cuenta que las naturales, o la base, el nivel de un espíritu es, lógicamente, en uno de los mundos espirituales, y no ya en la dimensión física. Parece que cualquier alejamiento del nivel de base natural de conciencia, ya sea para los seres espirituales o seres humanos, causa problemas de memoria de traducción. Este problema de traducción incluye también, creo, por las muchas dificultades y vicisitudes comunes al espíritu las comunicaciones y la canalización en general.

166

----- Page 168-----

27. El Cordón de Plata

El cordón de plata famoso es una intrincada estructura de los filamentos de energía que, como un cordón umbilical, vínculos con el físico del cuerpo etérico (original) de su proyectado matrimonio, durante cualquier tipo de OBE, incluidas las experiencias cercanas a la muerte (ECM). El cordón de plata forma un vínculo irrompible energética entre el cuerpo físico / etérico y su proyectado matrimonio, lo que permite un continuo de dos vías flujo telepática, emocional y energético, no todos en el nivel consciente.

Yo digo como las ECM como, lógicamente, si una persona sobrevive a la muerte física temporal que debe Ha habido algunos sin romper la vinculación energética entre lo físico / cuerpo etérico y sus proyecciones ECM doble. Esto es lo único que permitiría a la reconexión de la extinta temporalmente cuerpo físico con su proyectado matrimonio cuando el cuerpo físico es devuelto a la vida.

El proyectado matrimonio debe ser constantemente se suministra con el tipo correcto de energía necesaria para apoyo de su funcionalidad e integridad de cualquier nivel que esté en funcionamiento. La cantidad y la calidad de la energía que fluye en el doble proyectada afecta en gran medida de sus posibilidades durante cualquier tipo de OBE. Un buen flujo de la energía fortalece su capacidad de pensamiento coherente y el movimiento y permite una

la memoria más fuerte descarga durante su eventual reintegración con su contraparte física. Sin suficiente energía que fluye en ella, la conciencia y la memoria se vuelven débiles y confusas y control respecto a la previsión doble se hace difícil.

La conciencia necesita una gran cantidad de energía. La presencia de la conciencia de vigilia en cualquier cuerpo sutil crea una fuerte demanda de energía, lo que provoca un flujo mucho más fuerte de la energía en particular, que cuerpo sutil que en cualquier otro. Esto tiende a debilitar a todos los cuerpos sutiles otros, pero permite la participación activa cuerpo sutil para mantener mejor la integridad de conciencia y la funcionalidad. desarrollo energético puede superar esto, en cierta medida, pero todos los proyectores tienen solamente una cantidad finita de energía con la que operar. La cantidad de energía disponible para cualquier proyector sólo se extenderá hasta ahora.

Ubicación del cordón de plata

Hay desacuerdo sobre la existencia del cordón de plata y su ubicación. Algunas personas afirman que es unido al ombligo, algunos que se adjunta a la frente, y otros afirman que no existe en todos. Mi fuera de las observaciones del cuerpo muestran el cordón de plata existe realmente, pero es visto sólo cuando deliberadamente buscado.

El sitio de fijación del cordón de plata en el cuerpo físico es muy difícil determinar durante la proyección. Parece que hay varias cuerdas más pequeñas, que se extiende desde cada uno de los principales centros de energía (chakras mayores) de la física / cuerpo etérico, así como muchas pequeñas y finas filamentos que se extiende desde algunos de los centros de energía más grandes secundaria (chakras menores), especialmente en las áreas del torso y la cabeza. Estos parecen fluir sobre la superficie del cuerpo físico y la web finalmente para formar una sola cuerda principal, un par de pulgadas de la superficie del cuerpo físico. Para mi forma de pensar, el cordón de plata se une a la no cuerpo físico, sino el cuerpo etérico.

La fijación del cordón de plata a la proyectada doble parece estar en un solo punto y no muestra telaraña tales estructura de pequeños filamentos que componen una de plata principal más grande del cordón umbilical. El cordón de plata no siempre se asocia a la misma área de todas las proyecciones dobles. Siempre se verá en el lado directamente frente a la ubicación del cuerpo físico del proyector, pero esta dirección a menudo puede ser muy difícil de determinar, dimensionalmente hablando.

Fig. 32. Cordón de Plata, que muestra

diferencias de fijación de la física

Hay varias razones posibles para los informes por el cuerpo de muchos y sobre el proyecto de doble proyectores diferentes a lo largo de los años del cordón de plata diferentes lugares en el doble proyectado. El primero es la creencia de efecto puede tener sobre el líquido fuera de cuerpo medio ambiente, y por lo tanto en el aspecto de la proyectada doble. Las creencias

as son base sólida
estructuras de pensamiento. Ellos pueden tener un fuerte efecto en lo que se percibe durante cualquier proyección.

167

----- Page 169-----

Así como imagen de sí mismo da forma a la proyectada doble, por lo que el cordón de plata suele ser visto sólo cuando se espera que sea visto. Si el cordón de plata no se cree en el, y como resultado no se espera, por lo general se no ser visto o notado en absoluto durante una proyección, aunque activamente buscado.

Recuerdo que, durante las proyecciones de la primera infancia, al ver mi cordón de plata que se adjunta a mi ombligo área. Yo no tenía creencias que podrían afectar el cordón de plata en este momento, sin tener idea de lo que era - que añade peso a mis observaciones. Desde entonces he observado el cordón de plata unido a otros tres lugares en mi proyectado matrimonio: el pecho, la garganta y la frente. Esta posición parece variar en función de el tipo de proyección que estoy experimentando en ese momento.

El cordón de plata es el nombre de su general aspecto plateado y brillante. Es muy hermosa. Es parece variar en tamaño y densidad aparente, probablemente afectada por las energías que fluyen a través de ella a el tiempo de observación. Por lo general, aparece en alrededor de una o dos pulgadas de diámetro. El exterior cubierta del cordón de plata se ilumina con un tono ligeramente espumoso y plata, pero una inspección más cercana revela una en constante movimiento, el tipo de colores, pintados de la estructura de todos a través de él. En el interior del cordón de plata, nubes de motas pequeñas y de rápido movimiento de la energía se puede ver que fluye con rapidez en todas direcciones. Esto se ve un poco como la estática en movimiento se ve en un televisor en color que se ha ajustado fuera de estación. Proyectores tocar el cordón de plata o de paso sus manos a través de él a veces se sienten un hormigueo leve.

En tiempo real, si es observado de cerca, la ubicación del cordón de plata se ve el cambio como la proyectada doble mueve y gira. Siempre se queda bastante recta, sin pliegues o curvas, y siempre es visto en el lado de la proyectada doble frente a su cuerpo físico. Esto en sí mismo puede causar que el cordón de plata que ser visto como que es unido a una variedad de lugares en el proyectado matrimonio. En más dimensiones áreas retirado, donde no hay una dirección real hacia el cuerpo físico, el cordón de plata es por lo general visto que se extiende desde la parte frontal de la proyectada doble.

Además, el nivel de actividad energética en el cuerpo físico / etérico en el momento afecta a la observación de sitios diferentes de archivos adjuntos. La fuerza y el nivel de actividad dentro de cada primaria centro de energía varían en gran medida, y los diferentes centros de energía primaria trabajan en diferentes combinaciones y fortalezas de los diferentes tipos de proyección y actividades relacionadas con la proyección. Esto se debe a muchos diferentes tipos de energías son necesarias para mantener la integridad de la doble proyectado en

diferentes niveles dimensionales y las circunstancias. La energía más fuerte y más activa primaria centros lógicamente tendrá energía más visibles filamentos que se extiende desde ellos. la actividad energética en lo físico / cuerpo etérico se refleja en el proyectado matrimonio, y esto muy probablemente afecta a la ubicación del archivo adjunto el cordón de plata está ahí. Si un proyector tiene una ceja naturalmente fuerte y activa centro, por ejemplo, el cordón de plata suele ser más visible en esa área. Se verá se extiende desde el área de la frente de tanto en sus aspectos físicos y proyectada

Parece que hay una creencia generalizada de que el cordón de plata es vulnerable. Muchas personas han escrito para mí en los últimos años, preocupado por lo que podría suceder si su cordón de plata fueron de alguna manera dañado o - Dios no lo quiera - incluso cortado, a través de un accidente o algún tipo de ataque de la entidad, durante una proyección. Muchas personas se niegan a tratar incluso de proyección debido a esto. Estos temores son totalmente de fundamento y basado enteramente en la suposición de cuerpo vacío, que ya he tratado anteriormente en este libro (ver capítulo 3). Yo nunca he encontrado un solo caso en que haya sucedido, ni siquiera un amago. Me he encontrado nada que me haría entretener a esto como incluso una remota posibilidad digna de consideración. En mi experiencia no es posible daños en el cordón de plata.

El cordón de plata, por lo que se puede comprobar, es invulnerable y por lo tanto inviolable. He pasado una gran cantidad de tiempo fuera de mi cuerpo, y han experimentado, explorado, y varió ampliamente. Muchas veces me he encontrado en algunas situaciones muy extremas. Si fuera posible para ser destruidos si se rompe el cordón de plata, sin duda habría muerto muchas veces. Tampoco puede ser dañado simplemente porque un proyección de repente se acabó, no importa en qué circunstancias o cómo abruptamente.

Avistamiento de plata del cable

Esta historia de caso de los archivos de mi correo electrónico se muestra una observación muy raro de un sueño en tiempo real proyector y su cordón de plata por otra persona despierta. Tenga en cuenta que el cordón de plata fue visto aquí como viene del lado de la proyectada doble y no de un verdadero sitio principal centro de energía. La sitio de unión de este fue probablemente afectada por la posición del doble previsto en este tiempo (flotando a su lado) como se mencionó anteriormente.

168

----- Page 170-----

Traté de proyecto con su técnica de cuerda nueva. Mi esposa y yo veía la televisión en la cama hasta que los dos de nosotros fueron somnolencia y quedarse dormido. Entonces relajada y traté de sentir la mano sobre la mano de la escalada de un cuerda hasta el techo de mi dormitorio. Perdí el conocimiento en algún momento de este y no se acuerda

tener éxito con la proyección, pero mi esposa se despertó más tarde, durante esa noche para ir al baño. Ella vio lo que describió como un gran "oso de peluche" flotando en el aire a pocos metros por encima de mi cuerpo dormido, conectado a mi lado por una cinta de plata brillante. Ella pensó que estaba soñando y se frotó y cerró los ojos varias veces, pero seguía siendo la misma imagen cada vez que ella los volvió a abrir. Ella agitó su mano a través del oso de peluche y plata varias veces la cinta, pero no podía sentir nada sólidos. Perplejo, ella se convenció de que no era real y que ella debe estar soñando y, finalmente, cayó de nuevo a dormir otra vez. Más tarde esa noche se despertó de nuevo y la imagen desapareció.

Este caso muestra la historia del avistamiento de una proyección del sueño típico en curso. La extrusión real cuerpo tiempo aquí imita la posición de dormir de su cuerpo físico, y es básicamente dormido y soñando en sí, aunque fuera de su cuerpo. Esposa de este hombre fue al parecer todavía medio dormido cuando vio de su marido y su proyectada doble cordón de plata. Probablemente todavía tenía algún residuo en tiempo real o capacidad de visión astral debido a esto, lo que le permitió hacer esta observación rara.

Todos los proyectos de nuestro cuerpo en tiempo real durante el sueño, pero la mayoría de la gente se queda dormido durante el y después de este evento. El doble por lo general proyectada imita el cuerpo físico, la adopción de un sueño posición justo encima de él, por lo general al alcance de la mano. He observado un gran número de incidencias de este tipo en mi propia experiencia en tiempo real fuera de las investigaciones del cuerpo. Si despierta por otro en tiempo real proyector, proyectores para dormir a menudo se despierta, pero suelen ser bastante beraddled y confuso, a menudo creyendo que realmente están en otra parte. Tienden a desplazarse de nuevo a dormir de nuevo con bastante rapidez. Es frustrante tratar de mantener una conversación con proyectores en este estado, ya que parecen estar tratando de para funcionar en dos o más niveles al mismo tiempo.

28. El Cuerpo Etérico

Considero que el cuerpo etérico, que se compone de materia etérea estable y altamente estructurado, en lugar como una escultura de hielo compleja y detallada respecto a los tipos más fluidos de materia sutil generados durante una proyección.

En su estado de contracción (cuando el cuerpo físico está totalmente despierto) el cuerpo etérico está rodeado por una envoltura densa, comúnmente llamada la vaina de vitalidad, que actúa como una capa de almacenamiento de energía y como una barrera protectora. Se protege el interior sensible de intrusiones energéticas externas, atmósferas, e influencias. El cuerpo etérico normalmente sólo afloja esta densa estructura cuando se expande durante el sueño o durante el estado de trance (en di

ferentes grados, dependiendo de la profundidad del trance alcanzado).

Totalmente expandido, parece comenzar a absorber bien las radiaciones energéticas - universal o cósmica energía? chi? prana? - Desde el universo a su alrededor. Los puertos de intercambio de energía que cubren la piel de el cuerpo físico, especialmente en su estado de sueño ampliado, parecen flores durante esta expansión y ser capaz de absorber y condensar las radiaciones de energía sutil, goteando ellos en el cuerpo etérico de áreas de almacenamiento de vitalidad.

Este proceso de expansión del cuerpo etérico y hojas de refinamiento ni el cuerpo físico, ni la copia original de la mente, la memoria y la conciencia con energía vulnerables durante el sueño o proyección. En su estado ampliado, el cuerpo etérico parece ser mucho más sensibles a la intrusión energías y formas algo así como una alarma perimetral energética en todo el cuerpo dormido física.

Creo que el propósito fundamental de todos los cuerpos sutiles, incluyendo el más denso muy de ellos, el cuerpo etérico, es permitir que la conciencia de espíritu que anima a manifestarse a través de la vida de carne y la sangre que es. Los cuerpos sutiles mantener el espíritu esencial con firmeza dentro del cuerpo físico, por tanto, vinculantes que dentro de la dimensión de la materia y la dura experiencia. materia etérica tanto, puede considerarse como un sustancia gluelike, vitalidad bioenergética, la unión y mantener el espíritu que anima en su físico cuerpo. Esto permite que el espíritu de manifestar y expresarse en la dimensión física, al mismo tiempo lo que le permite mantener firmes los vínculos energéticos con todos sus niveles más altos de la existencia a través de un espectro de mayor y progresivamente más refinados cuerpos sutiles.

La muerte y la materia etérica

Por el amor de interés, y como esto se relaciona con los procesos energéticos relativos a la proyección, vamos a tomar una breve mirada a lo que parece suceder en el cuerpo etérico, materia etérea, y el doble proyectables durante la muerte del cuerpo físico.

La muerte física puede ser considerada como la proyección final fuera del cuerpo, el OBE final. Cuando ocurre la muerte física, el cuerpo en tiempo real se proyecta en su forma más fuerte posible, mucho más fuerte lo que sería posible en otras circunstancias. En el caso de muerte súbita, el tiempo real cuerpo contiene la mayor parte de las sustancias que viven bioenergética y pura en energía que se almacena en el cuerpo etérico. En cierto modo, los proyectos cuerpo etérico fuera de su cuerpo físico junto con su tiempo real contraparte, formando lo que podríamos llamar el cuerpo etérico-más-en tiempo real. Esta es una mucho más fuerte y versión más estable de la cual normalmente se ve en tiempo real doble. Contiene una copia completa de la conciencia y la memoria (en la actualidad la única copia de nivel de base original o), celebrada de forma segura dentro de él, a lo largo de toda la gama de mayor cuerpos sutiles, en un momento totalmente integrado, pero fuera de vigilia-de-cuerpo,

del Estado.

Como una de las funciones del cuerpo etérico es almacenar con seguridad todos los recuerdos en forma de energía, cuando el cuerpo físico muere y el cuerpo etérico se libera, lleva a la memoria de su reciente física encarnación de la misma.

A mi modo de pensar, cuando el cuerpo físico muere primero, el cuerpo etérico-más-en tiempo real es promovido. Ahora descansa en la parte inferior del cuerpo sutil y la escala de dimensiones, tomando el lugar originalmente en poder de su cuerpo físico ya desaparecida. Se hace cargo de la explotación y el mantenimiento de la copia maestra de la mente y la memoria. Contiene en sí totalmente integrado y en el estado de vigilia completa, aunque ahora fuera de su cuerpo físico y existentes en la zona en tiempo real.

Debido a que el cuerpo etérico-más-en tiempo real ahora mantiene plena integración en el estado de vigilia (Anteriormente, una característica exclusiva del cuerpo físico) no hay ninguno de los conflictos energéticos o

170

----- Page 172-----

debilitamiento efectos división mente-que normalmente se asocian con cualquier otro tipo de OBE. De acuerdo con algunos Recientemente espíritus difuntos Me he comunicado con proyecciones en tiempo real, sin embargo, la realidad fluctuaciones todavía puede ser un problema, con otras mentes y las energías continuar afectando el tiempo real el medio ambiente.

Durante los momentos finales de la muerte, la mayoría de la materia del cuerpo etérico muerte física es rápidamente transferidos a su cuerpo etheric-plus/real-time de nueva formación. Una transferencia de materia etérica residuales también parece continuar, aunque mucho más lentamente, durante unos días después de la muerte se ha producido, hasta todo lo que dejó en el cuerpo físico ha sido transferido a su nuevo etérico-más-real tiempo del vehículo.

Como nota al margen relacionados: la destrucción del cuerpo físico por la cremación, explosiones, etc, en cualquier momento durante o después de la muerte física, no parece interferir con la transferencia de residuos etérico materia. materia etérica no puede ser destruido por medios físicos, pero puede que el cuerpo físico, por lo que la destrucción del cuerpo físico, es lógico que sólo sirven para liberar cualquier resto etérico materia. Esto posiblemente tendría el efecto de hacer que la materia etérica residuales más fácilmente disponible al cuerpo etheric-plus/real-time del espíritu, recientemente fallecido.

La gran cantidad de materia etérica (energía pura vida o vitalidad) dio a conocer durante la muerte proceso mantiene la integridad del vehículo etheric-plus/real-time en el estado plenamente despierto. Este sostiene (más el espíritu que anima) muy cerca de la dimensión física (a menudo) en el tiempo real zona. La duración real de la existencia de un espíritu más allá en tiempo real parece muy variable. Creo que esto es en gran medida influenciado por la vitalidad física y espiritual de la persona fallecida que se trate, como

así como por su nivel de desarrollo espiritual, el maquillaje psicológico, deseos y emocional los problemas. Algunos espíritus parecen saltar esta etapa más allá del todo intermedio, mientras que otros tener una existencia prolongada allí.

Todo este proceso parece dar salida espíritus tiempo muy necesario para estabilizar y llegar a aceptar su nuevo estado de existencia - tal vez incluso teniendo en cuenta unos cuantos adioses. Una vez que el espíritu materia etérea y la vitalidad se agota, se parece a experimentar algo que se llama la segunda muerte.

A continuación, pasa fuera de la zona en tiempo real para el bien, de pasar a la siguiente etapa natural de su existencia. Este suele ser uno de los mundos espirituales, o una de las áreas de recuperación o puesta en escena. La

segunda muerte es suave y sin dolor totalmente - por lo que han dicho los que han experimentado

- Y de ninguna manera angustiante para un espíritu. Lo mejor es pensar en como se acaba de otra proyección, provocada por nuevos cambios naturales en las cualidades energéticas del cuerpo etérico-más-en tiempo real, naturalmente, desplazamiento o la proyección que hasta el siguiente nivel.

Otra nota secundarios relacionados con: la segunda muerte se puede retrasar si el espíritu encuentra alguna manera de sustitución de su tienda en constante disminución de la materia etérea. Al parecer, esto sólo puede hacerse antes del cierre asociación (tocar y abrazar) con los seres vivos con los que el espíritu tiene una relación, dando lugar a una transferencia efémera-materia de la vida en el espíritu del difunto etérico-

más / en tiempo real del cuerpo. Esto, en esencia, se puede considerar como un tipo accidental de materia etérea alimentación. En la mayoría de los casos (espíritus terrestres y fantasmas, etc), esto no causa ningún problema real para el de vida. Por lo general, tampoco es un acto intencional por parte del espíritu fallecido - a pesar de que han encontramos algunas excepciones notables a esta en mis viajes.

Las secciones que tratan de la muerte en este libro son el mejor pensamiento como muestra algunos elementos de la proceso de la muerte básicos. No parece que la muerte de muchas maneras diferentes y la vida futura inmediata proceso que puede suceder. Esto depende en gran medida del nivel de desarrollo espiritual y el fundamento sistema de creencias de la persona en cuestión.

Muchas personas experimentan un túnel de efecto de luz cuando mueren. Este túnel o salida del tubo de tipo de el cuerpo físico indica intensa participación centro de la corona en el proceso de morir. Aunque es difícil de probar, este tipo de muerte parece muy estrechamente relacionado con el túnel o la salida del tubo de proyección de tipo, donde

Los proyectores se perciben como salir de su cuerpo físico a través de su cabeza. El túnel de la luz efecto por lo tanto puede indicar un mayor nivel de experiencia de la muerte. Partiendo espíritus pueden, en este caso, se proyectan directamente en uno de los mundos espirituales, omitiendo el tiempo real de la zona y otros etapas intermedias de la muerte, como áreas de descanso y recuperación en los planos astrales, etc

----- Page 173-----

Una gran cantidad de materia etérica también pueden ser generados y proyectados en respuesta a temporales la muerte del cuerpo físico, o por un trauma severo en donde existe la gran posibilidad de la muerte física ocurriendo. Este tipo de evento puede causar una experiencia cercana a la muerte o ECM, ocurrió. Un ECM que sucede cuando una persona es, literalmente, expulsado de su cuerpo físico como resultado de algún tipo de trauma masivo, por ejemplo, accidente automovilístico, mala caída, ahogamiento, el parto difícil, la cirugía, o ataque al corazón. Una ECM es similar al proceso de la muerte: La verdadera diferencia es que la experiencia fuera del cuerpo-es temporal.

Las personas que experimentan una ECM generalmente se encuentran vigentes con mucha fuerza en el tiempo real zona, a menudo durante un período bastante largo. Como están tan cerca de la dimensión física, son generalmente plenamente conscientes de los acontecimientos que suceden en el mundo real que les rodea. Debido a la naturaleza de ECM, estos eventos se han centrado en su cuerpo traumatizados física.

Muchas personas, cuando experimentan una ECM, están muy asustados e inseguros de sí mismos y por lo tanto, tienen cierta dificultad - comprensiblemente - en aceptar y adaptarse a lo que se les sucede. El trauma enorme de este tipo de evento también asegura una memoria de la sombra fuerte descarga durante la reintegración. En muchos casos se han reportado con exactitud los acontecimientos de la vida real y conversaciones reales que ocurrieron mientras los proyectores ECM fueron clínicamente muertos.

ECM superan a cualquier otro tipo de OBE en el poder, la claridad y la memorabilidad, debido a la repentina generación temporal y proyección de la etérico / más / del cuerpo en tiempo real, que es el último real tiempo fuera del vehículo y el cuerpo. (Un ECM puede ser lo más claro y memorable como el despertar físico normal del estado.) Esto indica cómo el cuerpo etérico desempeña un papel en la claridad de OBE, y la memoria en general.

La muerte, OBE, y la coherencia mental

Estas secciones indican que el nivel de base de la existencia (por lo general el estado físico despierto, a menos que que se esté muerto) permite la manifestación más clara y fuerte de la conciencia, así En cuanto a la retención de la memoria más fuerte. Yo por lo tanto definir el estado de la base de la existencia como el nivel en el la plena integración de todos los cuerpos sutiles se puede lograr en un estado de vigilia completa. Para las personas que viven, el nivel de base de la conciencia es el estado normal de vigilia en su cuerpo físico. Por poco personas fallecidas existentes en la zona en tiempo real, el nivel de base de la conciencia es la de sus etérico / más / en tiempo real del cuerpo.

Proyección lejos del nivel de base (cualquier tipo de fuera de la proyección del cuerpo) puede explicar la

vaguedad de pensamiento que comienza afectando a la mayoría de los proyectores poco después de la salida de la proyección. Esto puede ser pensado como algo parecido a la incoherencia mental progresivo-cum-rastrero amnesia. Este aumenta en intensidad cuanto más lejos del estado base de un proyector de viajes, y se ve afectada por la longitud de tiempo fuera del estado base. Esto también puede explicar por qué se recordaba vívidamente EFC por lo general de una duración bastante corta.

172

----- Page 174-----

29. Los Registros Akáshicos

Creo que los registros akáshicos legendaria forman parte de un medio que impregna todas las dimensiones, en todos los niveles, y tiene muchos aspectos diferentes. Se trata de un registro permanente de todo pensamiento, percepción, y el evento que ha ocurrido alguna vez, como un libro de historia enorme y detallado infinitamente, eventos en los últimos Se puede acceder, ver, e incluso con experiencia de primera mano. Los registros akáshicos se puede acceder y con experiencia en el plano astral (durante EFC) o con clarividencia, visión remota, y otros habilidades psíquicas.

Los registros akáshicos también contienen energías probabilidad de que se registros del futuro. Probabilidad de energías madre y se generados por los acontecimientos pasados y presentes, acciones y pensamientos. Estos energías se puede ajustar para leer y, visual o de lo contrario, en muchos diferentes formas, tanto dentro como fuera de los planos astrales, pero akáshicos la registros son mucho más accesibles como un tipo de búsqueda de registros estructura dentro de los planos astrales, donde se pueden buscar, vistos, y con experiencia de primera mano, incluso por los proyectores no calificados.

Al igual que el hospital astral, los registros akáshicos son una enérgica estructura dimensional sin forma real o forma. La aparición de esta estructura se ve afectada por los ángulos proyectores de la percepción, la conciencia sistemas y capacidades creativas. las necesidades de los proyectores "para una definitiva y estructura bien conocida dentro del cual se han creado un trabajo bastante

Fig. 33. Tradicional akáshicos sólida estructura astral-como la colección, que se ha añadido y

registros de la colección de escenario mantenido durante muchos años.

La estructura más popular es el escenario tradicional de la biblioteca. Imagine un grande e imponente edificio de piedra blanca, muy bien cuidado, con escalones de mármol de ancho que pasa por gran piedra de varios pilares que marcan la entrada principal. Este edificio se encuentra muy atrás de los jardines cuidadosamente conservados y jardines. Dentro hay un gran vestíbulo principal con techos altos. Varios pasillos conducen fuera de este en diferentes partes de la biblioteca. A veces, un bibliotecario se reunirá proyector es y les guíe a la

parte de la biblioteca que desea utilizar. Si no es así - que es más a menudo el caso - debe utilizar proyectores su intuición para elegir un pasillo y bajar a una parte de los registros. Si ellos no sienten nada y todos los pasillos apariencia por igual, tienen que adivinar. Mientras que adivinar, proyectores deben mantener su área de interés o consulta firmemente en la mente. El corredor seleccionado se abre en una sala grande llena de libros y se desplaza. Incluso terminales de ordenador puede ser encontrado y utilizado allí estos días. Un artículo entonces debe ser seleccionada para la visualización y, una vez más, es importante la consulta se mantendrá firmemente en mente en todo momento.

Proyección de Registros Akáshicos

Directo de proyección: Cuanto antes del proyecto a los registros akáshicos después de su salida, el mejor, ya que tiempo de proyección es siempre limitado. Después de la salida fuera del cuerpo, se mueven por lo menos veinte pies de distancia de el cuerpo físico y se detendrá. Imagina el escenario de la colección de fuerza. Mantenga la intención de visitar la registros akáshicos firmemente en la mente. Siente que se mueve hacia el destino imaginado y lo siento movimiento hacia usted.

Por otra parte, el proyecto en los planos astrales de la forma habitual, mientras se mantiene la intención de buscar registros akáshicos firmemente en la mente. Cualquier método puede llevarte allí. De repente se encuentra de pie en el césped de hierba frente al edificio de la biblioteca después de que el cambio dimensional.

Uso de las estructuras de entrada: Si, después de que el cambio dimensional, usted se encuentra flotando por encima de un estructura del plano astral entrada (ver capítulo 26), para entrar en ella y penetrar en la parte central de la patrón lo más cerca posible al punto muerto. Esto le llevará a las más altas de su ámbito energético valor puede alcanzar dentro de ese plano astral. Como te sumergirá a través de la central, tienen la intención de buscar los registros akáshicos firmemente en la mente y la imagen del escenario tradicional de la biblioteca. Usted debe encontrarse allí poco después de la transición a través de la superficie. Si está utilizando una astral estructura de tubo de entrada de tipo, tienen la intención de encontrar los registros akáshicos firmemente en la mente a medida que se dispara por el tubo. Puede usar su intuición para seleccionar una salida, o esperar a que una visión mind's de ojos

flash que muestra algo parecido a una estructura de biblioteca-como. Por otra parte, acaba de tener esto en cuenta y espere hasta que el tubo se cae en alguna parte. Con suerte, esto será en o cerca de los registros akáshicos.

Instantánea de viajes Método: Después de la salida fuera del cuerpo, fuertemente imaginar o visualizar el la colección de escenario. Mantenga esto tan claramente como sea posible y el proyecto que, con el viaje instantáneo método (ver capítulo 25). Siente que se mueve hacia su destino y siente como

allí.

Creación de una puerta: Otra buena manera de entrar en los registros akáshicos es usar la creatividad y la capacidad de crear una puerta imponente. Esto es mucho más fácil de hacer de lo que parece, incluso un principiante puede hacerlo. Después de la proyección fuera del cuerpo, con fuerza la imagen de una pesada puerta de hierro con incrustaciones con bisagras masivo. Construir en su mente e imaginar que poco a poco aparece ante ti como lo construyes a partir de la memoria de una puerta similares que ha visto en el pasado. Si es posible, crear una señal de latón pesado sobre él que dice "Registros Akáshicos". Mantenga su intención de encontrar los pasos colección de césped frente de césped, más allá de la puerta. Si concentras tu energía creativa, la puerta poco a poco aparecerán frente a ti, como si por arte de magia. Cuando usted puede ver la puerta manera clara, sencilla y abierta que se encuentra por lo general el escenario tradicional de la biblioteca poco más allá. Si no se puede tocar o abrir la puerta, usa tu creatividad y capacidad, lo imagino de apertura, sienten que su apertura, o pasar a través de la puerta sí mismo como lo haría pasar a través de cualquier otra puerta o la pared.

Introducción de una anomalía

Otra forma es entrar en una anomalía. Puedes buscar una puerta falsa o fuera de lugar en su casa. Sostenga el intención de encontrar el escenario de la colección en el otro lado al pasar a través de él. ¡Atención! corredor de algún tipo con más puertas detrás de la puerta anómala en primer lugar, entrar en una de las nuevas puertas mientras mantiene la intención de encontrar los registros akáshicos más allá de ella. Repita este proceso, entrar en las puertas anómala cada vez que encuentra uno, hasta detrás de uno de ellos se encuentra la biblioteca escenario que está buscando.

Virtual Records: También puede utilizar la proyección de realidad virtual para tener acceso a los registros akáshicos desde dentro de la zona en tiempo real (véase el capítulo 24). Usar una imagen de un imponente edificio, similar a la descrita anteriormente, o tener una imagen real de una biblioteca o tomar uno mismo, como lo mental esta asociación hará que también puede ayudar en este proceso. Colgar este cuadro en una pared de su habitación, o según otros métodos de VRP. Escriba las palabras "Registros Akásicos" en el edificio en la foto, sólo sobre la puerta. Después de que el tiempo real hacia la salida, se mueven ya través de esta imagen y le por lo general se encuentra en o cerca de una semblanza de los registros akáshicos. Esta foto también se puede reflejada en un espejo, según la técnica del espejo VRP, de mayor profundidad y realismo. Si se utiliza un espejo, escriba las palabras "Registros Akáshicos" hacia atrás, o que escriban en una hoja de plástico transparente, a continuación, invertirlo y péguelo a la imagen, por lo que las palabras se leen normalmente cuando se refleja en el espejo. Utilizando el método de VRP, como cambio en la imagen o el espejo, tienen la firme intención en la mente de su deseo de visitar los registros akáshicos. Esto debería ser suficiente para cambiar a los registros akáshicos real.

Una vez allí, proceder a entrar en el edificio de forma normal, y se considera que está en lo real registros akáshicos.

Visualizar registros

Una vez que llegan al edificio de la biblioteca los registros akáshicos, por cualquier método, entrar en el edificio y esperan encontrar en el interior exactamente lo que usted está buscando. A medida que suben las escaleras y entrar en la construcción, sujete firmemente en cuenta si usted va a mirar a los acontecimientos pasados o futuros. Al llegar a la sala de registros, es posible encontrar libros, pergaminos, o imágenes en las paredes, estantes, escritorios o mesas, o incluso terminales de ordenador. Alternativamente, usted puede encontrarse transportado a un misterioso mundo, como a menudo sucede a mí, lleno de extraños símbolos de vida y de las imágenes metafóricas.

Si se utiliza el método tradicional de la colección de la capacidad, lo más probable es encontrar los libros. Sin embargo, estos serán bastante diferente de los libros normales. Dentro de los libros de registro, podrás ver los títulos, fotos, imágenes, y los símbolos. Por lo general, no importa qué libro recogerlo. Importa más lo que su intención es cuando usted seleccionar y abrir un libro. Por lo general, se verá las imágenes en movimiento y de vida en imágenes que. Concéntrese en una de estas imágenes y deje que se llene tu mente, que va a pasar automáticamente si se miran en él. Esto por lo general se mueve dentro de la página donde se puede experiencia de una visión akáshicos - un récord - de primera mano.

174

----- Page 176-----

Para volver a la biblioteca desde el interior de un libro o de la visión y empezar de nuevo, imaginar y sentir de la biblioteca escena que acaba de salir y usted será transportado de regreso a él. En la mayoría de los casos, una vez que un registro ha sido proyectores con experiencia, automáticamente volver a sumergirse en la sala de registros, ya que termina, o cuando se han visto lo suficiente, simplemente deseándolo.

Cualquiera sea el método utilizado, mantenga una firme intención en cuenta el período de tiempo necesario: pasado, presente, o en el futuro. Los eventos futuros visto en los registros akáshicos son fuertes probabilidades. No han de considerarse como ser completamente destino inmutable. Las claves de los cambios que se podrían hacer para afectar eventos futuros se simbólica o metafóricamente representada como parte del evento que se vistos. Estos elementos que modifican potencialmente pueden ser sutiles y pueden ser bastante difíciles de reconocer, pero siempre estará ahí. Desafortunadamente, estos elementos suelen ser evidentes por lo que son sólo en retrospectiva.

Sintonización de Espacios de Interés

Si sintoniza con los registros akáshicos sin, tema definido en mente, por lo general se encuentra

usted viendo una de las dos áreas generales:

1. Desastres: guerras, terremotos, accidentes aéreos, inundaciones, incendios, accidentes de tren, el asesinato en masa, asesinatos, la muerte y la destrucción, desastres, etc tienen una energía mucho mayor que rodea ellos que cualquier otro tipo de evento, por el efecto dramático que tienen en las vidas de muchas personas. La energía que rodea estos registros les hace sobresalir por encima de la salida todo lo demás. En cierto modo, que la burbuja a la superficie, donde son mucho más fáciles de ver.

2. Personal: los hechos relativos a su propia vida, la propiedad y los intereses y las vidas de todos los relacionados con usted - pasado, presente y futuro - son también muy fuertes. Al igual que con desastres, los fenómenos de alta energía se mantendrá también fuera de los eventos más mundanos.

Si se mira hacia el futuro en general, en el área de las probabilidades, que a menudo experimentan una remolino de confusión del simbolismo y las imágenes complejas, metafórico mezclado con varias capas al parecer la vida real los acontecimientos. Esto puede ser muy confuso a veces, pero mucho puede ser obtenida de esto, si usted entiende algo de la naturaleza subyacente de la energía generada las imágenes metafóricas que estás trabajando con.

Las imágenes metafóricas

Como la poesía, el arte y la música son los dos idiomas del alma, por lo que el simbolismo y la metáfora las imágenes son las lenguas del espíritu por encima del nivel base de la conciencia. En niveles más altos de conciencia, los pensamientos y las palabras usadas por el nivel de base de la conciencia se progresivamente redundante. Comunicaciones y percepciones siempre coincide con la alteración del nivel de conciencia que se vive.

Mi experiencia con mayores niveles de conciencia, a través de la meditación de alto nivel y proyección, me ha demostrado que cuanto más me alejo de mi nivel de base de la conciencia, el percepción más abstractos y complejos y la comunicación a ser. En niveles más altos, las percepciones, pensamientos, y las comunicaciones se vuelven progresivamente más abstracto y comprimido.

Vida, imágenes metafóricas abstracto es el lenguaje universal del espíritu por encima y más allá de la la base del nivel de conciencia. Esta es una forma muy comprimida de la comunicación basada en la percepción, donde una gran cantidad de información se embala en alta velocidad, varias capas e intercambios telepáticos, con problemas emocionales e intuitivas superposiciones. El resultado final es que viven las imágenes, metafórica abstracto. La más alto sea el nivel dimensional experiencia, la más abstracta simplificada esto se convierte.

Digo simplificado, ya que este factor, en esencia, reduce una saga de libros de longitud en una imagen simple

o la visión de que sólo appearsto ser simple en la superficie. La razón de que parece tan simple, creo yo, es porque se pierde mucho detalle en la traducción de un formato de alto nivel para dar formato a nivel de base, cuando se registra como una memoria en el cerebro físico.

Cuando el nivel de base de la conciencia recibe ningún tipo de percepción o comunicación de un mayor nivel dimensional, o un nivel superior de conciencia, que interpreta esto de la única manera que puede, en el nivel de base de la conciencia, en formato de base de nivel. Complejo impresiones energéticas y

175

----- Page 177-----

las comunicaciones son el Tribunal ha interpretado y traducido al todo, desde imágenes simples y abstractos símbolos, a la vida las imágenes metafóricas. En lugar de palabras, frases y párrafos, el resultado final es algo así como una selección de piezas de arte abstracto que aparece en medio de una serie de breves obras de un solo acto, donde cada elemento, vestuario, palabra, acción y gesto tiene un significado profundo a la misma.

Cuando los cambios proyectores conciencia hacia niveles superiores dimensiones, se llevan con ellos su la base del nivel de conciencia y la comprensión. Este nivel básico de comprensión superior anula niveles de percepción y comunicación natural a niveles más altos, lo que significa que las percepciones y comunicaciones recibidas no puede ser completamente entendido. El nivel de base sólo es capaz de comprender plenamente la percepción de nivel de base y las comunicaciones natural en la física dimensión, en su nivel normal de conciencia de vigilia.

No sé de ninguna manera de superar este directamente. Incluso si un estado elevado de conciencia es incorporado en una proyección, con el tiempo todo tiene que ser descargado, interpretar y almacenar en formato de base de nivel por el cerebro físico como una memoria normal. Este factor por sí solo, sospecho, es responsable de la pérdida de detalles muy pesado y el sentido común a cualquier proyección por encima de la zona en tiempo real. (La única excepción es con las comunicaciones de espíritu. Espíritu puede ser deliberadamente sofá de sus comunicaciones en el nivel básico de comprensión, para comunicarse con los proyectores o personas en la dimensión física. Cualquier percepción de nivel superior o comunicaciones que no son inmediatamente comprensible, por lo tanto, es poco probable que la comunicación intencional de un espíritu de ser inteligente.)

Este problema de interpretación se aplica particularmente a la información obtenida de la akáshicos registros. Los niveles naturales de la percepción y la comunicación en los planos astrales y akáshicos los registros no son totalmente comprensibles en el nivel de base de la conciencia, ya que la información obtenida de los registros akáshicos debe interpretarse en el nivel de base de la conciencia, por el mente humana y su medio físico de almacenamiento, el cerebro. La información obtenida

a de fuentes del más alto es interpretados en algo que el cerebro cree que más se parece. Esto hace que el cerebro interpretar las percepciones energéticas de alto nivel en resúmenes metafórico, en imágenes e imágenes que más se parecen mucho a la esencia prima y se comprime y el significado de lo que se recibe. Desafortunadamente, el producto final, la memoria, puede parecer que no tiene sentido.

(Como nota al margen relacionados, esta línea de pensamiento sugiere que los jeroglíficos del antiguo Egipto y otros antiguos lenguajes pictóricos simbólica puede ser un alto nivel de comunicación escrita, en lugar de los idiomas simple imagen de las civilizaciones de bajo nivel que parecen ser .)

Asociaciones y predicciones

Todos perciben y experimentan los registros akáshicos de manera diferente, de acuerdo con nuestro ángulo energética de la percepción y se enteró de asociaciones mentales. Las unidades de energía que representan a cada evento registrado se almacenan en formato comprimido energético natural a ese nivel. Cuando los registros se ven y se interpretado, se les ve como un tipo de experiencia de la visión en astral mind's de ojos, con máscaras de la impresiones emocionales e intuitivas. ¿Cómo esta energía afecta a los ojos de la mente depende de proyectores

no sólo en su ángulo de percepción, sino también en cómo funciona su mente subconsciente.

Subconsciente asociaciones mentales parecen estar afectados por el simbolismo antiguo incrustado en la conciencia colectiva, aunque puede aparecer en la superficie que se mind's contemporáneo ojos las imágenes. Este simbolismo histórico puede ser utilizado para indexar los registros akáshicos. Por ejemplo, la Los perros de referencia símbolo de la guerra es fácilmente comprensible, ya que representa el tema de la guerra. El Grim Reaper es un símbolo que representa el tema de la muerte. Por lo tanto, para encontrar la "guerra" en el akáshicos simbólica índice, puede utilizar los símbolos combinados de la Parca y perros de la guerra, o de otro tipo variaciones simbólico. A continuación, puede navegar a través de guerras pasadas, presentes y futuras, y relacionados áreas. Las guerras futuras son grandes grandes desastres y llevar a mucha más energía que cualquier otro tipo de humanos-precipitado evento. Estos son, por tanto, mucho más fácil de sintonizar, y por lo tanto aparecen por lo general primero, si usted está buscando dentro o cerca de esa área.

Esta es la razón principal, creo, ¿por qué muchos profetas, videntes y videntes remotos han hecho tales predicciones destino-y-sombra sobre el futuro del mundo y la humanidad. Ellos han tenido acceso los registros akáshicos ya sea dentro o fuera del cuerpo, y he visto una corriente de terribles desastres inminentes por delante en un futuro próximo.

Una experiencia de los Registros Akáshicos

En lo que respecta a la indexación, ver y descifrar los acontecimientos mundiales pasados y futuros, algunos conocimientos de la historia, la geografía, el antiguo simbolismo, temas de actualidad, y los líderes del mundo es una clara ayuda. Si cuando tuve la siguiente visión que había sido capaz de reconocer a la persona que vi frente a la multitud, y ha reconocido los puntos de referencia del país, podría haber predicho con precisión un importante evento futuro - en lugar de ser racional sólo en retrospectiva.

Después de completar algunos trabajos experimentales de energía en mi centro de la frente durante un profundo trance período de sesiones, que proyecta fuera de mi cuerpo, pasa a través de un túnel breve de la luz estelar, y ha mantenido un fuerte la intención en mi mente que yo quería los Registros Akáshicos.

En un momento sentí un flash sin sonido de la luz de color blanco proyectado en el ojo de mi mente y una sensación momentánea de algo así como contusión en la cara, el cegamiento mis percepciones por un momento.

Esta fue mi centro de la frente estroboscópico de vuelta en mi físico / cuerpo etérico (véase el capítulo 14). Mi centro de la frente había strobado varias veces en la última hora, pero esta fue la primera vez que había sucedido durante una proyección.

Cuando mis percepciones estabilizadas me encontré bajo un cielo púrpura a parpadeo-añil, hasta las rodillas en apego niebla. Se elevaba a mi alrededor, formando extrañas esculturas de niebla en el aire. Cada uno de estos se derrumbó de nuevo en el caldo niebla después de sólo unos pocos momentos de la vida. No pasó mucho tiempo antes de darme cuenta que si tuve o empujado un pensamiento en la niebla una forma de erupción, de alguna manera representan el pensamiento.

Cuanto más tiempo tuve este pensamiento, el más detallado y vivo de futuro se convirtió en la forma, llenando de color y el movimiento. La concentración, que se centró en futuros desastres y la niebla hervida hacia arriba, tarareando y parpadea en un mar de chispas multicolores.

Como la niebla me envolvió, me empezó a ver en varios niveles al mismo tiempo. Me fue bombardeado con vislumbres de las guerras, los terremotos, el hambre, los volcanes, las enfermedades, inundaciones, accidentes aéreos, asesinatos y explosiones. Visiones de una multitud de personas que sufren y mueren llenan mi mente y sentí su terrible dolor y la angustia. Es asquerosamente confuso, por no mencionar a fondo deprimente. Estas visiones parecían relacionadas con la extraña niebla. Me sentí conectado con estas nubes como si fueran una parte viva de mí, pero todo parecía horrible mezcla para arriba. Era como tratar de ver varios canales de TV en el mismo tiempo, con las imágenes superpuestas. Muy confuso. Me aclaré la mente y el ataque de impresiones más lento. Esto fue muy difícil, como he cuidado centrado más claramente y con calma mi intención original. Las nubes hervidas y zumbaban en torno a mí otra vez, pero mucho menos caótica.

En las profundidades de las nubes, cientos de formas vagas y símbolos surgió en el ámbito de la niebla en torno a mí. Que parpadeaban dentro y fuera, algunas más claras que otras, pero mant

uvo su distancia y la individualidad
este momento. Vi un pedazo de simbolismo me di cuenta, La Parca, y fijo
mi atención en él.
Esto rápidamente se hicieron más grandes y más sólidos que los demás. Yo flotaba
hacia ella y se centró en ella, la celebración
el pensamiento de la guerra en el fondo de mi mente. La Parca de repent
e se puso de pie, más grande que la vida y
caminó hacia mí - como mi corazón astral latidos varias. De repente parecía muy
real y
amenaza.
Las nubes oscuras y el ambiente se volvió siniestra, llenando con e
l hedor de la muerte fría y húmeda
y la decadencia. La Parca echó atrás la cabeza fea y se rió, rugiendo maldad,
sensibilización y
moviendo la guadaña amenazadora hacia mí. En la otra mano que ahora se cele
bran un montón de cuerdas, que fueron
celebración de varios perros de aspecto maligno que apareció de repente a s
u lado. Eran enormes, pesadas,
pecho, estrecha de caderas, de pelo corto, de color amarillo sucio brut
os con mandíbulas gruñendo de gran tamaño y la quema de rojo
los ojos. Su agresión pura y sed de sangre fue aterrador. Se cuela y ladró
y arrastró al
riendo Grim Reaper hacia mí. Estos perros parecían ser los perros infames d
e la guerra (otra
símbolo cobran vida). Me concentré en la escena y me sentí empezando a cambia
r otra vez. El Grim
Reaper en libertad el derecho de perros terrible delante de mi cara y s
altó directamente a mí como me pasó
(La mayoría por suerte) en una espectacular visión clara.
Me encontré flotando sobre una ciudad extraña, bajo un cielo claro y
azul en la luz del sol brillante y sin nubes.
El sol abrasador quema a través de mí y el aire lleno de aroma penetrante q
ue no reconocí. Un
par de cientos de metros por debajo de mí, una de cabello oscuro, moreno,
corpulento, con bigote y uniforme
el hombre se paró en un estrado bajo dos cimitarras gigante. Volé hacia aba
jo para tener una mejor visión, viene a descansar
flotando a unos quince metros por encima y por delante de él. Las espadas
eran enormes, mirando a unos cuarenta
pies o más alto. Él estaba dando un discurso carismático y exhortando a una e
norme multitud de personas en
una lengua irreconocible. Yo nunca había visto una multitud tan grande, p
arecía haber millones de
gente de aquí. Iban vestidos con túnicas y turbantes, algunos buscan como t
rapos viejos. La multitud aplaudió
violentemente cuando el orador hizo un punto o se detiene para tomar al
iento.
Mientras observaba, una de las espadas poco a poco se convirtió en
un grande, a dos manos cruzado de tipo
espada con un crucifijo de oro grabada en la hoja cerca del travesaño gig
antes y empuñadura. La
escena continuó durante unos minutos, luego se desvaneció cuando me quiso a
mí mismo para volver a la turbia akáshicos
estructura de los registros que acababa de venir de. Volví a mi cuerpo en
lugar aún en trance físico. Tuve
estado fuera de mi cuerpo durante casi veinte minutos.

El hombre dando el discurso, ahora sé, era de Saddam Hussein. La escena fue en Bagdad, en el monumento al soldado iraquí desconocido. Este monumento fue, creo, construido para honrar a los muertos de la guerra entre Irán e Irak. Yo vi esta visión de futuro siete meses antes de la Guerra del Golfo comenzó. Yo no aprendí que Saddam Hussein fue hasta la Guerra del Golfo comenzó, o si esta escena se llevaría a cabo - hasta que vi mi visión televisiva durante la Guerra del Golfo. En la vida real, hay dos cimitarras gigante adheridas a este monumento. La espada cambiar (de una cimitarra a la espada de un cruzado) fue morphing imágenes simbólicas, lo que indica una probabilidad en el futuro. Las espadas cruzadas fueron también una facilidad símbolo reconocible, lo que representa la probabilidad de un inminente conflicto militar entre el Este y Oeste.

178

----- Page 180-----
----- Página 180-----

30. El pulso Akáshicos

En este capítulo se podría llamar o conjetura fantástica o metafísica revolucionaria descubrimiento. Dejo esto hasta que usted decida. La naturaleza global de la investigación OBE es subjetivo en el sentido más estricto de la palabra. Sea como fuere, subiendo es mi mejor plato de comida-para-pensar todavía. Esto es lo mejor que puedo hacer. Si la evidencia de la experiencia y el razonamiento que ofrezco aquí son sólidos, que proporcionar una visión de muchos misterios interdimensional complejos: la ley universal, el karma, el akáshicos registros, y la conciencia colectiva, y cómo estos se relacionan con la vida de nuestra vida cotidiana en el universo físico.

El viento Astral

Si usted proyecta regularmente en la zona en tiempo real, de vez en cuando se llega a través de una desconcertante fenómeno que yo llamo el viento astral. El viento astral, una de las más asombrosamente poderosas fuerzas naturales del universo, es el más dramático y evidente cuando se experimenta durante una proyección consciente en tiempo real. Esto se debe, creo, por lo que yo llamo el pulso akáshicos. Estoy seguro de algunos proyectores reconocerá la situación siguiente, a través de proyecciones recordaba claramente, fragmentos de sueño, o por medio de vagas impresiones y sentimientos flotando cerca de la orilla de la memoria.

Usted está viajando por la zona en tiempo real, sin meterse en eso, cuando de repente eres atrapado por una fuerza irresistible. Te sientes siendo arrastrado contra su voluntad, por lo general hacia atrás. Se siente como que está siendo arrastrados por un viento muy fuerte, pero no puede sentir o escuchar algo parecido a un viento. Todo está tranquilo y no hay

un notable perturbación en el medio ambiente circundante. La fuerza del viento astral es similar a la sensación causada por el cuerpo físico cuando intenta recuperar su doble proyectado, pero es mucho más poderoso.

No hay ansiedad, no hay sensación de miedo o debilidad, sólo una fuerza irresistible que arrastra lejos.

Pero, ¿por qué sucede esto, ¿de dónde te lleve, y qué hacer para usted?

Usted puede luchar contra el viento astral por unos momentos, sintiendo como si estuviera luchando contra un silencio huracán-fuerza del viento. Esto crece cada vez más fuertes hasta que se llevaron a r astras, al parecer por la nuca de su cuello, hasta en el cielo y el más allá. Ves como su casa y la ciudad disminuyen por debajo de ti, ya que son absorbidos a través de las nubes y ... hacia lo desconocido. Después de lo que Parece poco tiempo, usted se encuentra flotando a la baja de nuevo ... pero en otro tiempo y su lugar. Usted flotar en aproximadamente el mismo ángulo que originalmente fueron arrastrados lejos. Es posible que vea los tejados de una ciudad o una ciudad, que puede o no puede reconocer a la vez, un crecimiento constante más grande a medida que caen hacia él.

Usted está depositado en un ambiente mundano, a veces reconocibles, quizás sólo unos meses

en el pasado o el futuro - por lo general más el futuro. El viento astral te libera allí por un corto

tiempo, y usted es libre de vagar por un tiempo - nunca miedo, pero siempre perpendicular. Todo el

experiencia viento astral puede parecer nada que ver con usted. Usted puede ver e interactuar

con gente que conoces o desconocidos, o ambos. A veces, estas personas más se dará cuenta de

su presencia, a veces no. Siempre serán tan confundido como usted en cuanto a por qué la reunión

ocurrido y lo que significa.

Usted puede ser testigo de una escena de la vida real de su pasado o futuro.

Usted puede sentir que están a punto de conciencia sin un cuerpo, un espectador invisible, viendo en todas las direcciones a la vez. A veces

combinación con su pasado o el futuro uno mismo y ver a través de una nueva serie de los ojos, como si estuviera realmente allí.

Usted puede llegar a alguna parte en el pasado distante y observar los acontecimientos peculiares. Usted puede ver una antigua

la ciudad y las casas y las personas y los eventos de hace cientos de años, y vagar entre

calles no reconocida de otros tiempos. No hay razón para todo esto suele ser evidente en el momento.

Cuando se enfrenta con la evidencia de este fenómeno, la mayoría de los investigadores OBE decir: "Bueno ... imagino que",

e inmediatamente lanzar la cosa entera del viento en el astral "demasiado duro" canasta. El viento astral es

no es un evento poco común. Se ha experimentado y discutido por muchos otros proyectores frecuentes.

En la proyección del cuerpo astral, Muldoon y Carrington llaman a este fenómeno "Super-

Proyección Consciente", y lo describen como causada por una inteligencia superior, la fuerza de tomar la

proyector a un nivel dimensional superior por razones oscuras. Muldoon menciona una de esas experiencias

de su propiedad, donde desembarcó en una casa y vio a los extraños que él afirma haber

----- Page 181-----

varios meses después. La teoría más popular es que la fuerza del viento astral es un alto nivel manifestación de espíritu, dando el proyector alguna prueba críptica, el propósito y el sentido de que casi siempre elude el proyector en cuestión. En general, estas experiencias suelen aparecer que no tienen sentido, incluso a posteriori.

Vamos a examinar la lógica de esta teoría: Simplemente, ¿por qué cualquier ser inteligente hacer algo tan aparentemente extraña y sin sentido? ¿Por qué ir a todo este problema de confundir sin cerebro e inteligente proyectores y los solicitantes? Seres superiores podría fácilmente dar mensajes claros y proyectores experiencias comprensible. Podrían, por ejemplo, crear fácilmente una pizarra y escribir una sencilla mensaje en él, o mostrar imágenes sencillas y símbolos. Seguramente elegiría un mensaje de algunos de importación para el proyector, en lugar de algo totalmente desafiando interpretación. Creo que el astral viento no es una acción deliberada por una inteligencia superior, sino un fenómeno natural, con un natural causa.

Pero ¿cuál es el propósito del viento astral y cómo funciona? ¿Y cómo se aplica esto a todos los de nosotros aquí en la Tierra en el universo físico?

En primer lugar, la gran mayoría de personas no tienen EFC consciente, y más frecuentes proyectores (una minoría muy pequeña por cierto) pasan poco tiempo en la zona en tiempo real antes de cambios en los planos astrales. Proyectores suele perder la noción de una experiencia astral de viento en el astral nivel y recuerda poco al respecto. Este tipo de evento ha sido explicado como un a especie de forzoso u proyección espontánea de alto nivel, o una proyección desde el interior de una proyección que cambia a un nivel dimensional superior.

Una experiencia astral viento en tiempo real es mucho más los pies en la tierra y reconocer que su astral contraparte avión, porque los recuerdos de experiencias astrales viento encima de la zona en tiempo real parecen verán enormemente afectados por el nivel de base de comprensibilidad. El cerebro físico de la traducción de este tipo de experiencia de alto nivel, aparentemente no permite recuerdos totalmente reconocibles para formar después de una proyección doble reintegra con su cuerpo físico.

La mayoría de los proyectores frecuentes son la suerte de tener dos o tres proyecciones decente al mes. Estos son siempre de corta duración, especialmente el tiempo real de parte de ellos. Mente-split, de nivel básico comprensibilidad, la traducción, y la sombra causa problemas de pérdida de la memoria a la gran mayoría de experiencias de proyección para el olvido. Todo esto sugiere que las personas no están destinados a ser operativo conscientemente en la zona en tiempo real cuando el viento llega astral. Sus pro

yecciones dobles están destinadas a estar flotando en tiempo real, profundamente dormido, como en la proyección del sueño normal. La mayoría de las personas en el mundo están profundamente dormidos cuando el viento golpea astral y reúne a ellos, por lo que no es de extrañar que experiencias astrales viento son sólo rara vez se denuncia.

Es bastante obvio de esta línea de razonamiento, que el viento astral no puede ser explicado como deliberada de alto nivel de contacto con el espíritu, la proyección espontánea de alto nivel, o la conciencia super. Tiene que haber una causa natural y el efecto en el trabajo, e incluso un fin natural, detrás de toda viento fenómeno astral. No todo esto hace que te preguntes, sólo un poco, sobre el origen y efectos del viento astral? Los fragmentos tentadora de los acontecimientos pasados y futuros, que se muestra en la cola extremos de experiencias viento astral, indican claramente los registros akáshicos están involucrados. Si es así, ¿dónde los registros akáshicos entran en la ecuación? Por lo demás, ¿qué son los registros akáshicos? ¿Cómo que trabajan y por qué están allí? ¿Cuál es su propósito natural y la función? Y, lo que el viento astral tiene que ver con ellos? Bueno ... He pasado muchos años pensando estas mismas preguntas.

De aquí a Akasha

Para resumir rápidamente: los registros akáshicos, creo, no existe en ningún lugar o tiempo, ni en cualquier parte particular de cualquier nivel dimensional o reino. Se generan por la conciencia en un subyacente, medio interdimensional, energético que fluye a través de todos los niveles de nuestro infinito universo multidimensional. Yo llamo a este medio subyacente simplemente akasha. Akasha está en todas partes y todos, cuando, un aspecto del éter que absorbe energía radiada sutiles reflexiones en él por todos los niveles de conciencia a través del acto de vivir y existir.

Un aspecto de akasha, los registros akáshicos, se puede considerar como una completa energética registro de eventos pasados y las probabilidades futuras. Los eventos pasados existir como persistentes reflexiones energético. registros de futuro son generadas por estas energías persistente. El futuro lo que existe como abstracta

180

----- Page 182-----

energías probabilidad, generada por los acontecimientos pasados y presentes, acciones y pensamientos. Cuanto más fuerte sea la probabilidad de un acontecimiento futuro, más fuerte será la energía asociada a ella. Algunos probabilidades, al igual que grandes desastres naturales, son tan fuertes como para ser prácticamente inalterable por cualquier posible humanos-precipitó la modificación de la acción. Estos sucesos pueden ser llamados con acierto las energías ineludible de destino.

Pasado y presente pensamientos y acciones provocan reacciones en el medio energético de akasha, ondas energéticas que afectan a las energías futuras probabilidad de que se generan

dentro de Akasha. Se puede acertadamente decir, creo, que cada acción registrada en el medio energético de akasha causa un igual y reacción contraria en esto. Este mecanismo de acción energética que causa-reacción tiene una fuerte modificación influencia sobre las energías probabilidad, un efecto más comúnmente se llama karma. Karma genera un igual y opuesta reacción energética futura para igualar y equilibrar cada acción. El karma no es la recompensa y el castigo, sino que es el proceso a largo plazo del equilibrio energético mediante el cual cada unidades de la conciencia (espíritus) progresivamente alcanzar el equilibrio a lo largo de múltiples encarnaciones en la dimensión física.

Ley Kármica: Cada acción genera una reacción igual y opuesta energética dentro de Akasha.

Ley Universal: los iguales se atraen y se repelen opuestos, pero sólo modificado por la ley kármica.

Influyentes energías probabilidad kármicas son, creo, compuesto para cada individuo unidad de la conciencia (cada espíritu individual) en algo que comparan a un grupo de influyentes akáshicos. Esto es algo así como un área de almacenamiento privado de energía, que contiene tanto los atributos positivos y negativos. Positivo energías kármicas influyentes tienen un efecto positivo, y negativo energías kármicas influyentes tener un efecto negativo, sobre la vida de la persona o espíritu que se trate. la ley kármica ajusta el balance de estas energías positivas y negativas.

El concepto de billar akáshicos puede simplificarse aún más como una especie de marcador de contabilidad energética para las acciones positivas y negativas de la conciencia. Se trata de equilibrar se con las puntuaciones de todos los demás jugadores en el juego de la vida. influencias condicionales vida se establezcan y apliquen a todos los jugadores de acuerdo al las reglas de equilibrio que rigen el marcador kármico universal.

Probabilidad de energías no existen sólo como parte de un conjunto particular de los registros que muestran el pasado y el futuro eventos (que es como los registros akáshicos se consideran normalmente). Estas energías tienen también un increíblemente fuerte efecto sobre el presente y futuro. Ellos son la esencia energética de modificar ahora y el futuro. Probabilidad generar todas las condiciones energéticas actuales y futuras (la vida influencias) de acuerdo con la ley kármica. Este proceso alucinante implica una increíblemente compleja, interconectado, el tiempo que abarca una serie de atracciones y repulsiones delicadamente dispuestas. Al igual que las energías como atraer y repeler los opuestos, pero sólo según lo establecido y aplicado por la ley kármica.

El karma es el factor subyacente modificación de la ley universal, el fabricante de normas y anotador envuelto en uno. Karma y universales de la mano de trabajo la ley en la mano como los aspectos de la misma influencia la vida que afectan mecanismo. Esto me lleva a creer que son energéticamente indivisible, con la ley universal el brazo de influencia del karma. Esta es la razón por las energías probabilidad exi

ste, en mi opinión, y por qué nos afectan a todos tan profundamente.

Akasha es un medio fluido interdimensional, un océano infinito de tiempo que a barca llenos del energías abstractas generadas por la conciencia. Contiene reflexiones energética pasiva y la no-energías influencia tan pasivos generados por el karma. Akasha existe y fluye a través de todo el mundo y todo-cuándo. Al igual que un océano de verdad, está lleno de complejos mareas y corrientes, tiene profundidad y aguas poco profundas, bancos de arena y los arrecifes y las islas y continentes. Por encima de todo, es absolutamente llena de vida en todos los sus variedades maravillosas.

La fuente de toda conciencia se encuentra en el centro del universo. De aquí la vida instrumento del karma y el mecanismo de trabajo efectivo de la ley universal, el pulso akáshicos. Cuando vientos astral a través de akasha, que absorben y registrar, calcular y modificar, y, finalmente, se aplican karma, a través de la ley universal, a todos los seres vivientes del universo. Akasha es el éter, el interconexión medio interdimensional, la onda portadora universal que permite regular la ajuste de todas las influencias de vida, hasta el más mínimo detalle, incluso de los más humildes de las formas de vida. Este absorción, la informática, y el mecanismo de ajuste se inicia por la fuente de toda conciencia,

181

----- Page 183-----

desde el gran centro, ya que llega a través del universo multidimensional, generando el increíble fenómeno de viento astral.

El pulso Akáshicos

Pero akasha no es sólo un medio extraño energético y onda portadora, parte del cual contiene un colección particular de tiempo que abarca los registros. Es la vida, la respiración, la fuerza dinámica que afecta todos veinticuatro horas al día. Es el latido del corazón de la conciencia universal. Akasha es responsable de todas las condiciones de vida y las influencias que rodean la vida de todos. Nos afecta a todos profunda y es tan parte de nosotros ya que somos una parte de ella.

El Centro de Grande es en la parte superior de la estructura tridimensional, la más alta de todas las dimensiones los niveles. Contiene en su interior la sede de la conciencia universal, La Fuente, de la gran chispa de la original la vida que el pensamiento, imaginado, creado y llena todo el universo con las energías originales de la luz y la vida.

El aspecto de la fuente responsable de los trabajos del pulso akáshicos, y para el aplicación de la ley kármica y universal, se puede comparar a un ser infinitamente poderoso, inteligente conscientes, equipo con procesador. Por favor, perdóname por la descripción excesivamente mecánica de lo que puede

llamado un aspecto de Dios. Estoy tratando de simplificar y explicar lo inexplicable en el nivel básico de la conciencia y la comprensión que todos estamos obligados a vivir.

El fenómeno se produce cuando el viento astral La Fuente se extiende y respira en una sutil reflexión de las esencias de la vida de todas las unidades individuales de conciencia en el universo. Cada proyección doble, para dormir o consciente, contiene en su interior un registro completo en ergética de todos los pasados y presentes pensamientos y acciones. También contiene en su interior un conjunto de energías condicionales e influyentes que recogido de manera regular, examinados, modificados y actualizados por la fuente en el viento astral fenómeno. Yo llamo a estas semillas conciencia energías. Semillas conciencia afectan profundamente a la vida de todos y cada espíritu encarnado en el universo. Ellos son los responsables de la suerte, tanto buena y lo malo, en todos los aspectos de la vida.

Estas semillas se dibujan en la conciencia para el control, procesamiento y actualización en lo que llamar a un episodio del pulso akáshicos. El origen de los controles y procesos de cada sistema actual de pensamientos, acciones y eventos que figuran dentro de cada espíritu individual. Estos se pesan y se calcula contra la suma total de todas las acciones y pensamientos pasados, en todas las encarnaciones, incluyendo sus efectos en todos los otros espíritus. Estas energías están a continuación, equilibrada, con modificaciones, de forma individual y en grupos, de acuerdo con la ley kármica. Las semillas de la conciencia se lo actualiza periódicamente kármicas y ley universal, de acuerdo con la ecuación divina de equilibrio, la armonía y el crecimiento espiritual.

La Fuente entonces respira la esencia de todas las proyecciones modificadas a veces de una masiva onda interdimensional energético que yo llamo el pulso akáshicos. Esta ola contiene en su interior todas las esencias ajustadas de la vida de todas las unidades de la conciencia individual en el universo. Las esencias son ahora lleno de semillas de la conciencia actualizada influyentes, la vida de ajuste gotas energética de conciencia. Todo esto se respira hacia abajo a través del espectro de dimensiones y de nuevo en el universo físico, de nuevo en la dimensión de la dura experiencia. Si son capturados por el astral el viento durante una proyección en tiempo real, vuelve a plena conciencia a medida que comienzan a caer a través de la nube hacia la tierra.

A medida que cada proyectada doble reintegra con su cuerpo físico, estas semillas son la conciencia llevadas en su cuerpo etérico, donde echar raíces. Algunas semillas comienzan su influencia energética inmediatamente, mientras que otros permanecen latentes, listos a la superficie cada vez que sus energías se activan por la vida real los acontecimientos. Cuando una semilla código se activa, la energía se libera empezar a modificar el conjunto de atracciones y repulsiones que figuran dentro de una persona. Esto afecta profundamente a cómo esa persona interactúa con el medio ambiente y con todas las demás personas, porque afecta la forma en las atracciones y repulsiones de trabajo ley universal en el nivel de base.

Esto, por cierto, puede explicar el deja vu. Una semilla de gran alcance ha disparado en una persona causa un deja vu - un fuerte sentimiento de saber, de haber visto, experimentado, o hecho algo antes. Considero que el deja vu es causada por secuencia de una semilla de la conciencia gatillo codificado, ya que explota hacia arriba a través de la mente subconsciente. Se siente como un recuerdo importante de repente ha surgido dentro de la conciencia - un recuerdo de algo que sólo ahora se está experimentando. Muchas personas se dan cuenta de esto al inicio del evento de disparo, y por lo tanto a menudo se sabe exactamente qué va a pasar después. Este tipo de

182

----- Page 184-----

la experiencia es más notable y pueden tener un gran efecto en la vida de las personas. Es muy parecido a saber el futuro antes de que suceda, luego de presenciar una pequeña parte de ese futuro, ya que se desarrolla.

Opciones de Little Life

La vida está llena de opciones poco. Todo el mundo hace un chorro de opciones aparentemente insignificantes cada día de su vida: lo que comemos y bebemos, qué autobús o el tren que captura, lo que leemos, etc, etc opciones poco que hacer - y las realizadas por nosotros por otras personas - afectan profundamente nuestras vidas y la vida de otros. Tenemos la libertad de elección, nuestras vidas no se asignan a cabo como una secuencia de comandos que se siguen ciegamente. Tenemos el poder de cambiar el futuro por la elección de nuestros caminos en la vida como el que vivimos ellos, la toma de decisiones poco de la vida. Y las elecciones poco puede ser tan importante como grandes decisiones. Nosotros Nunca se sabe cuando una pequeña selección, o la oportunidad ocurriendo como resultado de una, va a tener un gran efecto en nuestras vidas y las vidas de otros alrededor de nosotros.

Nuestras decisiones están influenciadas por cuatro factores principales: la razón, la presión circunstancial, la emoción y la intuición, pero no necesariamente en ese orden. La intuición proporciona el elemento más al azar de la elección, a menudo nos hace optar por hacer lo que nos gusta hacer. A menudo, cuando seguimos nuestros sentimientos ningún otro elemento está involucrado. Este factor de azar es el elemento más afectado por las energías influyentes. Estos influyen a nuestras vidas y las vidas de los demás, trabajando a través de nosotros y por todos los que nos rodean, creando a largo plazo de intercambio efectos influyentes.

Elemental Akasha

El pulso akáshico es un gran e influyente onda de portador energético. Influye en nuestros pensamientos y sentimientos y ajusta la vida influyentes y sus alrededores condicionales energías que afectan a todos y cada uno de nosotros, en uno personal, así como a nivel de grupo. Se trata de un gran efusión de la ley universal, el latido del corazón la conciencia universal. Se respira y

hace que el viento astral para volar en todo el universo. Se respira, causando la akáshicos pulso a fluir a través de todos los tiempos y el espacio, impregnando todas las realidades dimensionales. La figura. 34. El viento y el fenómeno astral pulso akáshicos infinita complejidad y el alcance de la Fuente lo ve todo. Se observa y asimila y calcula y ajusta todos los saldos y, hasta el más mínimos detalles de la más alta y más humildes de la vida.

La fuente, que se muestra como una estrella en la parte superior de la pirámide, se encuentra dentro de el gran centro, que está en el parte superior del espectro dimensional. Este es el centro original de la conciencia universal, el más alto nivel de conciencia. En la parte inferior es la dimensión física, nuestra realidad, la dimensión de la dura experiencia, donde toda la vida se vive y juega en el nivel de base de la conciencia y comprensibilidad. Entre estos dos extremos de la conciencia son ascendentes y descendentes capas dimensionales.

episodios Akáshico pulso se producen, por lo que se puede comprobar, dos o tres veces cada veinticuatro horas período. Sin embargo, puedo estar totalmente equivocado aquí y lamento que no puedo ser más específico sobre tiempo. (Para ser más precisos, sería necesario proyectar en tiempo real para muchos consecutivos períodos de veinticuatro horas. Nadie puede gastar esa cantidad de tiempo fuera de su cuerpo y mantener una clara la memoria de ella.) En ciertos momentos durante el año el fenómeno del viento astral parece ser mucho más fuerte que de costumbre. No tengo una respuesta firme de por qué esto es así, pero sospecho influencias astrológicas puede jugar un papel importante en esta ecuación.

Naturales Objetivo de proyección

Durante el sueño normal, el cuerpo etérico se expande, refina, y genera el doble proyectables, que, como se dijo, contiene una reflexión completa de la conciencia y los recuerdos que a todos, consciente y el subconsciente. En otras palabras, el proyectado matrimonio tiene una copia perfecta de su cuerpo físico en forma sutil energía, un pequeño paso lejos de la dimensión física.

183

----- Page 185-----

El proyectado matrimonio también puede ser pensado como con todos los órganos superiores sutiles. A medida que el proyectado para dormir doble, o de lo contrario, se respira en la fuente, sus órganos sutiles son más densos progresivamente despojado como las capas de una cebolla que se eleva a través de las dimensiones del espectro hacia el gran centro. Esta es la razón por la proyectada doble existe separada de la cuerpo físico durante el sueño. Se espera, durmiendo o despiertos fuera de su cuerpo físico, para los próximos pulso akáshicos.

Cuando el viento llega astral, la proyección doble se siente irresistiblemente atraído hacia arriba, hacia el

Gran Centro, cada vez más y más refinados a medida que avanza. Las capas más gruesas de su energía y su energía cuerpo son reducir progresivamente a medida que avanza hacia arriba, hasta que sólo queda su esencia pura: el más alto expresión energética posible de sí mismo. Esta mayor y más puro de todos los cuerpos energéticos se asimila directamente a la fuente. Un momento sin tiempo después se exhala, ahora totalmente actualizado, y el pulso akáshicos lleva hacia abajo a través del espectro de dimensiones. Se recupera su grueso sutiles cuerpos en el camino, ya que se sopla de nuevo en el universo físico, para reintegrar a fin con su esperando cuerpo físico.

Esto ocurre de manera natural durante el sueño. La asimilación de ajustar las semillas de la conciencia influyentes es lo que normalmente no experimentado o recordado por la mente consciente - a menos que le pasa a un completamente despierto en tiempo real del proyector. proyectores en tiempo real experimentará el viento astral completa fenómeno, y pueden experimentar también las imágenes abstractas metafóricas asociadas con la codificación activar secuencias de semillas conciencia actualizada. Esto puede suceder ya que estas semillas se transfieren en su despertar en tiempo real de matrimonio, antes de que se descargan en el cuerpo físico / etérico. Este evento puede ocasionar que el proyector despierta en tiempo real a la experiencia de primera mano un potente fuera del cuerpo mind's de ojos la visión. Debido a la naturaleza fluida de la fuera del entorno del cuerpo, esto es por lo general experimenta como un evento más que como una visión. Creo que este proceso hace que algunos proféticos sueños.

Todo esto apunta a OBE consciente de ser un acto antinatural de la conciencia, posiblemente, incluso un laguna en los mecanismos de funcionamiento de la vida. Pero creo que esto es demasiado simple "como respuesta cuando la potencial a largo plazo de las EFC se considera. OBE es demasiado poderosa y significativa que se accidentales. Por lo tanto, parece lógico sugerir que OBE consciente puede ser una parte importante de la proceso de evolución espiritual. Como la humanidad evoluciona, creo que el factor de OBE constantemente se convertirá en un parte más profunda y significativa de la vida, en el individuo, así como en el nivel de crecimiento de las especies. OBE permite una fuerte dependencia de la experiencia con La Fuente, El Todo, El Gran Yo Soy, con el creador de todo - pequeñas chispas de la que descansan las profundidades de nuestros corazones.

Astral experiencia viento

La siguiente es una experiencia astral viento que tuve hace varios años durante una muy real de gran alcance tiempo de proyección. Yo estaba completamente despierto, tanto en mi físico cuerpos etérico y el tiempo real, lo que me dio una perspectiva única del fenómeno viento astral. Con el tiempo y retrospectiva, los resultados de la influencias cabeza de serie que participan aquí, y su código de secuencias de disparo, puede ser mejor examinado y entendido.

Fue una noche de verano caluroso y yo estaba meditando tarde en la noche. En pleno trance, me estaba criando energía y trabajando en mi más alta centros de atención primaria. Mi cuerpo empezó a temblar y no tardé en sentir de todo el tipo de vibraciones de cuerpo, que es un efecto secundario ocasional de este tipo de trabajo energético. Decidí ir con él y proyecto. Me sonó a libre práctica en la sala, flotando a varios metros delante de mi cuerpo físico, y se trasladó hacia la parte posterior de la casa, con la intención de salir por la pared del fondo. Una fuerza como las garras de un viento de gran alcance (todo lo que faltaba era el embate y aullidos de un viento real) me llevó hacia atrás. Mi otro aspecto, el físico yo sentado en la silla, miró con gran interés lo que se sucedido en nuestro tiempo real doble. Ninguno de nosotros tenía la menor idea de lo que estaba pasando ni por qué. Nosotros decidió ir con él y ver lo que pasó - que no podía hacer nada al respecto de todos modos.

Me arrastraron a través de la pared y hacia el cielo en aproximadamente un ángulo de cuarenta y cinco grados, hacia atrás y hacia mi casa. No podía darse la vuelta y se enfrentan a la forma en que se movía. Tuve experimentado esto varias veces antes y sabía que estaba en las garras de un fenómeno de gran alcance, pero no entender exactamente qué era. Yo no tenía miedo, ya que esto nunca me había herido, pero fascinado. I vi a mi casa crecen constantemente pequeños como yo arrastrado por la piel del cuello a través de la del cielo nocturno a lo desconocido.

Me pareció momentáneamente negro después de ser arrastrado por una capa de nubes finas. Recuerdo nubes que vuelan más allá de mí como si yo fuera el paracaidismo en sentido inverso. Me di cuenta de nuevo como me estaba cayendo de nuevo a

184

----- Page 186-----

tierra, parecía que poco tiempo después. Yo estaba mirando hacia adelante esta vez, pero más o menos al mismo ángulo y la velocidad como cuando me quedaba. El viento astral me dejó en medio de la carretera en frente de mi casa, al final de una calle limpia, bordeada de árboles-de-sac en los suburbios. Delante de mí había una gran y sólida- buscando nevera, de pie en medio de la carretera, con un enorme muro de ladrillos rojos de pie sobre seis metros más o menos detrás de él. Yo no podía ver la parte superior de la pared. (En la vida real no hay una pared o el refrigerador allí).

Me acerqué a la nevera. Su puerta estaba colgando entreabierta y la luz estaba encendida. I de alguna manera sabía que estaba roto, y vio que estaba lleno de juguetes viejos y chatarra. Un momento después mi esposa apareció a mi lado. Miró a la nevera a continuación, miró fríamente a mí. Ella dijo con firmeza, "Adiós", y luego dio media vuelta y marchó furioso lejos de mí, a poca distancia de nuestra casa. Sólo antes de doblar la esquina se detuvo y se volvió, mirando hacia atrás de mí. Su rostro se suavizó un poco,

y con una sonrisa triste y un poco de onda pequeña, ella se volvió y siguió su camino, subiendo más de un
cerca de la pequeña y caminando fuera de la vista.

Me quedé allí, aturdida, buscando en el lugar desolado a mi alrededor. Tenía una idea clara de que el
imágenes significaba que mi esposa y yo estábamos destinados a dividir, de forma permanente, en algún momento en el no-tan-
un futuro lejano. Esto me hizo tambalear, ya que estaban felizmente casados en el momento, ocupada criando a nuestros cuatro pequeños
los niños.

La experiencia de la visión terminó allí y de repente me encontré de nuevo en mi cuerpo físico. Tengo

y registrado en mi diario todo lo que había sucedido. Alrededor de la mitad de una hora había pasado desde que
había salido de mi cuerpo. Esta experiencia, ahora sé, fue un episodio del pulso akáshicos. Yo había sido testigo de la
funcionamiento del pulso akáshicos de primera mano durante una proyección muy potente en tiempo real.

Toda la experiencia de proyección relacionada con la visión o sueño puede contener elementos residuales de akáshicos

episodios de pulso. En la misma línea, las visiones mind's de ojos también puede ser activado en un clarividente cuando
que sintonizar con semillas conciencia dentro del cuerpo de energía de la materia que están leyendo.

Esta es, muy básicamente, cómo considero lecturas personales clarividente o psíquica para trabajar. Este tipo de

visión mind's de ojos visualmente describe los factores desencadenantes de las semillas influyentes, como sucedió en el anterior

la experiencia. El equivalente visual de lo que representan estos factores desencadenantes pueden aparecer como signos simples y

símbolos (como una nevera) o como imágenes metafóricas que viven mezclados con eventos aparentemente la vida real.

eventos de la vida real se ve en las visiones y los sueños a menudo se asemejan a simple pantomima. También se
a menudo visto como una serie de obras en un acto (una serie de segmentos de la visión) con resumen toca modificar
que muestra las influencias kármicas y las probabilidades futuras. Ellos son, por naturaleza, extremadamente complejo
debido a la comprensibilidad de alto nivel y los problemas de nivel de base, memoria de traducción.

Se puede aprender mucho sobre las influencias actuales, próximos eventos y condiciones, y factores modificables mediante el análisis de experiencias de visión. Entre las posibles opciones y sus probables resultados, positivos y negativos, son muy a menudo se muestra claramente. ; Por desgracia, el contenido profético de visiones y los sueños a menudo es demasiado simple y clara de fácil interpretación a su valor nominal. ¿He dicho simple? Esto es más acertadamente descrito como una mezcla sofisticada de excesivamente simplista abstracta representaciones y eventos de la vida real que se parece en nada, pero claro y sencillo a la vez. En retrospectiva, sin embargo, el verdadero significado de la visión puede ser absurdamente simples. Esto es parte de la razón por qué un protocolo establecido es necesario para la interpretación exacta, para obtener alrededor de lo abstracto, demasiado absurdo simplista metafórico de todo.

Lo que sigue es una versión específica de OBE de un protocolo universal de la visión-interpretación que se han

desarrollando desde hace algún tiempo. La naturaleza y la interpretación de las imágenes metafóricas es una especie de
de mis pasiones, así como sus aplicaciones universal a la percepción obtenida a través
de sueños y visiones.

Este protocolo se puede aplicar y se utiliza para descifrar cualquier tipo de visión, la experiencia de la visión o sueño, si la experiencia dentro o fuera del cuerpo.

Interpretación Protocolo

experiencias de los sueños y la visión a menudo tienen un contenido tan vago, desordenado, y aparentemente al azar que su interpretación puede ser extremadamente difícil, si no imposible. Esta es la razón por la que la interpretación es mejor guardar para más clara y más potente tipo de experiencias, o de partes de experiencias, aunque nunca está de más analizar el segmento de visión más pequeño y más insignificante. Con un poco de práctica, que pronto queda claro que las experiencias o las partes de las experiencias de orden de interpretación sería y que es mejor ignorarlos. Un protocolo de interpretación - un procedimiento establecido - ayuda.

Lleve un diario y registre todos los sueños y experiencias significativas OBE. Este es un consejo sabio para nadie hambreado de conocimiento espiritual y la progresión. Los sueños y visiones mostrar y enseñar

185

----- Page 187-----

que todo lo relacionado con su pasado, presente y futuro. Ellos le guían por senderos rocosos de la vida, si único que tiene los ojos para ver a través de la sencillez exasperante de todo.

Por lo general, sólo en retrospectiva hacer ciertos elementos de visión se convierten en significativas. Un registro del pasado de experiencias que les permite ser investigado y comparado con otras visiones y acontecimientos de la vida real. La los conocimientos y los conocimientos adquiridos de la comparación repetida de la simbología y los resultados reales pueden a continuación se aplicarán a las visiones actuales y futuras y los sueños. La precisión de este tipo de profecía análisis, basado en la simbología de identificación personal de visión, funciona mejor en el largo plazo.

la mente de cada persona trabaja de manera diferente cuando se trata de experiencias de sueño y la visión. Todos Disponemos de personal integrado en el conjunto de filtros mentales, formado por asociaciones simbólicas particulares sólo para nosotros. Aprendidas asociaciones mentales, y los establecidos dentro de todos nosotros por la conciencia colectiva, se utilizado por el cerebro físico en el nivel subconsciente para interpretar la visión que causan las energías de niveles dimensionales más allá del nivel básico de comprensión. Estas energías, percibido o recibió en su forma pura durante los sueños, visiones y experiencias fuera del cuerpo - debe traducirse en la base de nivel formato (estándar de memoria física del cerebro formato de almacenamiento) antes de que puedan ser descargados para ser recuerdos reales.

Incluyo sueños aquí, aunque este libro no se trata de interpretación de los sueños,

como a menudo se imposible diferenciar entre OBE-adquirida visiones y sueños-visiones ganado. Muy a menudo, durante la EFC, sólo los extremos o segmentos de la cola de las visiones clarividentes y episodios akáshicos pulso recordar, con todo lo demás se pierde en la memoria. Estos a menudo se parecen normales vivos sueños.

Sólo por el proceso de grabación y la interpretación de las experiencias visuales, en el largo plazo, ¿puede el peculiaridades tan importante de personal de las asociaciones psicológicas ser identificado. Grabación de larga duración y el análisis permite la identificación de la simbología y las imágenes generadas dentro de la visión experiencias de la mente subconsciente. Con el tiempo, aparecen patrones repetidos. Estos muestran las formas, estructuras, y la simbología que componen la imagen metafórica de las visiones y los sueños de un individuales. Cuando los elementos básicos de estos patrones se conoce, que el conocimiento puede ser aplicada a la interpretación visión personal. Una gran cantidad de información personal de valor puede ser obtenida a partir de visiones y sueños aparentemente sin sentido. Como un bono, mayor es un protocolo establecido utilizado, el más potente y preciso se convierte en una herramienta profética y guía.

Diario de diseño

El diseño se muestra a continuación se puede simplificar o elaborados en cuando sea necesario. Por lo menos una página completa se debe utilizar para cada experiencia, con espacio en blanco al final de las notas y retrospectiva conexiones que se añadirán más tarde. Si una visión es largo o complejo, más de una página puede ser necesario para degradarlo. Con el tiempo, una mirada más práctica-permitirá que la mayor parte de la interpretación que debe hacerse mentalmente, con mucha menos atención entonces que es necesaria en una presentación formal. Puede ser progresivamente simplificados para reflejar una mayor comprensión.

Sirve de ayuda si se utiliza el mismo diseño en todo momento. Las palabras clave se pueden añadir en primer lugar, transcribe desde el bloc de notas que debe tener al lado de su cama en todo momento. La experiencia completa se puede escribir, utilizando las palabras clave como guía, más adelante en el día en que usted tiene más tiempo.

Encabezado: En la parte superior de cada entrada de diario (siempre use una nueva página para cada visión o un sueño) muestran el número de página, fecha completa, y la fase lunar en negrita. En la misma línea, escriba una frase breve encapsular la experiencia, por ejemplo, "Observación de Ballenas" o "Disneyland", o "refrigerador". No se miedo de escribir usando aliteraciones, ya que ayuda a bloquear en la memoria. Estas cabeceras facilitar la búsqueda de experiencias particulares en una fecha futura. Adición de la fase lunar es opcional, pero encuentro que esta útil de referencia que, durante un año completo, muestra los tiempos en que las visiones y los sueños se produjeron importantes. Este puede ser un buen indicador de cuándo más de lo mismo es probable que se produzca en el año que viene, y cómo se ven afectados por las influencias astrológicas.

Palabras claves: Lista de las palabras clave de la experiencia en la primera línea, debajo de la cabecera, manteniendo la verdadera secuencia de los acontecimientos. Segmentos separados visión con un guión - como esta - si más de uno involucrados.

La experiencia completa: Deja una línea en blanco, a continuación, escribir la experiencia completa con las palabras clave como Guía - nuevo con guiones - para indicar los segmentos de la visión claramente separados.

186

----- Page 188-----

(Dejar una línea en blanco entre cada una de las siguientes secciones.) Marco: Describa brevemente el de fondo y ajuste de la visión, la lista de cada cambio de fondo si la visión tiene múltiples segmentos.

Jugadores: Lista de todos los actores de la visión, con el fin de la importancia de su relación con usted y su vida, así como por la importancia del papel que desempeñan en la visión. Si hay muchos personas en la visión, los que no lista teniendo parte activa o significativa en orden descendente, como "Elenco" y "Extras".

Secuencia de eventos: Nota y marca la secuencia de eventos, utilizando palabras clave como guía. Usted puede lista de estos por separado para una visión de corto, pero para una más larga es probable que sea más fácil de insertar en esta "Experiencia Completa" sección, como # 1, # 2, # 3, en número de inserción, especialmente si usted está interpretando una visión largos o complejos.

Símbolos: Las cosas que parecen fuera de lugar o impares suelen ser símbolos que tienen un significado más profundo de lo que aparenta en la superficie. Los símbolos pueden ser cualquier cosa: objetos, animales, personas, o incluso la forma la gente está vestida. A menudo, varios elementos se vean fuera de lugar o impares, los cuales todos deben tenerse en cuenta para. Por ejemplo: un agente de policía puede simbolizar cuestiones jurídicas, mientras que un bombero puede simbolizar daño, peligro o urgencia. Un automóvil, o cualquier otra forma de transporte, por lo general indican su vida de camino. Un tipo particular de vehículo, por ejemplo una ambulancia, camioneta de muebles, un camión o coche fúnebre puede añadir significado importantes e indicar los acontecimientos futuros. Una ambulancia, por ejemplo, puede indicar un viene la enfermedad. Interpretar cada símbolo, una vez identificados, en la forma más básica y le rara vez salen mal.

Acciones simbólicas: Cualquier acción que se destaca o tiene un significado, o que se lleva a cabo de tal manera como para atraer la atención, es una acción simbólica. Incluso las acciones de pequeñas y aparentemente insignificantes pueden muy importante. Si alguien pasa un punto, o puntos, o revela algo, o las olas, o sonríe, frunce el ceño o, o se ríe o se aleja, etc, estas acciones simbólicas esconden un significado más profundo. Piensa pantomima simple aquí. Por lo general, una acción simbólica importantes se destacan y su atención

se sentirán atraídos por él durante una visión o un sueño. Tenga en cuenta que la memoria que tenemos de una visión es sólo una parte muy pequeña del total de la información contenidas en ella. Cualquier sentimiento o intuición que ha en relación con cualquier parte de una visión puede ser considerado como un indicador importante de que, si se cuenta para, puede descubrir más información y significado.

Además, tenga en cuenta que en muchos casos, usted se encontrará el centro de la acción. A menudo se está tratando de hacer algo o llegar a algún lugar. El resto de la visión a menudo se construirá en torno a esta acción central. Esto, si está presente, revela el tema central o idea central de la experiencia y en general, indica lo que el resto de la simbología se asocia con, o se puede aplicar a durante interpretación.

Simbólico Modificadores: Estos añaden significado a los símbolos y acciones simbólicas. Si, por ejemplo, alguien pasa un objeto a usted, y el objeto está dañado o sucio, la condición de que el objeto es para ser considerado un elemento de modificar, alterar su significado. Al viajar en un vehículo, el tipo y la condición de que el vehículo es un factor de modificación importante. Si usted se encuentra viajando a pie, la condición de la carretera y el paisaje circundante será la modificación de elementos a buscar.

Indicaciones: Estos son los elementos más importantes a buscar. Ellos siempre estarán allí, aunque no siempre es tan claro como el símbolo del refrigerador dado anteriormente. Señales simbolizan las marcas de fecha para los eventos venideros, algo que marcará el disparo o ellos. Se puede no estar relacionado de alguna manera a los acontecimientos reales. Una señal es generalmente algo fuera de lugar que no se puede desaprovechar, por lo general no será sólo un símbolo que encaja a la perfección, si puede ser identificado. Por ejemplo, puede ver una batería de coche sentado en medio de su sala de estar en una visión o sueño de la experiencia. Esto indicaría que cuando una batería de coche llega a ser significativo, los otros eventos representados en la visión se activa, o están a punto de activarse. Puede ser algo pequeño, como un regalo de Navidad o una tarjeta de cumpleaños. Podría ser cualquier cosa.

Conexiones: los jugadores nada Nota de conexión, objetos y eventos en la visión de la vida real.

Preguntas: ¿Qué es en sí mismo? ¿Qué hacer? ¿Cómo se simbolizan una conexión con mi vida? ¿Cuál es su significado más simple y más básica? Haga las siguientes preguntas de cada parte y símbolo y acción, a continuación, aplicar el sentido común, la lógica, la intuición, y - sobre todo - la vida personal conocimientos para ello. Esto proporcionará información valiosa sobre significados o cultos. Tenga cuidado de dar a cada parte de la más simple y básica posible significado. Pensamiento desiderativo y saltar a conclusiones arruinar cualquier interpretación, como puede ignorar lo obvio. Si no hay un significado claro se puede encontrar, simplemente deje

un gran signo de interrogación. Su significado a menudo sólo se hará evidente en retrospectiva. No complicar el proceso de interpretación o se erosionan el sentido y el valor de una visión

la experiencia. La regla más importante:

Mantener esta línea de cuestionamiento UltraSimple. No pase por alto lo obvio, pero también no hay que ignorar los toques más sutiles modificar.

Los comentarios y conjeturas: Después de aplicar estas preguntas para cada parte de su visión, lista o danos tu interpretación de la visión aquí. Aplicar los conocimientos actuales aquí, tomadas de las visiones anteriores y los sueños, los sentimientos más, la intuición y la razón. Si ya ha iniciado un índice simbólico, se aplican

lo que tienes en él. Si usted todavía está perdido en cuanto al significado de una experiencia de visión o un sueño, tomar una silvestre suposición basada exclusivamente en la intuición. Cuidado con las ilusiones y trate de no ir a conclusiones, que son verdaderos asesinos de la interpretación exacta.

Retrospectiva: Esta parte se va a dejar en blanco hasta que las partes de la visión pan en la vida real. Una vez que este sucede, la visión se debe volver a revisar cuidadosamente para repetir el simbolismo y los patrones que se pueden para interpretar otras visiones.

Indexación: Tome nota de los temas recurrentes, los símbolos, patrones y su significado aparente, de acuerdo a la visión y experiencias pasadas sueños. Una vez que estos se identifican, la transferencia a un índice en la parte posterior de su diario y utilizarlo para mejorar el protocolo de interpretación. El índice es especialmente potente una vez que estos elementos están relacionados con los eventos de la vida real. Lista de números de página donde los símbolos se repiten para que sea más fácil de rastrear e identificar los elementos particulares.

Ejemplo de Interpretación - El Refrigerador

Encabezado:

"Busted Refrigerador" (fecha) (Luna Llena) (número de página)

Palabras clave:

OBE, el viento - en la carretera, refrigerador rotos, paredes de ladrillo, la mujer enojada, adiós.

La experiencia completa:

[Ya mencionadas anteriormente.]

Marco:

1. OBE comenzó dentro de mi casa. # 2. En el camino fuera de mi casa.

Jugadores:

Mi esposa, yo mismo

Secuencia de eventos:

Que proyecté, me voló la cabeza por un viento misterioso, aterricé en la calle, vi a los quebrantados refrigerador y la pared, mi esposa apareció, miró a la nevera, se despidió y se marchó; mujer se detuvo y saludó antes de continuar fuera de la vista.

Símbolos:

Camino fuera de mi casa [por qué estaba allí ... en la calle];? pared de ladrillo o [una barrera o terminación-o una marca de fecha];? [refrigerador símbolo extraño, tal vez un sello de la fecha]?

Acciones simbólicas:

Esposa dijo adiós; mujer se alejó de mí, mujer se detuvo y saludó.

Simbólico modificadores:

La luz del refrigerador estaba en [mostrando la luz trabajado?]; refrigerador parecía estar roto y se lleno de juguetes viejos y chatarra, pared de ladrillo era enorme y parecía infranqueable; esposa parecía enojado y con frialdad, dijo adiós a mí, mujer caminaba lejos de mí y lejos de nuestra casa [que indica que había precipitado] dividir; mujer agitó tristemente hacia mí [indicando el remordimiento tardío?].

188

----- Page 190-----

Indicaciones:

Refrigerador? Pared de ladrillo?

Conexiones:

Yo estuve allí, mi esposa estaba allí [vinculado por matrimonio], yo estaba en el camino fuera de mi hogar [Vincular estos hechos con la vida familiar].

Los comentarios y conjeturas:

Aunque no podía ver cómo ni por qué, supuse esta visión predijo que mi matrimonio terminaría en un futuro próximo, más probable es que la fecha sellada por un refrigerador roto.

Retrospectiva:

Todos los eventos descritos en esta experiencia se hizo realidad. Un año después tuve el refrigerador experiencia, mi vecino de al lado construyeron una pared de ladrillos de gran tamaño (dos metros de altura) alrededor de su casa. Un pocos meses después, mi familia y yo nos mudamos a otra ciudad 300 millas al sur. Al día nos mudamos a la nueva casa, nuestro refrigerador se descompuso. Hemos prestado una de un familiar, mientras que el nuestro era para su reparación. El refrigerador prestado no funcionaba bien, aparte de su luz de puerta, que ha funcionado. Después de nuestra era reparado, el refrigerador prestado se sentó en el porche de casi dos años, en espera de ser recogidos. Cada vez que miraba a ella, como los niños poco a poco se llena de juguetes antiguos y de la chatarra, me acordé de la experiencia del refrigerador. Tenía la sensación de que cuando se recogió finalmente bien podría significar el final de mi matrimonio.

Por todo esto previo conocimiento, todavía no podía ver que esto suceda. Nuestro matrimonio tuvo su parte de la tipos habituales de altibajos, pero parecía estable y todo parecía perfectamente normal. Uno día, el pariente se acercó y recogió el refrigerador roto. Una fuerte sensación de déjà vu e acercó

y me preguntó de nuevo si esto significaba el final de mi matrimonio, pero aún no podía ver que cualquier cosa estaba equivocado. Pero exactamente una semana después de que el viejo refrigerador fue tomado, mi matrimonio terminó de repente, de forma permanente, y por ningún motivo podía haber previsto. Terminé en la calle, muy literalmente, como la visión representada en su forma metafórica simplista. Parece que el camino que estaba de pie en adelante, fuera de mi casa en la visión, era también un símbolo con significado oculto a la misma.

Mirando hacia atrás, con la ayuda de retrospectiva, el significado de cada elemento y la acción se vuelve muy claro.

La pared de ladrillo que vi fue alta y intransitable, lo que indica un final de finido. Si ha habido alguna manera de cambiar los acontecimientos futuros representados, un camino a través de, alrededor, o sobre la pared se habría representado en la visión - por ejemplo, una escalera apoyada en ella, o un agujero en la pared. Por pura coincidencia, una pared de ladrillo fue construido por mi vecino de al lado justo antes de que salió de la ciudad - o se trata simplemente de una coincidencia? Tal vez este fue otro sello de la fecha, o astutamente disfrazada gatillo, liberando las semillas influyentes que comenzó su efecto en y alrededor de nuestras vidas en ese tiempo muy.

Cabe destacar que los juguetes viejos y chatarra en el refrigerador jugado un papel importante en el resultado de esta la experiencia. No puedo dar detalles de esto aquí, es muy personal, pero puedo decir que este símbolo se extremadamente precisa.

Si bien el conocimiento de este evento futuro no permitía ningún cambio en el resultado inevitable, lo hizo hacer de este evento mucho más fácil de tratar cuando sucedió. Yo estaba mentalmente y psicológicamente preparado para ello. Por lo tanto, tengo mi vida muy rápidamente después de este molesto evento. Y aquí estoy ahora escribiendo este libro sólo unos pocos años más tarde, que nunca se han sido capaces de hacer en caso de que estos hechos no habían ocurrido como lo hicieron. Y eso es lo más definitivamente posible los alimentos para el pensamiento ...

Resumen de la naturaleza del simbolismo

Me gustaría que sonara una advertencia general aquí acerca de la naturaleza abstracta de los símbolos y las imágenes metafóricas se encuentran comúnmente en una visión. Incomprensión de la naturaleza metafórica del las imágenes, además de las ilusiones y saltar a conclusiones, no sólo puede generar mucha confusión, puede causar daño a su vida.

Si, por ejemplo, proyectores de ver a un ser querido muere, emocionalmente puede negar esto y deliberadamente utilizar su capacidad creativa para cambiar el resultado de la visión. Esto puede suceder porque, simplemente, no puede hacer frente a la alternativa, lo que significa realmente. La emoción puede

de arruinar la importancia de cualquier visión de la experiencia. Cualquier advertencia útil o modificación de elementos que muestran la manera de cambiar o modificar un resultado se puede perder. Por ejemplo, la visión total en su forma sin cambios pueden haber contenido la información que tenía el potencial para salvar la vida en cuestión - si realmente estaban en peligro, lo que es. El enfoque desapasionado-observador es realmente la única manera de manejar cualquier tipo de experiencia de visión.

La configuración, la secuencia, los jugadores, los símbolos, las acciones, los modificadores, y las conexiones en cualquier tipo de experiencia de visión o un sueño son todos los aspectos significativos de la misma. Y el estado emocional del espectador y cómo la experiencia les afecta es otro factor muy importante a tener en cuenta durante el análisis. Sólo la experiencia, la lógica, la intuición y un camión cargado de sentido común puede enseñar cualquier forma de interpretar claramente una experiencia profética visión de la vida real. Hasta que esta experiencia es ganado, es el mejor para tratar cualquier tipo de visión, especialmente aquellos que representan temas de gran interés como relaciones, dinero, o la muerte, con extrema precaución.

190

----- Page 192-----

Sexta parte: - Astral Fenómenos extraños

31. OBE y fluctuaciones de la realidad

No hay explicaciones simples para las causas subyacentes de las fluctuaciones que afectan a la realidad proyectores en tiempo real, poco después de su salida fuera del cuerpo. Me gustaría que hubiera, sería hacer mi trabajo mucho más fácil. En la mayoría de los casos, especialmente con los nuevos proyectores, la realidad comienza a fluctuar sólo un par de minutos después de la salida. las fluctuaciones de la realidad son más notables durante en tiempo real proyecciones, sobre todo dentro de las casas proyectores propios, como los detalles de esta zona son bien conocidos. Varios factores que pueden tener el potencial de causar o contribuir a las fluctuaciones de la realidad.

La mente superficial, si no es estrictamente controlado, proporciona un flujo continuo de diálogo y de azar pensamientos guessworklike. Parte de esta superficie desde el subconsciente, en respuesta a las asociaciones provocado por los pensamientos, el ambiente, y eventos. Parte del problema radica en conjeturas, o es lo que comúnmente se llama la superposición. La superposición de plagas psíquicas, clarividentes, y los espectadores alejados por igual: pensamientos conjeturas interferir con la percepción objetiva y el análisis. En el caso de las EFC en tiempo real, la plantilla tiene un efecto mucho más creativo que en la vida real. Es mucho más visual, y por lo tanto se a menudo desencadenan los poderes creativos de la mente subconsciente.

Por ejemplo, si un objeto, forma, o la sombra es vagamente visto en una proyección, la superficie de la mente supongo que a menudo lo que es, incluso si el proyector no está pensando en ello. Esto puede estimular la mente subconsciente en la alteración del objeto, o en la creación de una forma para adaptarse a lo que ha sido medio-

adivinado. Si el proyector está inconsciente temor de la fuera del entorno del cuerpo, estos vagos
sombros puede transformar fácilmente en imágenes terribles.

Durante cualquier tipo de proyección, la mente subconsciente tiene la mayor parte del poder creativo. Una vez
activado, puede crear objetos complejos y escenarios al instante, sin el tiempo y el esfuerzo necesarios
para construir una creación similar utilizando los poderes creativos más débil de la mente consciente. La
mente subconsciente espera en el fondo, listo para saltar y crear algo en la caída de un
sombbrero. Pero generalmente no hay propósito inteligente en lo que se crea.

La mente sueño, cuando se activa, puede acceder a la fuerte telepática, con energía y
vínculos de empatía entre lo físico / cuerpo etérico / mente y su proyectado matrimonio,
a través del cordón de plata.
Por tanto, es capaz de causar fluctuaciones realidad - algo como el sueño generado
en tiempo real
alucinaciones - alrededor del doble previsto. Los efectos de interferencia sueño de la mente más
notables dentro de un centenar de metros (noventa metros) o menos de la proyectada
doble, y disminuir con
distancia.

La longitud de tiempo que toma cualquier proyector para entrar en el estado de sueño es muy variable. El comienzo
de las fluctuaciones de la realidad durante un OBE en tiempo real se puede utilizar para indicar cuando la mente es sueño
convertirse en activo. Este es un momento muy bueno (recomendado para principiantes) para poner fin a una proyección, y
un intento de reingreso consciente, mientras que el físico del cuerpo etérico es todavía fácilmente despertado, antes de que caiga
en un nivel más profundo del sueño. Sin embargo, como proyectores de adquirir experiencia y conocer sus puntos fuertes,
debilidades y limitaciones, las fluctuaciones de la realidad puede ser degradado e incluso superar a un determinado
medida. Tiempo de espera durante una OBE puede ampliarse gradualmente, con reingreso exitoso sigue
posible.

Con cualquier intento de proyección, el deseo y esfuerzo para inducir a la proyección a menudo se le servirán en
el estado de sueño. La mente sueño de un proyector a menudo se lo creen todavía está implicado en un prolection
intento cuando se activa, sobre todo si se quedó dormido en medio de uno. Cuando se siente
síntomas similares a los de proyección-procedentes de su físico / cuerpo etérico (vibraciones, palpitaciones, etc), que
se cree que está teniendo una salida OBE desde el interior de su cuerpo físico. A continuación, experimentarán un falso
más que un sueño muy realista versión de una proyección consciente de salida.

OBE imaginaria La mente del sueño se parece muy real para él. El aspecto en tiempo real de este
OBE sueño se basará en las memorias reales del proyector de la zona circundante. Esto tiene la
potencial de la superposición con la OBE verdad en tiempo real (que ya está en marcha) con una versión falso sueño
de exactamente la misma cosa. El proyector falso sueño siempre tendrá un punto de vista diferente de la
proyector de verdad en tiempo real. El proyector falsa puede creer que está en otra parte de la casa, o puede
simplemente se enfrenta a otra dirección que el proyector es realmente cierto. Esto

a superposición puede la verdad real tiempo el medio ambiente con un escenario torcido, hacia atrás, o fluctuante que no tiene ningún sentido en todos al proyector verdad.

191

----- Page 193-----

Otras mentes, despierto o dormido, también son capaces de contribuir a las fluctuaciones de la realidad. Esto puede ser considerado como el ruido mental estática o de fondo. Distancia afecta a la fuerza de este tipo de interferencias. La razón de esto está directamente relacionado con cómo el proyectado matrimonio se vuelve notablemente menos afectado por su propio físico / cuerpo etérico con mayor distancia de ella.

Proyectores que operan en zonas poco pobladas notará mucho menos ruido de fondo.

Áreas densamente pobladas han aumentado considerablemente el ruido de fondo. Por esta misma razón, sería búsquedas metafísicas y rituales de magia nunca se llevan a cabo en zonas densamente pobladas.

El ojo del centro de la frente o un tercio de un proyector es también capaz de recibir visiones durante una OBE. centros de energía primaria son mucho más activos durante la OBE que durante el estado de vigilia normal, debido a el aumento de la actividad energética en el cuerpo físico / etérico. Un centro de la frente activo durante un proyección de lo que puede actuar como algo así como un receptor de la visión sin sintonía. (Esto varía de acuerdo con la nivel de la capacidad clarividente de los individuos y por lo tanto, es menos frecuente.) Puede causar extrañas visiones y las imágenes inexplicables, aparentemente sin relación con el proyector durante un OBE en tiempo real.

actividad de centro de la frente también pueden causar visiones complejas para ser experimentado durante EFC. Si un centro de la frente del proyector recibe una fuerte visión en el transcurso de un OBE, la proyectada doble puede encontrarse experimentando esa visión de primera mano, desde el interior de la visión. En efecto, una fuerte visión puede causar un cambio dimensional que transporta el doble proyectado en el reino astral. Una visión experiencia como ésta por lo general terminan los aspectos en tiempo real de un OBE por su duración.

Una vez que las fluctuaciones de la realidad comienzan durante un OBE en tiempo real, puede ser difícil hacer sentido de lo que que está sucediendo. Yo no recomiendo ni siquiera intentar. Los intentos de hacerlo conducirá a más complicaciones y generar aún más salvajes fluctuaciones de la realidad. Normalmente es mejor para los proyectores de aceptar lo que sea sucediendo, para mantener su mente lo más clara posible, y seguir adelante con sus OBE lo mejor que puede. Si las fluctuaciones de la realidad se pronuncia, sin embargo, a menudo ayuda a alejarse de la zona afectada y las cosas espero que sea más estable en otros lugares. Si esto falla, proyectores sabio en tiempo real intentará volver a introducir su cuerpo físico, mientras que todavía pueden, o arriesgarse a perder la memoria de esa experiencia totalmente.

Si bien el desarrollo energético puede ampliar los aspectos objetivos en tiempo

o real de una EFC, una mezcla de las percepciones es de esperar por la mayoría de los proyectores en tiempo real, poco después de la salida. La norma es una extraña mezcla y el líquido de las percepciones objetivas y subjetivas, con las fluctuaciones de la realidad constantemente aumentando a medida que continúa la proyección. Esto deja a la mayoría de los proyectores forcejeo de algún tipo de causa lógica o explicación, que es poco probable que se encontró. Si bien las fluctuaciones molesto, la realidad son no malos elementos o negativa de una OBE. Por lo general son un poco sobre la naturaleza y ridículo lado, eso es todo.

Evitar fluctuaciones Realidad

Concéntrese en lo que están haciendo en todo momento y no dejar vagar su mente. Mantener el control

durante una proyección que fortalece y hace que los recuerdos sombra más fuerte.

Manténgase en movimiento en todo momento y no quedarse en un área por mucho tiempo.

Aléjese de su cuerpo físico inmediatamente después de la salida y continúa por lo menos veinte pies

(Seis metros) de distancia de él en todo momento - cuanto más, mejor.

Concéntrese en la visión hacia adelante y girar despacio y deliberadamente.

Mantenga un comentario en ejecución durante la proyección. Hable en voz alta a sí mismo en todo momento,

describir lo que están viendo y haciendo. Si tu voz no funciona, lo digo en tu mente.

No concentrarse en cualquier objeto o escena durante demasiado tiempo. Observar cada objeto y la escena

sólo brevemente, de paso, teniendo en cuenta en voz alta, a continuación, mueve a lo largo.

una breve mirada a las manos con frecuencia, y siempre que fluctúa la realidad, pero no por mucho tiempo

suficiente para hacer que se derrita. Cada vez que hagas esto, una pequeña onda de choque se envía de vuelta

el cordón de plata para el cuerpo físico / etérico. Esto le da una pequeña descarga que retrasa su entrada

en el estado de sueño, con lo que prevé el fortalecimiento de la doble.

Terminar con la OBE cuando las fluctuaciones de la realidad a ser pronunciada, mientras que usted todavía puede.

192

----- Page 194-----

Confundir efectos Astral

Usted no tiene un cuerpo real durante una OBE. Usted es un punto infinitamente pequeño de conciencia, una chispa creado por las energías puras de su conciencia. Usted no tiene el tamaño real o forma. Usted es totalmente libre de las limitaciones de su cuerpo físico y de todas las leyes de la universo físico.

En muchos sentidos, el cuerpo físico y su proyectado matrimonio se puede comparar con una batería de coche y el energía almacenada dentro de ella, o para un condensador eléctrico y su carga almacenada. Si de alguna forma podrían

separar uno de estos dispositivos físicos de su energía almacenada, sin embargo, con tiene la liberación de su energía en una sola unidad cohesionada, lo que sería el tamaño de la unidad de energía? ¿Cuál sería la unidad de energía pesa? ¿Cuál sería el aspecto unidad de energía, como?

No hay respuestas concretas a estas preguntas, como la energía tiene tamaño cero, cero en masa, y cero de peso. Pero el producto de estas cuestiones podría existir en alguna forma y tienen un potencial de energía que podría ser calculado. Hay que, hipotéticamente, existe como energía pura, una vez liberados de las restricciones de la materia. Le pregunté a un amigo mío, un físico matemático, si estas preguntas podrían ser declarados o demostrado matemáticamente, y una comparación que a la proyectada doble. He recibido un capítulo de larga duración respuesta. La matemática de alto nivel y la física que participan están muy por encima del nivel del hombre común, pero el resultado final que el proyectado matrimonio era semejante a un pozo de potencial.

Por todo ello, el proyectado matrimonio es de hecho un conjunto de clases, aunque un energético uno. Un proyectador puede percibir este órgano, pero sólo cuando las partes de que son deliberadamente a auto-observó. El cuerpo sutil piezas que aparecen parecen ser creados por la mente subconsciente. La mente de un proyectador no parecen ser capaces de aceptar la inexistencia total de su cuerpo, por lo que temporalmente crea partes del cuerpo cuando se buscan.

Partes del cuerpo de fusión

Si intenta mirar de cerca las partes de su propio matrimonio proyectado durante una OBE, especialmente sus las manos, se encuentra que comienzan derritiendo muy rápidamente, dentro de dos o tres segundos. Usted puede vista en cualquier parte del cuerpo y mirar hacia otro lado otra vez y que se parecen ser bastante estable y sólido, pero el estudio de cualquier parte del cuerpo de cerca la causa que se derrita. Por ejemplo, si nos fijamos en sus pies y luego levantar una de ellas para una inspección más cercana, que comenzará a derretir al igual que las manos hacen.

Manos, siendo el más común-miró a las partes del cuerpo proyectado durante una OBE, pálido y sobrenatural. A veces incluso parece macabrely alargada y espectral (véase la figura 1, capítulo 2). No se asuste si usted observa este efecto, ya que esto es bastante normal. Por lo general, sólo se ve en baja-EFC potencia. En todos los casos, después de sólo unos minutos de observación, los dedos se iniciará de fusión rápidamente lejos en tocones pálido. El resto de la mano y el antebrazo pronto harán lo mismo si el observación continua. Si usted mirar hacia otro lado y luego mirar hacia atrás en sus manos, el proceso de fusión volverá a comenzar desde el principio.

Cualquier otro objeto físico real observada muy de cerca durante una OBE no se derrite. Las cosas van a cambio, que van a transformarse, desaparecer, invierte, y mutar en otras cosas, pero no desaparecerá partes del cuerpo como lo hacen. Esto indica que el acto de la observación de sí mismo o la causa de la fusión partes del cuerpo fenómeno. Creo que el fenómeno de fusión partes del cuerpo se debe a un conflicto dentro de la

mente subconsciente. La mente subconsciente proporciona temporales partes del cuerpo sutil, aparentemente como un acto reflejo desencadenado por el acto de auto-observación. Se conoce su cuerpo físico real existe en otro lugar, y sabe que debe tener un cuerpo con él durante una OBE. Así, cuando la proyectada ve doble de su cuerpo, la mente subconsciente es engañado en la creación de piezas temporales cuerpo.

Sin embargo, estas partes del cuerpo no se puede mantener en existencia, por que la mente subconsciente no puede aceptar que su cuerpo está existentes en dos lugares diferentes al mismo tiempo. Interior conflictos subconsciente y enérgico causa las partes del cuerpo para derretir rápidamente lejos. Si mi razonamiento es correcto en este caso, este conflicto va un largo camino hacia la explicación de por qué el fenómeno de fusión manos puede tener tal efecto sobre los proyectores.

Una breve mirada a las manos durante una OBE, por ejemplo, provoca una onda de choque entre las pequeñas proyectado matrimonio y su contraparte física que ayuda a estabilizar la proyección.

A más largo observación a menudo cambia de un proyector de tiempo real directamente en un reino astral. Este último efecto es especialmente poderosa durante una proyección astral y pueden ser utilizados por los proyectores a sí mismos de cambio entre los planos astrales, aunque de forma aleatoria.

193

----- Page 195-----

Este cambio dimensional es más probable causado por la mente subconsciente, convirtiéndose en momentáneamente desorientado debido a los conflictos derivados del acto del cierre de la auto-observación. Este último efecto es variable, sin embargo, y parece afectar a algunos más que otros proyectores. Este variabilidad es muy probablemente causado por varios factores, la experiencia, la excitabilidad, el miedo y temor afectan a la fuerza de la onda de choque que genera la auto-observación. Cuanto más fuerte es la onda de choque, más fuerte es su efecto sobre el proyectado matrimonio.

El fenómeno de fusión partes del cuerpo es más notable en tiempo real que en los planos astral o más alto, a pesar de que todavía sucede en la mayor parte de la misma manera. Y, ya que es uno de los raros constante factores asociados con la OBE y el proyectado matrimonio, es digno de estudio mucho más.

Visión-Inversión Problema

inversión de la visión es un problema ocasional en tiempo real. En mi opinión, este problema se debe a que el cuerpo físico tiene una perspectiva natural la visión frontal de aproximadamente 220 grados. Se puede ver la mitad delantera de su entorno visible, pero no puede ver detrás de sí al mismo tiempo. Sin embargo, el proyectada doble es un punto de conciencia con el potencial de tener una visión en tiempo real en todos los direcciones. Yo llamo a esta visión esférica, a falta de un término mejor.

El proyectado matrimonio no contiene funcionamiento de órganos de los sentidos

, ni siquiera las copias de energía ellos. Por lo tanto, no está obligado por las limitaciones impuestas a la visión de su contraparte física. Se puede ver en todas direcciones a la vez si se puede conseguir más allá de su punto de vista natural arraigada visión frontal. Este potencial de aumento de la visión de vez en cuando causar problemas cuando se produce accidentalmente.

Un punto de vista de 360 grados no es fácilmente aceptable por la conciencia o la mente subconsciente. En De manera similar, este problema de visión en tiempo real también puede interferir con la proyectada doble de arraigado sentido de izquierda y derecha, que además puede agravar el problema de la visión esférica.

visión esférica puede causar algunos efectos en tiempo real muy peculiar y algunos torcer la mente bastante- las fluctuaciones de la realidad. Por ejemplo, proyectores frecuentes en tiempo real, a menudo encuentran que su mundo de repente se invierte en una proyección, como si en una especie de espejo o dimensión astral invertido reino. Todo tiene el mismo aspecto, con las mismas cualidades objetivas como normal, pero lo es todo de atrás hacia adelante y / o fuera de lugar.

Durante algunas OBE, los sentidos proyectores visuales se han convertido en desorientado y han momentáneamente experimentado un cambio de perspectiva que ha invertido su perspectiva izquierda y derecha. Esto puede suceder si de repente cambia de dirección sin notar el cambio. Su punto de vista cambia de repente, sin que en realidad en movimiento o rotación, ya que tendrían en su desarrollo físico cuerpo. Esta acción se ha invertido sus recursos naturales, frontal, izquierda y derecha, delante y por detrás, arriba y abajo punto de vista. Esto desorienta y trucos de los amplios poderes creativos de la mente subconsciente en inmediatamente rehacer el medio ambiente para adaptarse a lo que se siente que debe ser. Una fracción de segundo de desapercibida desorientación y el medio ambiente OBE se descontrola.

El siguiente diagrama ilustra la inversión del punto de vista sin necesidad de encender, y el extraño efecto esto puede causar. El sentido natural de la frente y atrás, arriba y abajo, izquierda y derecha están tan profundamente arraigadas en nosotros que puede tener un fuerte efecto sobre la percepción en tiempo real, que es una sensación directa de la mente. Tenga en cuenta que en el diagrama a continuación que el sentido natural de la dirección no cambia cuando el proyector punto de vista de repente se vuelve del revés sin que la persona realmente decisivo.

Por favor, tengan paciencia conmigo aquí, como la explicación de tal fenómeno natural como la inversión es una visión real dolor de cabeza.

El proyector en tiempo real @ está en el centro de la diagrama de frente a (A) con la puerta con claridad percibe que en su lado natural de la derecha. Él tiene una visión normal frontal con la izquierda y naturales perspectiva de derecho, como en la vida real. El proyector sabe que, hace su mente subconsciente, que si la figura. 35. Visión-inversión problema

se da la vuelta y se enfrenta a (B), la puerta y la televisión estará en su lado izquierdo, y la silla a su derecha-

lado, como se muestra arriba.

Ahora, si usted como el proyector se enfrentan (A) y de repente a su vez de adentro hacia afuera sin moverse alrededor, y sin darse cuenta de esta falta de movimiento, su punto de vista de repente, sin invertir

194

----- Page 196-----

convirtiendo en realidad. Punto de vista (A) de pronto se convertirá en el punto de vista (B), pero without your inflexión en torno a como lo haría en la vida real. Su sentido de izquierda y derecha de repente se ha invertido.

Cuando su punto de vista cambia repentinamente de (A) a (B), sin que realmente girando y experimentando una rotación del punto de vista que su mente pueda aceptar y ajustar, la puerta se queda a la vista y causa un gran problema, al igual que la silla y la televisión cuando de repente la primavera a la vista. Usted se conscientemente de la puerta en su lado derecho con el punto de vista (A), pero no perder de vista la puerta cuando de repente a su vez de adentro hacia afuera y cambiar su punto de vista a (B).

Su mente subconsciente no puede aceptar este cambio repentino de punto de vista. Incluso la conciencia tendría problemas para aceptar esto. La puerta se ve en el lado derecho mientras que hace frente (A) a el inicio de la reversión de adentro hacia afuera tendría que desaparecer y reaparecer de nuevo en el lado derecho después vuelve y se enfrenta a (A). Pero, esto pondría a la puerta del otro lado de la sala, que es claramente imposible. El televisor y la silla también tendrían que invertir las posiciones para mantener su izquierda natural y la perspectiva de la derecha en orden, que también es claramente una proposición imposible que el subconsciente mente.

El nuevo punto de vista con la izquierda sin cambios y la perspectiva de la derecha, obtenida por el cambio repentino en la punto de vista sin necesidad de encender, se convierte claramente imposible para la mente subconsciente. Por lo tanto, se el camino más fácil y cambia la vista para adaptarse a aquello con lo que pueda hacer frente con mayor comodidad. Ahora, tener en cuenta aquí que lo que la mente subconsciente puede aceptar y lo que la mente consciente puede aceptar dos calderas totalmente diferentes de peces. Este cambio que parecía imposible en el punto de vista ha hecho que la mente subconsciente para corregir la visión creativa de invertir, o invirtiendo y cambio de partes de ella, para adaptarse a lo que se siente es más aceptable.

La mente subconsciente hace alteraciones instantánea como cambia su punto de vista. O bien hace la puerta real de desaparecer y reaparecer al otro lado de la habitación, a continuación, cambia el televisor y una silla de se ajustan a esta nueva perspectiva, o más probablemente, simplemente crea otra puerta, otra televisión, y una silla a otro para ambos lados de la sala. Ahora puede encontrar que usted tiene una habitación con dos puertas, una en cada lado, con un televisor y una silla en ambos lados de igualar. O, de repente encontramos que ya no

tiene alguna silla o televisión - pero no debe quejarse, porque ahora tienen dos p
uertas para compensar
para ello.

La causa básica del problema OBE en tiempo real de la visión-la inversión puede se
r simulado por mentir sobre
boca arriba con la cabeza colgando sobre el borde de la cama. Despeje su mente d
e lo que se
haciendo y no tratar de solucionarlo de antemano. Abre los ojos (en la vida real
) , mientras que al revés y
rápidamente trate de elegir a la izquierda y derecha y de arriba hacia abajo. Uste
d puede hacer lo mismo al mirar atrás
a ti mismo con un espejo. Este, se encuentra, provoca una leve desorientación en s
u sentido innato de la izquierda
y el derecho. Encontrarás lo que tienes que calcular deliberadamente que es la izq
uierda y la derecha de su boca
hacia abajo (o invertido) posición. Esta desorientación leve es todo lo que se neces
ita para activar el
mente subconsciente en la creación de algo que se siente más cómodo.

Durante una proyección en tiempo real, la mente subconsciente suele crear algo
para ayudar con
lo que se siente es su perspectiva natural a la izquierda y la derecha en el mom
ento de la reversión. Esto se hace
de acuerdo con la evidencia visible tiene antes y después del cambio del punto de
vista se produce. Este
genera una visión anómala de tiempo real, una vez que esto sucede, es demasiado tard
e para corregirlo. La
la mente subconsciente no aceptará un cambio consciente de izquierda y derecha, y
todo lo que ha creado
se quedará en la existencia de la duración de la OBE.

Si usted entiende la visión esférica y ocurre que se invierte en una proyección, u
sted encontrará que es
no es realmente un problema. Sólo tiene que tomar lo que ha sucedido en cuenta y s
eguir funcionando
razonablemente bien en tiempo real objetivo, en lugar de pensar que está perdiendo
su tiempo en algunos
dimensión extraño espejo. Esto significa que si usted tiene planes de hacer algo en
tiempo real, aún
puede. Sólo tienes que ajustar de la mejor manera posible.

Mi mejor consejo es que si esto sucede al mismo tiempo dentro de una casa, s
alid de aquella casa a través de la normal de la mayoría
parte de ella se puede encontrar. A continuación, se mantenga alejado de la casa p
or la duración de la proyección, o volver a entrar
desde otra dirección o de lado. Si usted pasa por una anomalía - a través de una puert
a creado, por ejemplo -
por lo general se encontrará en un reino astral.

En tiempo real las anomalías

Al comparar el poder creativo de la mente subconsciente a la de la mente con
siente es como
comparación de un banco de los superordenadores a la calculadora de un niño. Durante
cualquier EFC consciente, este
diferencia en la capacidad creativa puede causar una gran confusión. Esta gran dif
erencia en la creatividad
de energía, combinado con problemas de visión-y la inversión de perspectiva, es la cau
sa subyacente de muchos

OBE anomalías.

Tome estas todos juntos, y usted tiene una receta para la confusión total:

Fuerte poderes creativos de la mente subconsciente
Debilidad de los poderes creativos de la mente consciente
La sensibilidad de la percepción proyectada doble de
La sensibilidad de la fuera del entorno del cuerpo a la energía creativa
visión esférica, con inversiones de la perspectiva de izquierda y derecha

Por ejemplo: Sale de su cuerpo y explorar su casa en tiempo real. Todo parece normal, pero como usted se mueve por toda la casa, de repente se observa una puerta en el lugar equivocado. Tomando nota de esta anomalía, se mueve en dirección a la cocina, pero encontrar este está incompleto o en el lado equivocado de la casa, o ambos. Mientras se mueve a través de la casa que de alguna manera accidental revirtió su punto de vista natural, y confunde su sentido natural de la izquierda y la derecha. Su mente subconsciente, por lo tanto reorganizado el diseño de la casa para adaptarse a lo que se siente es más naturales.

Esto confunde a ningún extremo. Los muebles, cuadros, ventanas, puertas, etc, todos parecen estar normal, pero nada es donde debe estar, y algunas partes parecen estar totalmente ausente. Traslado a lo largo, se encuentra otra puerta donde debería haber ninguna puerta. Esta puerta parece real, aunque tiene el lugar equivocado. Una vez creada, puede cambiar en apariencia, pero rara vez se increado. Sólidos las puertas no tienen la costumbre de desaparecer, incluso durante un OBE, por lo que está atrapado con él por el momento siendo.

Cuando se activa a donde la puerta real debería ser, a veces encontrar la puerta que, a veces no. Usted puede terminar con dos o más puertas donde sólo debería haber uno. Si usted va a través de la puerta real - el que todavía en su lugar correcto - por lo general, encontrar el resto de la casa detrás de ella como debe ser. Pero, si usted va por una puerta falsa, se introduce una anomalía creada. Este siempre dará lugar a un reino astral. La mente subconsciente sabe que una puerta falsa es una anomalía. Es no aceptar esto como la apertura a una parte normal de la casa que no puede estar allí.

Las anomalías como éstas son las fluctuaciones de la realidad causada simplemente por moverse en el tiempo real zona. puertas anómalo puede ser utilizado como entradas bastante fiable en los reinos astrales. Entre una continuación seguir abriendo otras puertas como las encuentras. Estos otros, puertas anómala, se abrirá a más reinos astrales. Si usted se concentra y mantener en mente el tipo de reino astral quieres entrar a medida que abrir las puertas, no más que usted encontrará lo que usted está buscando.

Dimensiones superiores son similares en estructura a la dimensión astral, pero existen en mucho mayor niveles o vibraciones de la conciencia. Al igual que la dimensión astral, cada uno es completamente independiente área de dimensiones, aunque todos se puede decir que ocupan el mismo espacio. Entre cada nivel es un área de intermedio, o zona de amortiguamiento, similar a las zonas de amortiguamiento teñido de color que se dividen en las grandes planas de la dimensión astral, pero más amplia y más difícil de atravesar.

Cada uno de mayor nivel de conciencia se corresponde con una dimensión particular, y cada uno cuerpo sutil a su altura. Los niveles más altos se vuelven progresivamente más abstractos y complejos en la naturaleza, al igual que los niveles de conciencia asociados con ellos. Todos reflejan, en mayor o menor medida, una faceta energética de nosotros mismos en todas las dimensiones más altas y niveles de conciencia, en todo momento, sólo como un aspecto del cuerpo astral es constantemente reflejada en la dimensión astral (véase el capítulo 2). La fuerza de estas reflexiones, y su efecto en la realidad interior y exterior, depende en gran medida de la desarrollo energético, el intelecto, la espiritualidad, y el potencial natural de la persona.

Técnica de Alto Nivel

Para proyectar a un nivel superior, proyectores aspirante primero debe elevar su valor energético para armonizar con ese nivel. Esta es la mejor manera de hacerlo antes de la salida, pero también se puede hacer durante una proyección, y puede ocurrir espontáneamente. La manera más efectiva de alcanzar niveles más altos - restricción de la capacidad natural - es a través de la práctica de la meditación de sensibilización, con energía de desarrollo y otras prácticas espirituales relacionados.

La generación de un alto nivel doble proyectables se ve afectado por el nivel de conciencia, por la configuración activa de los centros de energía primaria, y por la calidad de las energías que producen. La proceso de generación de mayor cuerpo es por tanto limitada por la capacidad del mecanismo de proyección de generar las cualidades energéticas necesarias.

Proyectar conscientemente en niveles superiores a mediados de los astrales alta, digamos más allá de la quinta o plano astral más bajo sexto, toma ya sea un alto nivel de la habilidad y el desarrollo o la capacidad natural fuerte, o ambas cosas. Un proyector por lo general tiene que tener habilidad, tanto en aumentar la conciencia y la energía estimulación para hacer esto. Hay, sin embargo, las maneras de lograr esto que se aprovechan de latente naturales capacidad.

Idealmente, un proyector de aspirantes de nivel superior necesita un poco de experiencia con proyección. Sin embargo, es puede empezar aquí mismo y utilizar el siguiente procedimiento como una técnica de proyección independiente. Si usted ha fallado en la proyección usando otros métodos, prueba esto. Es posible que le conviene y el trabajo mejor, incluso por un intento de proyección de primera.

Nota: Todas las habilidades y técnicas necesarias aquí se dan en otras partes de este libro (ver las partes 2, 3,

y 4).

1. Estimular los pies y las manos, según nuevo sistema, a continuación, utilizar un circuito de cuerpo completo para diez minutos o más.
2. Utilice una técnica profunda relajación física, a continuación, alcanzar el estado completo trance.
3. Estimular a todos los centros de energía primaria.
4. Utilice frente extra y ejercicios corona centro de estimulación.
5. Levante la energía por todo el cuerpo, incluidas las armas, y hasta a través de todas las escuelas primarias centros en una acción suave al centro de la corona en la inhalación. Mantenga la conciencia en el centro de la corona y sentir la energía que fluye hacia allí a través de la respiración y en todos los a través de la siguiente exhalación. Película de la conciencia de nuevo a los pies y repetir al inicio de la siguiente en la respiración. Este ejercicio está diseñado para extraer y acumular la energía en la frente y los centros de la corona.
6. Continuar con el ejercicio anterior para al menos diez minutos, o hasta que empiece a ver un color bañaba o teñido su visión detrás de sus párpados cerrados. El púrpura es el mejor color para véase para esto, pero cualquier color primario claro es una buena señal. Si no ves nada, siguen con la siguiente parte de este ejercicio de todos modos.

197

----- Page 199-----

7. Usando su conocimiento del cuerpo, generar un continuo "Aummmm" sonido desde tu corazón centro. Imagina y sentir que cada vez más fuerte en tu corazón. Una vez que se establecida, mueva lentamente esta conciencia de sonido hasta el centro de la garganta, y desde allí hasta el centro de la frente, y finalmente se extiende hacia el centro de la corona. Este es un tono bastante profundo, como si vibra suavemente en la parte posterior de la garganta de un hombre maduro. Siente que hay zumbidos y que esta extensión y llenar toda la cabeza. Este sonido puede continuar en su propio acuerdo, o repartir uniformemente por todo el cuerpo, o puede que no. Si puedes mantener este tono, sin demasiado esfuerzo, tratar de continuar a lo largo de este intento de proyección general. Si esta parte es muy difícil, trate de mantener la "Aummmm" de sonido, ya sea en la garganta o en la frente único centro, lo que es más fácil. Haz lo mejor que pueda con esto por unos minutos, a continuación, pasar a la siguiente parte de este ejercicio.
8. Desde detrás de sus párpados cerrados, busque un punto distante de la luz, o un patrón de pequeñas luz que es más brillante que cualquier otro se puede ver. Esto puede aparecer como un pequeño punto brillante, estrellas, o la estructura multicolor, o incluso como un patrón geométrico. También puede aparecer como un escena distante, solo o multicolor, como visto a través del extremo equiv

ocado de un telescopio.

Suavemente bloqueo a este objetivo y mantenga firmemente en su mente.

9. Cambia tu percepción hacia y en el objetivo y se siente el movimiento hacia él.

Siéntase como ya existe en su interior. Imagina y siente un amor espiritual fuerte

relación con la meta. El amor al objetivo y quiere estar con todo tu corazón

y el alma. Utilice la técnica de cambio de punto en este momento y se siente el movimiento directamente

hacia el objetivo. De cordón o de otras técnicas de proyección se pueden agregar o alternado como es necesario.

10. Si el método anterior no se puede hacer para trabajar, yo sugiero que la secundaria de todo el cuerpo

circuito de utilizar durante media hora o más, agregó que el primer paso, y

que en cinco pasos que también

continuó durante media hora o más. Esto es a menudo necesario para proporcionar la calidad de

energías necesarias para una proyección de alto nivel. Si, en cualquier momento durante el proceso anterior,

los flashes centro de la frente, y se ve un destello de luz brillante pesado blanco plateado en su

ojo de la mente, ir directamente a los pasos ocho y nueve y completar la proyección.

Cuando tienes éxito en la proyección de usar este método, puede experimentar cualquier variedad de los normales

variedad de sensaciones relacionadas con la proyección, o puede sentir nada en absoluto y sólo se encuentra al instante

hay dentro de su objetivo. Este método siempre hará que un mayor nivel de proyección de lo que

de otra manera. Por lo general, me siento un momento de desorientación, una breve sensación de caer hacia arriba, un

destello de luz como mi flash frente del centro, entonces de repente me aparece donde quiera que se me va.

Experiencias de Alto Nivel

Los nombres Oriental comúnmente utilizado para describir los niveles más altos son para la persona promedio occidental

bastante sentido. Dimensiones superiores también no tiene señales de ellos diciendo "Bienvenidos a la

Planes astrales - Ta ... Planes DAAA "o" mental - Watch Your Mind "o" Planes búdic o! -

Amaos unos a otros! "Por tanto, he optado por usar mi propio nombre para algunos de los más

comprensible y menos abstracto niveles dimensionales superiores, como los he percibido en algunos de

mis experiencias proyección mística cum-más extraordinario.

He entrado de forma espontánea a través de altos niveles en tiempo real y proyecciones astrales-avión, pero

normalmente utiliza el método de proyección de alto nivel. Esto incluye el tiempo extra y elevación de energía

mencionados en el paso diez.

Nivel del arco iris

Me proyecto en un patrón lejano multicolores visto brillar a lo lejos a través de la púrpura

Vista filo bañaba mi mente.

[Me parece que debo ser elocuente aquí para transmitir la apariencia de este lugar increíble.]

Puedo volar sobre un puente del arco iris y flotan a lo largo de un río iridiscentes hasta que llegan a las costas de palpitante la luz. Alucinante variedades de color indescriptible abundan, la mayoría no se encuentran aún en el alto astral planos. Pensamientos aparecen y desaparecen tan sólido cristalino patrones caleidoscópicos de luz de vida y sonido - imágenes brillantes viva explosión de fuegos artificiales en el interior como el ojo de mi mente.

198

----- Page 200-----
----- Página 200-----

Un breve paseo por los campos de efecto estroboscópico bajo cielos brillantes llover serpentinas incandescente de los rendimientos de las ideas sugerentes vislumbres del funcionamiento superior de la conciencia abstracta. Un paseo a través de un forestales cada vez mayor de estructuras cristalinas en un estado constante de flujo creativo alimenta mi hambre imaginación y me siento hinchazón mucho en tamaño. Mirando hacia el cielo, me caigo hacia arriba en un parpadeo torbellino de luz brillante-violeta. Más y más abstracto todo se convierte, rápidamente composición con totalmente increíble complejidad, siempre cambiante formas y colores y sonidos.

Dulce música llena el aire y resuena en todo mi ser, desplume delicadas notas en mi fibras del corazón que se eleva mi espíritu. Nunca han sido tan maravillosos sonidos escuchados por oídos mortales ... con voces angelicales que ofrecen billetes de canción mi mente no lo sabe, pero mi alma lo sabe bien. No tengo ni idea donde yo estoy o lo que está sucediendo, pero es tan increíblemente hermoso. Es casi dolorosamente vivos y vibrante y me siento lleno de energía y estoy facultado con la imperiosa necesidad de crear algo maravilloso. Un poema cobra vida dentro de mi mente! Con una explosión final al púrpura adormecer la mente en mi ojo de la mente, me caigo de nuevo en mi silla, haciendo una mueca de asombro estupefacto. Me duele la mente y las carreras con residual de las energías de inspiración que a pocos minutos antes había bombeado a través de todo mi ser.

Si entra en este nivel, por favor, no trate de racionalizar o entender que, para esto es mucho más allá de comprensión simple mortal. Basta con aceptar lo que hay allí, seguir la corriente y disfrutar de ella! La sensación de este nivel es lo que, creo, llevó a los antiguos vikingos a nombre de la ruta mítica en la Azgard Puente del Arco Iris. Realmente se ve y se siente como si estuviera caminando por un puente de arco iris de estar en un país de las maravillas espectaculares en los que sería fácil imaginar a los dioses sin duda tiene que vivir. Existen aquí en preguntaba asombrado. Soltó al niño dentro de ti y disfrutar de este país de las maravillas de hadas, empapando la inspiración de cada nube que pasa. Todo se siente muy real y sólida aquí, el tiempo es más distorsionada que en la dimensión astral de alta, y la realidad es fluida, caleido

scópica, y el resumen en el
extrema.

Debajo de todas estas imágenes cristalinas brillante colorido y cambiante, hay una enorme sensación de poder aquí. Parece que hay una gran cantidad de actividad que se pasa en todas partes me veo. He ángeles vislumbrado, hadas y otros seres maravillosos. Algunos de ellos parecen tan hermosa animación los seres de apariencia humana, con un cartoonlike increíblemente alta calidad recurrir a ellos. Estos son, a mi creen, las entidades de alto nivel de burbuja que no tienen ningún sistema o forma reconocible en relación con la humanidad. Muy probable que el ojo de mi mente interpreta las energías emitidas por estos seres, dándoles forma y forma. Esto les da un aspecto hermoso, no mundanas que trasciende cualquier forma simple y mortal, encapsulando su esencia hermosa, conservando una forma básicamente humanos que pueden estar relacionados con.

Me parece una comunicación significativa con estos seres casi imposible. Tangibles caliente sentimientos de amor y comprensión de inundación a través de mí cada vez que intento de contacto, pero un intercambio de algo parecido a las palabras, no parece posible mientras se opera en este nivel dimensional. ojo de mi mente, sin embargo, literalmente se filtra con imágenes metafóricas de varias capas, y estoy inundado con las impresiones intuitivas en estos momentos. Parece que hay muchos planos diferentes, los niveles de y reinos aquí, en general, es mucho más complejo y abstracto que incluso los más elevados del astral planos.

Místico Nivel

Este es un hermoso, el nivel de calentamiento, abstracta, llena de profunda paz y amor infinito. Alma de profundidad paciencia maternal y paternal comprensión impregnan la atmósfera aquí. Esto es totalmente diferente de cualquier nivel dimensional otros que he experimentado. Tiene el aspecto visual de maravillosamente suave y esponjosa textura nubes blancas. No hay lugares de interés o los sonidos aquí en absoluto, que no sea el todo-penetra suavemente ondulantes blanco esponjosidad y un zumbido suave alma profunda - más allá del sonido, casi inaudible - que es maravillosamente calmante y curativo.

No hay cielo o el suelo y no sube o bajas-simplemente hermoso, las nubes esponjosas, blancas por todas partes. En esta dimensión en la que muy pronto abandonar los pensamientos conscientes de la individualidad y comenzar de fusión en El, en la dicha total y absoluta y la expiación. El pensamiento es posible aquí, pero le pido y necesidad de pensar se desvanece muy rápidamente. Un impulso irresistible que atrae más en la felicidad de un silencio total y el resto consuelo del alma profunda de amor infinito.

Usted deja de ser viejo o joven, hombre o mujer aquí. Estar aquí es como volver a lo universal el vientre de la madre. Una vez que tu mente se vuelve silencio, el silencio que se hace y se siente como si su mente está inmerso en algo así como cálido algodón y se le abrazó por su alma-madre. Usted está rodeado, absorbido y asimilado por el infinito amor, la comprensión, el p

erdón, y
maravillosa curación expiación. Justo antes de perder la pista de esta experiencia,
usted se dará cuenta plenamente

199

----- Page 201-----

quién es usted, mayor es usted, pero usted nunca será capaz de poner en palabras des
pués ... más de la
lástima.

El tiempo no tiene significado alguno aquí. No tiene lugar aquí en absoluto. Si
entras en este mundo, te
nunca quiero volver a salir de él. Es imposible generar la intención deliberada de q
uerer
salir de este lugar. Se puede disfrutar aquí para siempre en la alegría y la felicid
ad perfecta, o hasta que su
todos, pero olvidado cuerpo físico que arrastra hacia atrás, gritando y pataleando.
Esta es, creo yo, la
curación y lugar de descanso del alma, que pasa a través de su largo viaje de ascens
ión
a través de los mundos espirituales al final de la vida.

Nivel de alcohol

Mis viajes y experiencias aquí están o en el mundo de los espíritus reales, o tal
vez en una región
bordeando la misma. Aquí, los espíritus parecen estar en espera de sus seres querido
s. Esto, he sido inspirador
llevado a creer, es el lugar feliz de la reunión, en la reunión de almas tiene lugar
en la vida
finales.

He estado en este nivel sólo unos pocos momentos raros, preciosos. Siempre veo
la misma estructura básica
y características, pero el cambio de los acontecimientos. El fondo es más pura, la más
brillante de color blanco plateado, mucho más brillante
que el Sol podría ser. Sin embargo, es una luz sumamente suave para todo su brillo
increíble, muy
calmante y curativo. Me parece que la luz pura del amor divino. El suelo es de c
olor crema-
color, suave y se siente bajo los pies fríos y sólidos, como el mármol pulido con text
ura.

Delante de mí siempre es una gran estructura de anfiteatro, como del tamaño de u
n campo de fútbol,
hundidos en la roca cremoso con suaves pendientes en todos los lados, buscando a
varios pies de profundidad. Detrás se
una pendiente natural, el aumento de unos veinte pies sobre la tierra. Esta cifr
a se eleva en el centro, extendiéndose
a ambos lados y luego suave pendiente de distancia a cada lado del anfiteatro. L
a fuente de luz viene
detrás de este aumento. Estoy de pie por lo general unos veinte pasos más o menos de
sde el borde de la
anfiteatro, frente a todo al aumento en el otro lado.

Por lo general, alrededor de un centenar de personas se reparten en el anfit
eatro, a menudo agrupados en pequeñas
grupos, que aparece justo cuando estaban en el mundo físico, pero en su momento más
magnífica. Todos ellos
parecer más joven y más en forma, pero son totalmente reconocibles. Ellos brillan en
éxtasis con una luz interior, en llamas
con el más brillante de amor, felicidad y alegría imaginables. El ambiente es eléctric

o y vital

pero al mismo tiempo profundamente espiritual y serio. En este nivel, que puede sentir lo divino

Presencia como una tangible y omnipresente fuerza.

El nivel natural de comunicación aquí es de alto nivel, la imagen metafórica telepática, con un

arpillera empática e intuitiva. Esto es similar a la clarividencia de alta calidad, a partir de los clarividentes

secundarios, pero es mucho más poderoso que cualquier cosa que haya experimentado jamás. habla coloquial se ve

superfluo. (Las pocas palabras que se muestran en esta experiencia no se escuchan como el habla normal.) Tiempo

está completamente quieto y la realidad es surrealista, pero estable, sensación más real que la dimensión física.

He entrado en esta dimensión en un porcentaje muy raras excepciones, cada vez que desde lo más profundo de

la meditación de sensibilización, en lo que se puede comparar solamente con una mística a fuera del cuerpo

la experiencia. Cada vez, he experimentado la corona extrema y la actividad de centro de la frente. En estas raras

ocasiones, la energía mística se ha elevado a las alturas parece imposible y me consumía, llevando

mi espíritu con él. En el clímax de esta profunda experiencia mística, he visto un increíble

estructura de la luz brillante de color blanco plateado. Esta es siempre una gran distancia por delante, en el borde de mi

visión mind's de ojos, y puedo sentir que acercarse.

He aquí un ejemplo de mi experiencia personal en este nivel dimensional. He tratado de escribir

otros, pero, hasta ahora las palabras me han fallado ... las emociones son lo que son.

Lo sagrado "Aummmm" rodea el sonido y me impregna y oigo un largo, suave y musical

nota lentamente subiendo de tono, que viene desde lo profundo de la luz, tirando de mi alma. Me he sentido este

nota pura de alta dentro de mi corazón, llama y yo lo dibujo. Llenando mi mente con esta nota y

fijación de los ojos de mi mente a la luz, siento que me está llamando a la misma. Con cada gramo de mi fuerza y

energía que se aferran a este llamado y renunciar a mi cuerpo y la vida, llena de alegría mística. Una oleada masiva de

hormigueo inundaciones efervescente energía a través de mi columna vertebral mientras mi cuerpo se cae y yo volar lejos ... en el

la luz y más allá.

vértigo momentáneo, una breve sensación de velocidad infinita a través de un túnel de la explosión de color blanco plateado

la luz, y estoy de repente. Me tambaleo ligeramente, alcanzando el equilibrio como si hubiera disparado, ya que esto

lugar maravilloso parece a mi alrededor. Mis ojos se llenan de asombro cuando veo, de pie justo en frente de mí, mi

hijo primogénito, Jeremy. Fue casi ocho años cuando nos dejó. Él esperó cortésmente, pero arrojó

a sí mismo en mis brazos como una bala de cañón en el instante en que lo miró, burbujeo de risa: "Tú lo hiciste,

Papá, que lo hizo! Les dije que había venido ... Les dije que podía hacerlo!

Parecía como que tenía cuando yo lo había visto por última vez, brillante lleno de vida. No había envejecido ni un día, aunque sabía que debería haber crecido un poco desde la última vez que lo vi. Jeremy estaba radiante con la felicidad y charlando sin parar, sus ojos castaños brillantes hasta en los míos. Le abrazó y me espíritu lloró con la alegría de volver a verlo. Me sentía el agujijón de la rápid gruesas lágrimas quemando la parte de atrás de mi los ojos y de una manera enorme sollozo comenzó a bajar dentro de mí.

Sofocante esto con un acto de voluntad, sabiendo que mi tiempo aquí es corto y no quería estropearlo, tomé Jeremy bajo el brazo y rápidamente bajó en el anfiteatro. Una gran multitud de personas se nos espera allí. No eran amigos y familia que había conocido y amado, además de muchas personas que no reconocer. Todo el mundo parecía muy agradable y familiar, y tuve la sensación de que conocía a muchos de ellos ... de algún lugar o alguna-cuando. Había una gran cantidad de lágrimas de alegría y un montón de abrazos y besos todo.

Una persona más caro que quería ver era una antigua novia mía. Ella fue, como siempre, saltar más alto y vítores más fuerte que cualquier otra persona. Ella salió de la multitud y abrazó a mí,

su larga cabellera rubia miel tor halo brillante su cara pícara. A medida que nuestros ojos se encontraron, una visión mind's de ojos de una claridad sorprendente explotó en mi mente, superpuesta a la vista. En la visión, que llevaba un espectacular vaquera joyas y borlas traje, con sombrero de lujo y armas brillantes, plata de gran tamaño.

Ella estaba disparando las armas en el aire, sin sonido destellos brillantes antes, mientras bailaba una danza irlandesa y se echó a reír. Muchos pasado entre nosotros en los pocos momentos. Su apodo en la vida real había sido vaquero, pero ella era una chica irlandesa en el corazón, nacido y criado en Dublín Feria de la Ciudad ... como ella solía decir.

Miré por el aumento de respaldo en el anfiteatro. En la parte superior de la cresta fueron varios ángeles. Ellos miró al igual que el maestro Miguel Ángel los pintó. Eran seres verdaderamente hermoso, pero extrañamente frío, distante y seria. Algunos de ellos parecían tener lo que parecía ser grande, alas plegadas a su espalda, y algunos no tenían. Tenían los hombros, el pelo rizado de oro pálido, piel de alabastro, y llevaba de larga duración, túnicas blancas. Todos estaban soplando cuernos de oro fino que parecía estar a varios pies de largo. La nota alta pura que me guió aquí vinieron de estos cuernos mágicos.

Paso a paso clara de la multitud, caminé solo a la luz, mirando con admiración a los ángeles y en la brillante luz de las inundaciones por detrás de ellos. Me saludó con la mano, pero no devuelven el saludo. La hermosa nota proveniente de los cuernos de oro comenzaron a desvanecers e a continuación, y los ángeles bajó lentamente su cuernos como una sola. Me dio la vuelta, tratando de respirar todo de una vez y de bloqueo en mi cerebro para siempre. Me quedé quieto por un momento atemporal, lleno de asombro-golpeó maravilla por la enormidad de todo.

Las trompetas 'nota se apagó y el aire brillaba a mi alrededor en un momento atemporal de profundo silencio. la luz del arco iris implosión en el ojo de mi mente y , con una breve sensación de caer, me di cuenta a mí mismo de nuevo en mi cuerpo físico. Di un grito ahogado y atrapó los brazos de mi silla, y luego lloró como realización me di cuenta de que estaba de vuelta en mi cuerpo. Nunca he querido regresar de ese hermoso lugar ... y las palabras me fallan completamente en este momento.

El Summerland

Hay un nivel más que he experimentado, pero no entró, sin embargo, que me gustaría compartir con usted aquí. Yo llamo a esto el Summerland. Muchos pueden pensar en esto como el cielo, o uno de los cielos (también llamado mundo de los espíritus), pero no puedo realmente decir con seguridad. Parece probable, sin embargo. Las únicas fuentes que alguna vez ha oído hablar de estas descripciones, que son consistentes con mis experiencias, han sido mayores médiums espiritistas. El término Summerland es un término espiritualista temprana para el mundo del espíritu - rara vez se utilizan hoy en día.

Lo que he visto y experimentado de este nivel siempre ha sido a través de una puerta rectangular que aparece por encima de mí. (Imagina una puerta de tamaño normal fijada al techo con la puerta colgando abierto, la parte abierta hacia usted, y usted tiene la idea general.)

Mientras meditaba, un ambiente de gran alcance del amor y la tranquilidad invade mi habitación con una calidad como ningún otro. colores caleidoscópicos explotan muy lentamente dentro de mi mente. Impresionado y un poco aturdido por el poder de esta manifestación, abro los ojos físicos, ya que se sienten atraídos por una puerta rectangular, inundaciones luz dorada en la habitación como la puerta se cae poco a poco abierta. Esta luz no es sólo materiales, sino también muy real, por lo que la vista normal posible, incluso en una habitación a oscuras.

Inmóvil, me asomo a través de la puerta con asombro. Bien llamado el Summerland, se ve y los olores y los sonidos y se siente como el día de imaginar el verano más maravilloso. Mi tambalea sentidos me dicen un país de maravillas espectaculares es en el otro lado de esta puerta celestial.

De todo lo que puedo ver, más allá de la puerta de entrada está llena de vida, con árboles y flores y pájaros canto. Puedo ver y escuchar algunos de estos contra un telón de fondo de cielo azul salpicado de blanco esponjoso nubes. Flores Flores lentamente a través de los bordes, marcos de la puerta con la belleza, ya que se bloquea con gracia en la habitación. El olor de su perfume embriagador es indescriptible. Siento el calor de una día de verano acariciando mi piel como la luz dorada baña mi rostro vuelto hacia arriba y las manos. sentimientos tangibles del amor y la paz y la felicidad irradian los ojos brillantes por la puerta. Vivid olores impregnan el aire, la capa sobre la capa de belleza intoxicante: de la tierra, las flores, la hierba, heno, hojas, madera, árboles, agua y

aire fresco calentado por el sol. Tengo la sensación de escuchar y pequeñas cascadas y arroyos salpicando cercano. Dulces sonidos de niños jugando y riendo, los pájaros revoloteaban y ondulando, y el viento jugueteando ráfagas a través de las ramas de sombra de árboles antiguos acarician mis oídos. Me duele un aumento de la normalidad de mi vida y estar en este lugar maravilloso, pero desea prolongar y no estropear lo que es sucediendo. Te espero ... con paciencia.

Este lugar se siente muy familiar, como un hermoso lugar que una vez conocí bien, pero ahora, lamentablemente, pero todos los olvidados. Todo lo que queda son distantes imágenes sinceras y sentimientos cosquilleo de los bordes de mi memoria, y un anhelo profundo del alma para volver. Estos son como los recuerdos de la infancia lejana de ensueño días de verano pasado penosamente a lo largo de senderos aventureros de edad, y de largas jornadas en la compañía de queridos hermanos y compañeros de juego en los parques infantiles de hadas de un bosque encantado una vez.

33. Astral Seres y Vida Silvestre

La dimensión astral contiene una gran variedad de formas de vida no físicas energéticas, cuya nivel de inteligencia varía enormemente. La gran mayoría de cada tipo parecen tener su propia programas, como para mantener a sí mismos, y en general no les gusta ser molestados o interferidos.

Sin contar a los seres de alto nivel como semidioses, ángeles y maestros de espíritu, que van desde amistoso, a veces útiles, a lúdico, a la posición neutra, a traviesa, a malicioso, a francamente desagradable y

el mal. Estos seres aparecen en una amplia variedad de formas ilusorias. Algunos de los tipos menos inteligentes parecen animal y depredador por naturaleza, al igual que la fauna de animales e insectos que se encuentran en el dimensión física: Yo llamo a estos últimos la vida silvestre astral. A pesar de todos estos parecen provenir de en algún lugar o cerca de la dimensión astral, muchos son capaces de operar en la zona en tiempo real.

Y algunos de estos, por desgracia, el deleite en atormentar a los proyectores, especialmente los nuevos.

En cierto modo, la dimensión astral puede ser comparado con el océano - dada la naturaleza fluida de sus muchos ambientes internos, se puede encontrar absolutamente nada allí: peces, crustáceos, pulpos, delfines, ballenas, tiburones, barracudas, serpientes de mar, cangrejos, camarones, medusas, tortugas, focas y pingüinos, etc, etc Algunos vida marina es agradable, algunos es inofensivo, y algunos sólo es dañino cuando se les molesta, molesta, o con hambre, y algunos pueden ser involuntariamente nociva, y otros son francamente peligrosas todo el tiempo. También hay muchos viajeros, algunos incluso desde tierras lejanas, que se encuentran navegando, volando o nadando

(Hereabouts.

Aunque muchas partes de los planos astrales parecen estar llenos de vida, es bastante raro encontrarse con seres interesados al viajar allí. Pero sucede de vez en cuando. Casi todos los astrales plano y el reino tiene algún tipo de habitantes de la zona. Estas formas de vida a menudo viven en áreas específicas o reinos, y con frecuencia parece bastante al tanto de ninguna realidad o nivel dimensional distinto del suyo. Ellos a menudo se sorprenden cuando conocen a un viajero astral. Otros tipos parecen estar bien conscientes de los demás dimensiones, pero la mayoría parecen tener poca paciencia con los proyectores y tienden a ignorarlos.

En cierto modo, acercarse a los seres astrales que no sabes es muy parecido a acercarse a los extraños en la dimensión física. La mayoría de los extranjeros ignoran los demás, incluso cuando se le preguntó cortésmente direcciones o preguntas. Extraños, en el mejor de los casos, dar respuestas superficiales a medida que huyen a toda prisa mientras se esté tratando de ignorar. Los seres astrales, también, no parecen disfrutar de involucrarse en los asuntos de los extranjeros, por lo general tiene cosas mucho más importantes que hacer con su tiempo.

Durante la proyección, también de vez en cuando se encuentran con otros proyectores como usted, pero la mayoría de estos ni siquiera serán conscientes de que están proyectando. Proyectores conciencia y los recuerdos de su existencia física, de quién y lo que son, son muy variadas. Muchos parecen estar sonambulismo o soñando, o sólo se va junto con el flujo de la vida y los acontecimientos en un reino astral como si se tratara de un parte de ella y vivió allí. A menudo se sorprenden cuando se les señaló que que puede volar, etc

Sospecho que esta variabilidad en la conciencia y la memoria es causada por muchos factores, tales como energía el desarrollo y la actividad, la cantidad de energía que fluye en el proyectado matrimonio de su físico / cuerpo etérico, y si un proyector ha hecho una salida consciente y ha mantenido la conciencia después. La salida de conciencia del cuerpo parece ser la causa de un flujo mucho mayor de energía en la proyectada doble que suele estar disponible a dormir proyectores. También es posible que la continuación ininterrumpida de la conciencia siempre por una proyección consciente de salida elimina gran parte de las cualidades asociadas a un sueño que existen en otras dimensiones.

Lo más importante darse cuenta de cualquier seres se puedan encontrar, en el astral dimensión es que no son todos los seres sueño o creaciones de su propia mente subconsciente. Inteligente o no, por lo general tienen su propia vida, el significado y propósito, cualquiera que podría ser. Son, en la mayoría de los casos no, decoraciones simples para ser jugado con o utilizado por cualquier paso viajero astral. Y, sin embargo, algunos seres astral conversar con, e incluso fomentan activamente astral los viajeros, especialmente si los proyectores es cortés y sincero. Al igual que a trae como en los planos astrales, si usted es amable y sincera, que son mucho más propensos a cumplir con los seres que también son amigables y sincero.

La mejor conducta y normas de seguridad es mantener a ti mismo, ser cortés, y la mente de su propio negocio a menos que se acercaba o se invita a hacer otra cosa. Y - siempre listo para actuar rápidamente si fuera nada extraño o amenazante que ocurre, o si se siente incómodo de cualquier manera.

203

----- Page 205-----

Sólo muy rara vez proyectores a través de seres espirituales avanzados, e incluso más raramente se encuentran los ángeles. En mi opinión, los ángeles son una raza de seres espirituales altamente avanzada. Ellos, definitivamente existe. He visto a los ángeles muchas veces, en EFC y visiones, así como con mi a simple vista en algunas ocasiones raras y preciosas. Ellos son imposibles de rastrear o encontrar intencionalmente durante una OBE. Son especialmente poco frecuente en la zona en tiempo real y bajo-a planos midastral. De vez en cuando vienen a través de ellos accidentalmente, especialmente en el alto astral y dimensión mental. Ángeles y otros seres espirituales avanzados, parecen hacerse visibles sólo cuando tienen una muy buena razón para hacerlo. Ellos definitivamente no son el tipo de parapsychic chat de pasada.

Los ángeles y los seres avanzados espíritu, a diferencia de la mayoría de los habitantes astral, no parecen limitarse a ellas, plano particular o nivel de dimensión. Tienen la capacidad, creo que, a manifestar en cualquier nivel, incluso en la zona en tiempo real y la dimensión física. Ellos tienen la capacidad de los seres envuelven menor en su energía y temporalmente el transporte en otros niveles dimensionales. De esta manera, se a menudo se ve ayudando a los espíritus de personas fallecidas a manifestar temporalmente en la zona en tiempo real, o incluso para ayudarles a aparecer visiblemente en la dimensión física en sí misma. Este tipo de cosas siempre tiene muy buenas razones detrás de él, aunque las razones pueden no ser evidentes en el momento.

Por lo general, una manifestación de espíritu de ésta se iniciará con una fuerte acumulación de energía en la sala, acompañado de motas de plata y muchos pequeños destellos de luz. Un aura de poder y tangibles presencia se extiende por toda la habitación y la atmósfera se convierte en eléctrica.

Una estrecha, vertical eje de la luz brillante de plata aparece y se expande rápidamente, como si las cortinas de luz que se estaban elaborado además lo suficientemente ancha como para que una persona caminar a través. Un enorme chorro de luz brillante y plata, junto con una sensación palpable de la energía, el entusiasmo, y los derrames de amor a través de esta partida en el velo dimensiones. El espíritu visitando fallecido simplemente camina a través de esta apertura y se encuentra justo dentro de la sala, bañado y celebrarse dentro de este grupo de la luz.

En este momento, si usted tiene la vista y se mira más atrás en la luz detrás de la persona fallecida espíritu, lo normal es que ver al menos un espíritu avanzado ser o ángel que estaba allí, como si con paciencia

esperando una docena de metros detrás del visitante espíritu. Un familiar o amigo fallecido del espíritu visita también a menudo se ve de pie justo detrás y al lado del visitante espíritu, a menudo la celebración de una mano o descansando una mano sobre un hombro.

Astral Ceremonias

Siempre proyectores consciente salir de sus cuerpos, especialmente los nuevos proyectores, siempre hay una pequeña posibilidad de que se encuentren en medio de algún tipo de ceremonia extraordinaria.

Estos son eventos muy emocionante y poderosa. Por lo general son muy amenazante, aunque que puede provocar cierta ansiedad simplemente debido a su carácter inusual y de gran alcance. Estos son raros, sin embargo, y captura mayoría de los proyectores totalmente por sorpresa.

Tal vez este tipo de evento se realiza para marcar un hito importante en lo espiritual de un proyector el desarrollo y el camino de la vida. El proyector puede ser totalmente conscientes de la importancia de este primer conscientes de salida de la proyección, pero el espíritu de los seres superiores que marca como una oportunidad que merece ceremonia. A menudo, un proyector parece experimentar cambios internos durante estas ceremonias. Este tipo de evento puede tener un efecto considerable sobre el sistema de creencias de un proyector y la trayectoria de vida futura.

No estoy sugiriendo que los nuevos proyectores deben esperar nada de esto le suceda a ellos, como por lo general nada. Y, si nada sucede, por favor, estar agradecidos por la paz y la tranquilidad y utilizar este tiempo para conseguir sus piernas mar astral, por así decirlo. Por otro lado, vale la pena estar preparado para la inesperados en todo momento ... sólo en caso de que algo extraordinario sucede realmente.

Contacto de Alto Nivel

Es posible, mientras que fuera del cuerpo, para contactar con seres avanzados en el plano astral, pero es tan lejos más difícil que la mayoría de la gente se imagina. El hecho de que los proyectores pueden salir de sus cuerpos y tropezar sobre los planos astrales no significa que tiene acceso instantáneo a los seres espirituales avanzados o guías.

Por contacto de alto nivel que se hizo en todos-dentro o fuera del cuerpo - parece que debe haber una verdadera necesidad de consejo o ayuda. contacto de alto no siempre funciona, incluso entonces. Sospecho que esto es

204

----- Page 206-----

porque la necesidad tiene que ser lo suficientemente importante como para justificar esa intervención. Querer consejos generales en la vida, o tener un bucketload de preguntas, no parece encajar este proyecto de ley.

seres avanzada espíritu rara vez en contacto o se dejan en contacto con los seres humanos. Póngase en contacto con se hará cuando piensan que se justifica - cuando piensan en el momento adecuado.

Muchos en nuestro mundo moderno sienten sin rumbo, perdido, espiritualmente muerto de hambre, aislados y privados. Naturalmente, anhelan el contacto con seres espirituales avanzadas para mostrarles el camino. Ellos piensan que si sólo podía salir de sus cuerpos que podrían visitar estos seres superiores, o pedir una audiencia, pero esto simplemente no funciona. En caso de necesidades avanzadas que no se puede contactar con alguien, lo hace. Nada de lo que esa persona podría hacer sería capaz de perderse o bloquear este contacto. La gente no necesita ser fuera del cuerpo, ni psíquica ni desarrollado en modo alguno por alto contacto que se produzca.

contacto de alto nivel de vez en cuando va a suceder durante una proyección, y me enteré de que unos pocos formas relacionadas con la proyección de ayudar a este a lo largo. Proyectar conscientemente fuera del cuerpo y en el astral aviones a menudo, en sí mismo, precipitar un cierto nivel de contacto con seres espirituales avanzados. He que se encuentran, sin embargo, que hacer cualquier tipo de contacto de alto es mejor como un objetivo a largo plazo, algo que se esperaba, con paciencia, al tiempo que la mayor parte de su vida de la mejor manera puede, nadie puede hacer nada mejor que eso. La mejor manera de cultivar contactos de alto nivel, y velocidad de este momento a lo largo de un poco, es a través de servicio regular, significativa y el desarrollo espiritual, complementado por el desarrollo energético y psíquico, en ese orden de prioridad y esfuerzo. Hay, sin embargo, algunas formas de relación de proyección-que podría favorecer el contacto de alto nivel.

El envío de una solicitud

Forma una intención fuerte y mantenerlo en la mente todas las noches mientras duerme, especialmente antes de haciendo un intento de proyección. Visualizar y la voz esta intención, esta solicitud, todos los días a través de oraciones y meditaciones, o a través de los pensamientos simples en momentos de tranquilidad de cada día. Mantenga esta petición en la parte de atrás de su mente durante el día, y dormir con esto en su mente. Esto hará que su solicitud conocida en los niveles superiores. Los síntomas de alto contacto puede aparecer a través de sueños y lúcidos sueños, y no a través de proyecciones.

Método de proyección

Inmediatamente después de cada salida en tiempo real, se mueven por lo menos veinte metros de distancia de su cuerpo físico y se detiene. Stand en silencio por un momento y estado de reverencia a su solicitud de contacto de alto, hablando en voz alta o mentalmente. A continuación, salir de su casa y fijar sus ojos en las estrellas del cielo. Si está nublado, vuela por encima de ellos, o volar en órbita si es la luz del día. Escoge la estrella más brillante que se puede ver, o un grupo de estrellas que le atraiga, y mientras mantiene su petición con fuerza en la mente, el proyecto hacia ellos en hipervelocidad.

Siente que se mueve hacia la meta y sentir en movimiento hacia usted. Esto causará una

cambio dimensional en los planos astrales y, con suerte, te transportará a un mayor nivel, donde tendrá más posibilidades de encontrar el contacto que desea.

Petición de Instrucciones

Astral viajeros vienen a menudo a través de inteligentes seres astrales, y algunos se amable y servicial. No puede tener las respuestas que el viajero busca, pero algunas se imparten asesoramiento o dar instrucciones, en caso de se acercó con respeto y le preguntó muy bien. Algunos seres astrales a menudo se parecen un poco fuera de lugar cuando que se encuentran, sentado o de pie sobre un aspecto muy importante. Ellos parecen deleitarse en engañar a los proyectores y poner a prueba su verdadera naturaleza e intención.

Pueden aparecer como un niño pequeño, un viejo mendigo, o incluso un animal de algún tipo. Se puede aparecer como un hombre o una mujer joven y hermosa, a menudo con poca ropa y con una provocativa sexualmente comportamiento. Esta última es una dura prueba, como proyectores debe controlar no sólo sus pensamientos, sino también sus instintos e impulsos.

Estos seres pueden ser muy difíciles de detectar, que aparece como absolutamente nada, y tomará por lo general algo un proyector al menos se espera. Si se acercó en la manera correcta, a menudo se resultó ser mucho más de lo que parecen ser. Algunos están más que encantados de dar con sejos y direcciones, aunque esto suele ser un poco en el lado críptico. No puede, como ya he dicho, tienen la el proyector busca respuestas, pero a menudo les apuntan en la dirección correcta, que es una muy buena inicio de hecho.

205

----- Page 207-----

Por otra parte, los seres avanzados espíritu a menudo aparecen como algo más fácilmente reconocible. Ellos Así pues, aparecen a menudo en un aspecto más tradicional y aceptable, como un hombre sabio o una mujer, a menudo en una forma tomada de la mente del proyector. Muchas personas hoy en día creen que tienen un espíritu guía de un aspecto particular, y el nombre. Un espíritu de avanzada que se puede tardar en este pretexto para hacer un contacto previsto.

El sacerdote y la maldición de la - Experiencia

Un buen ejemplo de contacto de alto nivel se produjo recientemente, cuando tuve un problema grave. Tuve estado estudiando la dinámica de ataque psíquico, y había permitido que un ataque bastante fuerte para continuar en mi persona un poco demasiado tiempo antes de intentar romper con él. Yo estaba observando los métodos y las tácticas utilizadas por el autor, y por las entidades involucradas, y estaba experimentando con las salas y medidas para combatirlo. Había sido en curso, dentro y fuera, durante varios meses

es.

El ataque fue complejo, pero mi mayor problema fueron el agotamiento y el estrés. Había encontrado un bloqueo de energía importante en mi cadera derecha, que había aparecido en algún momento durante el curso de la ataque. Esto me drenaje de energía y que causan mucho dolor. Yo estaba en un verdadero lío y creen que podrían me ponía cada vez más débil. Ni siquiera podía equilibrio lo suficiente como para meditar adecuadamente, especialmente en la noche. A decir verdad, yo estaba un poco preocupado por el lío me había metido. El experimento le había parecido una buena idea en ese momento, pero yo no recomendaría este tipo de cosa a los pusilánimes. En un tono más brillante, aprendí mucho de todo esto, lo que sumado de manera significativa a mi conocimiento de estos asuntos.

Después de un gran esfuerzo, por fin logré proyecto, aunque un poco débil, fuera de mi cuerpo.

De inmediato formó una fuerte demanda de ayuda y prevé que las estrellas, con el objetivo de la estrella más brillante

en la Cruz del Sur. Mi visión borrosa y yo experimentamos un efecto breve túnel de la luz como el

cambio dimensional me llevó, antes de que se borra y se solidifica. Me encontré en una habitación con luz de las velas

paredes de piedra en bruto y el suelo. Veinte metros más o menos delante de mí estaba sentado un ser, en apariencia un pequeño y delgado

viejo sacerdote y en sus ochenta años. Llevaba una túnica de cuerpo entero de algodón blanco con un cinturón de cuerda simple

atado a la cintura, una gorra blanca cubierta de la parte posterior de la cabeza gris, calvo, con el pelo muy corto

alrededor de este. A pesar de su edad aparente, su cara parecía joven y suave y sus ojos brillaban con

la sabiduría, la fuerza y la bondad suave. A través de su regazo había una faja ancha, blanco con borlas de oro anudado

y bordes, con un crucifijo de oro hermosa estampada en ella. Alrededor de su cuello colgaba una cadena de oro sencilla

sosteniendo un crucifijo de oro. Yo estaba de pie frente a un amplio círculo de velas que le rodea. I

se acercó al círculo y me presenté, sintiendo una sensación palpable de amor y de fuerza bruta

que emanan de este insignificante a futuro ser. El sacerdote miró a mí, su abrir y cerrar los ojos con

atracciones como él asintió con la cabeza de un agradable saludo. Me hizo señas de acercarse y me senté frente a él,

con las piernas cruzadas en el suelo como él.

Le dije que toda mi historia y de los problemas que se in Me escuchó en silencio, los ojos medio cerrados,

de vez en cuando preguntas pertinentes y la dirección de mi discurso. Lo encontré muy fácil hablar,

y el amor y respeto por él floreció dentro de mí. Después de que me termine de hablar, el sacerdote se sentó por un rato

con los ojos cerrados a continuación, comenzó a hablar en voz baja, que ofrece asesoramiento y, en general limpiar el aire sobre

toda la situación. He aprendido mucho de esta conversación y escuchó con atención. Su conocimiento

y la sabiduría en estos asuntos me sorprendió. Nunca antes había conocido a nadie, vivo o no, con

a quien yo podía hablar en este nivel.

En un momento, cuando el sacerdote comenzó a hablar sobre mi cadera

derecha, que movió sus manos e hizo señas
yo lo hacia. Sentí que me agarró en una fuerza poderosa. Yo estaba enrollad
a en mi lado y señaló a mentir
horizontalmente delante del sacerdote, frente a él, flotando cerca de la
planta, de pronto me encontraba desnudo.
El sacerdote movió sus pequeñas manos sobre mi cuerpo y, finalmente, los pu
so en mi cadera. Mi articulación de la cadera se trasladó
y sentí como que estaba siendo al revés. Esto no le dolía, pero sentía un poco
incómodo.

El sacerdote movió las manos lentamente y una oscura-oscura, el obj
eto más o menos en forma de caja de zapatos,
atravesada por sordo-rojizo y naranja grumos y espeluznante líneas negro
flotando fuera de mi cadera. Tiró
esta lejos de mi piel un poco y me mostró enojado cables rojo y negro se
extiende como cadenas pegajosa
en mi cadera, la ingle y el muslo superior. Fue una cosa fea de aspecto
y se sentía como si estuviera conectado a mi
nervios en esas zonas. Cuando el sacerdote movió las manos debajo de ella
, podía sentir los nervios y tirar
gangosa incómodo, muy dentro de mi cuerpo.

Sonrió con interés y dijo: "Dios mío, no he visto uno de estos en las e
dades más de.

ellos desaparecen después de algunos años, pero uno como este puede durar g
eneraciones ".

"¿Qué es?" Le pregunté.

"Una maldición, muy probablemente de una bruja", decretó, "y uno de g
ran alcance en eso. Yo diría que ha
tenido esto por mucho tiempo. Usted recordará cómo lo consiguió un día ", dijo,
detener lo que él
estaba haciendo por un momento y mirando fijamente a los ojos. "Y enton
ces usted tiene que volver a verme
otra vez. Por suerte, al ser tan vieja, está en un estado muy debilitado,
aunque sigue siendo muy activo. Parece que

206

----- Page 208-----

se han modificado muchas veces, y ahora está trabajando de una manera que
no fue diseñado. Esto ha
probablemente han surgido a través de los múltiples ataques que ha sufrido
durante su vida terrena, sobre todo
esta corriente.

"Usted tiene poderosos enemigos, Robert. Maldiciones como afecta
esto a la atmósfera alrededor de una persona,
algo que causa falsas atracciones y repulsiones en ellos, y en la gente
alrededor de ellos, como un mal
suerte, encanto, sólo que mucho peor. Los campos energéticos que emanan de
este dispositivo de causar interrupciones en el
las corrientes de la ley universal, tanto como un objeto de acero puede
n interferir con la precisión de un campo magnético
brújula.

"Cursos como este no son de su mundo. Por lo general son diseñados
para tener una particular negativa
efecto. Esto es lo más probable es que la razón por la cual la fuente de su
actual ataque se sintió atraído por usted en el
primer lugar, y por qué ha sido capaz de causar tantos problemas. Veré lo q
ue puedo hacer con él ".

Con eso, el sacerdote levantó respetuosamente y colocó la faja ancha
en la cadera. Luego cerró los ojos
y comenzó a hablar en voz baja en una lengua que no entendía, a pesar de qu

e sonaba un poco como el latín. Un
luz brillante en blanco a continuación, brotaba de sus manos y se aburren
muy dentro de mí, todo ya través de la
cosa extraña en mi cadera. Me sentí nervios gangosa y pinchazo y luego un c
osquilleo, casi erótico, sintiéndose
inundadas a través de mi ingle como lo iluminó de repente y luego se desvan
eció. Se ha cambiado visiblemente, llenando
con motas de blanco resplandeciente de luz, entonces se disuelve de nuev
o dentro de mi cuerpo.

"Roberto, por favor, escúchame con mucha atención. El mío es la magia q
ue une y libera. No puedo

dañar, quitar o destruir esta cosa para usted. Está viva en su propia maner
a especial y no puedo matarlo para usted.

No puedo sino que se unen de tal manera que sus efectos sobre ti se red
ucirá a un nivel más tolerable. Sólo

puede quitar esto, pero primero hay que recordar cómo lo tienes, que te l
o dio, y, lo más

importante, por qué haría algo tan terrible".

Se sentía como un gran peso se había levantado de mi y mi cadera sentía
tierna y un poco adormecida. La

propagación entumecimiento y pronto se convirtió en un intenso zumbido. El
rostro del sacerdote se desvaneció poco a poco como la piedra
habitación desapareció y mi propia habitación se materializó a mi alrededor. Me
deslicé hacia abajo y gentilmente nadó de nuevo en

mi cuerpo. Vine despierta para encontrar a mi cadera derecha y el muslo
realmente estaban entumecidas y el zumbido, así que tomé una
cojeando a pie alrededor de la casa (asaltar el refrigerador de paso) h
asta que se estableció a una más

nivel cómodo, volví a la cama una hora más tarde y pronto me quedé dormido tran
quilamente, expresar mi agradecimiento en
oración al ser maravilloso que acababa de conocer.

Después de haber sido atacado durante tanto tiempo, noche tras noche tras noch
e, la tranquilidad y la falta de
actividad en mi habitación era tangible, como un bálsamo curativo para mí. Me desperté a
la mañana siguiente en gran medida
fresco, sin calambres o dolor en absoluto y mi cadera sentía mucho mejor. Las cons
ecuencias de esta
experiencia fue que creció rápidamente más fuerte y los efectos debilitantes del ataqu
e psíquico
reducido considerablemente. Tan pronto como me fue bastante fuerte, con el sueño d
e una buena noche de poco más de "bajo
el cinturón, me rompió la conexión y se quitó por completo el ataque.

Pensamiento formulario o forma no física de vida?

Hay un argumento popular, periódicamente publican hoy, que todas las entidades
no físicas negativas de tipo son
formas de pensamiento, simplemente, creado y propagado de forma espontánea o delib
eradamente por los miedos, pensamientos,
y las fantasías de la humanidad. Estos se consideran generalmente las manifestacio
nes de la parte más oscura de la
la conciencia colectiva de la humanidad, le da forma en los subplanos astrales i
nferiores durante un período prolongado
período de tiempo. Estos también son considerados como algo parecido a un pensamient
o independiente, auto-motivación
formas.

Creo que esta es una forma simplista de aceptar la obvia existencia de los s
eres no físicos,

como formas de pensamiento simple. Evita las cuestiones planteadas por la incómoda posibilidad de que algunos forma negativa la vida pueden tener diferentes orígenes y con absoluta independencia. Esta última posibilidad trastornos marco de mucha gente de cómo funciona el universo.

Entretenido esta posibilidad parece favorecer sistema de creencias confusión, el malestar y la inseguridad en muchas personas. Esto también genera una sensación de impotencia cuando se enfrentan a algo que activamente desean los descuentos y no creen pulg La mayoría de la gente, he encontrado, no me gusta creer o hablar de la existencia de los demonios y los demonios, los reinos demoníacos, y otras desagradables que podría chocar en la noche.

Del mismo modo, muchas personas creen que puede ser cualquier otra forma de vida inteligente en el universo: Todos los avistamientos de ovnis son explicables como fenómenos naturales o globos meteorológicos. La aceptación de la posibilidad de formas de vida inteligente extraterrestre, posiblemente con un mayor nivel de inteligencia y tecnología que la nuestra, fomenta la confusión sistema de creencias profundamente arraigadas, el malestar y la inseguridad - simplemente a través de las numerosas cuestiones que plantea esta posibilidad.

207

----- Page 209-----

Hay una distinción muy bien, creo yo, entre lo real formas de vida no física de otro dimensión y las formas simples pensamiento. Muchas formas de vida no físico, mientras que generalmente se clasifican hoy como formas de pensamiento sin sentido, parece que vienen de otras dimensiones del todo, posiblemente hasta de dimensiones paralelas a la nuestra. La distinción entre estos tipos, formas de pensamiento o seres independientes, es básicamente uno de inteligencia. Sus limitaciones de la inteligencia se demuestra su capacidad de pensar, adaptar e innovar. Las formas de pensamiento, por naturaleza, son creaciones mentales, y presentan sólo los rasgos de comportamiento o inteligencia programado en ellos durante su creación. Ellos no tienen la inteligencia innata natural con el que pensar, adaptar e innovar cuando se enfrentan a nuevos e intelectualmente desafiantes situaciones.

Cierto formas de vida no físico, por otra parte, lógicamente tienen algún nivel de los recursos naturales inteligencia, y por lo tanto sería capaz de cierta adaptación y la innovación. El nivel de la flexibilidad y la originalidad se mostraron, obviamente, será fijado por su nivel de inteligencia. Este haría que la clasificación a través de la observación de sus reacciones a los estímulos por lo menos factible.

Si todas las entidades negativas son formas de pensamiento, entonces lógicamente también lo son todas las entidades positivas, incluyendo todos los seres avanzados espíritu, guías espirituales y ángeles. Y no se puede decir que nuestro universo de vida seres físicos, así como los seres no físicos - sólo contiene manifestaciones positivas de conciencia. En mi vida y exploraciones que he encontrado similitudes entre las d

distintas físicas
dimensión y las dimensiones no físicas, como el astral. Cada uno contiene tanto positivos como negativos
aspectos, y muchos gradientes sutiles en el medio.

Este argumento conjunto no parece haber ninguna solución razonable. Ningún tipo puede ser capturados, examinados, diseccionados, y debidamente clasificados, o incluso con precisión remonta a sus orígenes, en nada se asemeja a una forma científica confiable. Esto deja a la observación, la experiencia y el razonamiento como las únicas herramientas con las que formar cualquier tipo de opinión. Se convierte en un poco de un punto discutible cuando tienen que lidiar con la vida silvestre astral y otros seres no físicos de cualquier tipo sobre una base de primera mano. I , por lo tanto, siguen a exponer sobre este tema en mi opinión, de acuerdo con mis propias observaciones, la experiencia y el razonamiento.

Bajo Vida Silvestre subplano

Los tipos más molestos de la vida silvestre astral parecen provenir de la tristemente célebre bajo astral subplanos que contienen los aspectos más oscuros y más negativos de los planos astrales. Estos pueden ser comparado con sombras paralelas de las partes más orientación positiva de los planos astrales. Cuando todavía era un parte de los planos astrales, técnicamente hablando, son un aspecto claramente separadas o parte de ella, que contiene todas las cualidades más oscuro. Otra forma de ver esto es considerar que se trata de la noche lado de los planos astrales.

la vida silvestre bajo astral normalmente parecen capaces de operar sólo en las dimensiones similares o inferiores de su dimensión de origen.

Esto es razonable, en base a las limitaciones energéticas establecidas por su naturaleza y nivel de las dimensiones de origen. Algunos de estos seres parecen capaces de operar en la zona en tiempo real. (El tiempo real zona se puede considerar como bastante territorio neutral, hablando dimensionalmente.)

Todos los tipos más bajos, independientemente de su clasificación o el origen, parecen ser depredadores solitarios que muestran diversos grados de fuerza, inteligencia y habilidad. Los seres negativos muestran una fría y casi naturaleza insecto. Superior sentimientos como el amor, la compasión y la misericordia son totalmente ajenos a ellos. Este no, sin embargo, significa que sean malos, sino que sólo significa que no tienen sentimientos más alto. Una araña de jardín no tiene sentimientos más altos, no es mal por matar y comerse a una hermosa mariposa. Se trata de una araña y actos de acuerdo a su naturaleza, las arañas de alimentación en los insectos para sobrevivir.

En mi experiencia, los tipos negativos no funcionan bien juntos, independientemente de su posible compartir orígenes. Por lo general, parecen ser bastante agresiva y combativa hacia la otra, lo que resulta en una jerarquía distinta cada vez que se encuentran juntos. la vida silvestre astral puede ser a veces obligados a trabajar juntos, de manera temporal, a través de circunstancias en las que tienen un interés común o

necesitan.

la vida silvestre astral puede manifestarse en una enorme variedad de formas ilusorias y cambiante. Regular los favoritos son feos monos sonrientes, gárgolas, y las formas arpía. Algunos prefieren un enfoque más aspecto tradicional-demonio con cuernos, mientras que otros van para un aspecto más contemporáneo. Estos últimos

208

----- Page 210-----

las formas son posiblemente inspirado en las películas de terror y programas de televisión, o incluso de las pesadillas del módem de la humanidad.

El tamaño y la apariencia de una entidad, como se ve por un proyector, o en tiempo real o la visión astral, no da ninguna indicación razonable de su fuerza real y la inteligencia. Muchas entidades pequeñas y débiles parecen se deleitan en buscar grandes y peligrosos, tanto como un animal se pelusa hasta su piel durante un enfrentamiento para que se parezca más grande. Más fuerte y más inteligente de las entidades no parece molestar demasiado con la pretensión, e incluso puede usar su forma original - si lo tiene, lo que es. He visto a las entidades el tamaño de los osos polares salir corriendo cuando "Boo!" se les dice. También he visto a otros el tamaño y la aparición de ratas grandes con los que no interferiría en la elección.

Muchas entidades parecen elegir una forma tomada de la mente de un proyector (que indica que algunos grado de habilidad telepática) y usarlo para generar el máximo nivel posible de temor. Esta es una muy buena razón para proyectores para mantener sus mentes claras, por lo enmascaren los verdaderos sentimientos cuando encuentran o se ven obligados a hacer frente a la vida silvestre astral.

El más débil y, con mucho, los tipos más comunes de la vida silvestre astral, los responsables de la mayoría de los ataques de miedo elemental y el tipo de habitante (véase el capítulo 34) parecen tener poco poder de su propia cuenta. Estos son bastante débiles, criaturas tímidas y su aspecto es siempre un gran ilusión exagerada. Por lo general, evitar encuentros directos con los proyectores, y por lo general vencer a un rápida retirada cuando se acercó por un proyector con una empresa o una actitud de confrontación. La mayoría de entidades negativas no les gusta la atención directa y activamente evitar ser visto.

Algunos tipos de vida silvestre astral parece atraído, e incluso se alimentan de la energía vibraciones generadas y transmitidas por los proyectores demasiado miedo. Continúa el temor y la timidez en la parte de un proyector parece tener vida silvestre astral más agresivo. Su comportamiento es intimidante, Sin embargo, siempre sin un ataque directo. Esto indica que no son capaces de montar una directa ataque a un proyector, y mi experiencia con esto. Mayor y continuando el miedo por parte de un proyector suele atraer a otros del mismo tipo, lo que aumenta su número y la toma de las cosas en general, peor para un proyector. Sin embargo, la aparición de este ti

po es bastante raro.

La gran mayoría de la fauna silvestre astral no lo hace, creo, tienen el poder de dañar directamente a un proyectador, pero la precaución se aconseja siempre en estos asuntos. Se piensa comúnmente que no físicas entidades de cualquier tipo son completamente inofensivas para los proyectores, y sólo son capaces de asustar a ellos. Si bien esto es cierto en general, como ocurre con los tipos elementales y habitante más adelante en este libro (véase el capítulo 34), hay excepciones. En tiempo real, astral, y todos los cuerpos superiores son prácticamente invulnerables, y definitivamente no puede ser destruido o muerto. Pero es posible que sufra el daño energético y debilidad a través de un ataque intenso o prolongado por los tipos más fuerte y más inteligentes de entidades no físicas.

Los casos de esto son muy raras, pero si la sustancia energética de las proyecciones se convirtió en un doble dañado, este daño podría reflejar de nuevo en su cuerpo físico. En este caso, el cuerpo físico podría experimentar cansancio inusual. Aún más raramente, hinchazones, sarpullidos y marcas extrañas podrían también aparecer en el cuerpo físico. Estos se parecen mucho a las inflamaciones, ampollas llorosas y erupciones son un efecto secundario ocasional del trabajo de desarrollo energético (véase el capítulo 13), especialmente durante las primeras etapas, cuando las vías energéticas se están limpiando y acondicionando. Todos estos síntomas sanan con inusitada rapidez, a menudo desaparece en pocas horas. El cuerpo se cura y restaura la energía si muy rápidamente si su contenido es alterado o dañado de alguna manera.

Cualquier ataque que causa importantes pérdidas de energía de sustancias en el proyectado matrimonio tiene un lado a prueba de fallos efecto. Esto hace que el aborto inmediato de que la proyección como un acto reflejo. La proyección es un delicado proceso de equilibrado que comprende una constante en ambos sentidos intercambio energético-con-telepática entre el cuerpo físico y su proyectado matrimonio. No se necesita mucho para interferir con este proceso y hacer que abortan, lo que resulta en la devolución inmediata de la doble proyectado para la seguridad de su cuerpo físico.

Por favor, tenga en cuenta aquí que los ataques, y sobre todo los ataques que causan daños reales o energéticos pérdida de sustancia, son raros en el extremo y algo que no se preocupe demasiado acerca. El riesgo es aproximadamente equivalente a un nadador de recreo de ser gravemente herido por la vida marina peligrosa. Para el nadador medio, las lesiones son bastante raros eventos, con el mayor peligro no es más que una picadura de medusa ocasional. Los profesionales y los buzos de aguas profundas, sin embargo, pasan mucho más tiempo en las profundidades del océano inexplorado y salvaje, y por lo tanto corren un riesgo ligeramente mayor de daño que se nadadores. Esto también se aplica a los proyectores frecuentes, especialmente los que tienen un natural

propensión a lo oculto y más aspectos metafísicos de fuera de la exploración del cuerpo. Por último, este también se aplica a los proyectores con más experiencia que activamente ayudan a las personas que sufren de psíquicos ataques y otros related problems esta entidad.

Al mejor de mi conocimiento, si los proyectores de sus propios asuntos, mantener la calma, de uso común sentido, y el proyecto de inmediato si es que alguna vez se encuentran en una mala situación, tienen muy poco de qué preocuparse acerca. De todas las miles de historias de casos relacionados con la proyección-He sido consultado, he sólo vienen a través de un pequeño puñado de situaciones en la vida silvestre astral realmente problemático se involucrados. En la mayoría de estos casos, una vez que esta situación se encontró con una valiente y más actitud positiva, las entidades problema, ya sea real o imaginario, simplemente desapareció.

210

----- Page 212-----

34. El miedo y ruidos Astral

El miedo - producido por sensaciones salida inesperada o pesados, por inexplicables ruidos astral y voces, o simplemente por la exposición al cabo de medio cuerpo - representa una barrera significativa para OBE. El miedo es una barrera natural que protege desprevenido proyectores de la exposición al fuera-de-cuerpo

medio ambiente hasta que son capaces de hacer frente. Esto se aplica especialmente a los proyectores principiante que, aunque que puede ser aguda, tienen una disposición emocional más delicado de lo que creen.

El miedo deja de proyectores frío nervioso e inseguro, como cualquier buen mecanismo a prueba de fallos deberían adoptar, hasta están mentalmente lo suficientemente resistente como para hacer frente a las presiones y las cepas involucradas con fuera del cuerpo las operaciones. Un aspecto importante de aprender a proyecto es superar progresivamente todo lo relacionado temores. A medida que cada nivel de miedo se supera, el proyector conquista una barrera natural importante. Frente y la superación de cada tipo y nivel de miedo tal y como aparece y prepara las condiciones para el proyector más extensa fuera de las operaciones del cuerpo - un paso a la vez.

El miedo de muchos colores

El miedo relacionado con la salida de la proyección es una reacción instintiva natural causado por inusual y extremo a menudo sensaciones, eventos y situaciones. Hace que los aspirantes a los proyectores para abortar las salidas de su tiempo y el tiempo de nuevo, por lo general a la derecha en el borde de su primera, tan buscada proyección consciente de salida. Sin embargo, temores más relacionados con la proyección-nacen de la simple ignorancia. El conocimiento sustituye el miedo por lo que la desconocido y lo inesperado lo conocido y esperado.

Los sentimientos que se pueden generar por las sensaciones fuertes salida, si no está completamente preparado, puede causar el terror y el pánico innecesario. Malas experiencias de proyección, si se deja sin examinar y recibieron asesoramiento, puede

psicológicamente proyectores estado contra EFC futuro. Esto puede aumentar significativamente dificultad los niveles durante los intentos de futuro, tanto como un diente de licitación le hará retroceder a medida que avanza para cepillo dolor de recordar, tiempo incluso después de que se haya curado. El cuerpo físico y la mente recuerda el dolor y la experiencias desagradables, y rápidamente se establece respuestas condicionadas para evitar las recidivas en el futuro.

Muchas personas han venido a mí con este problema, aunque la mayoría se les advirtió a fondo de lo que cabría esperar, después de leer mi en línea (Internet) tutoriales. En la mayoría de los casos, Los proyectores se vieron obligados a cancelar su salida éxito de la primera, simplemente porque no estaban preparados para la enormidad de las sensaciones resultantes. Por favor, no piensen que estoy exagerando aquí. Esta es una de las principales problema para todos los nuevos proyectores! Me ahorraré sorpresas y le dará una advertencia razonable de anticipación, por lo tanto plenamente preparando para lo que es posible que tenga que enfrentar.

Es posible que no se enfrentan a la salida sensaciones fuertes en todos, o ninguno que no son fáciles de tratar. Algunos de primera salidas de proyección son asuntos muy suave. Algunas personas parecen pop o zumbido de sus cuerpos sin ningún problema. Sin embargo, se advirtió que estas personas afortunadas son una minoría bastante pequeña.

Heavy Sensaciones salida

La presencia de la mente despierta durante la fase de separación de la proyección, aunque el completo estado de trance que se ha logrado, principales causas de los conflictos energéticos entre lo físico / cuerpo etérico y su proyección doble. Esto es especialmente cierto para los proyectores novato, cuya energía cuerpos No había tiempo para desarrollar y permitir el mecanismo de proyección consciente de salida. Incautos proyectores suelen ser preparados para la magnitud visceral de la fase final de la salida. Ellos son generalmente arrastrados por una sobrecarga sensorial masiva. Mucha gente honesta y sinceramente se están muriendo, lo que les entra en pánico en abortar la salida en todo lo que pueda.

sensaciones de salida son siempre mucho más pesado durante las primeras salidas consciente pocos. Sin embargo, progresivamente durante la facilidad de repetidos intentos, como el mecanismo de proyección empieza con energía adaptación y desarrollo. Esto hace que los primeros intentos de proyección, incluso los no, algo así como un espada de dos filos. Fuerzan el desarrollo energético del mecanismo de proyección y la cuerpo de energía, lo que hace más fácil proyección de futuro. Pero, también puede causar intimidación subraya y las tensiones que pueden crear una respuesta psicológica flaquear si no se maneja con cuidado, con lo que proyección más difícil durante los futuros intentos conscientes de salida.

Comprender la mecánica y la dinámica del proceso de proyección ayuda a superar una gran muchos de los problemas de proyección de salida. "Hombre prevenido vale por dos". Tengo la intención de hacer nuevos aspirantes proyectores plenamente conscientes de lo que sólo podría tener que enfrentar. Esperamos que esta práctica en el conocimiento les ayudará a mantener el control para que no fuera totalmente loco y volar su primer consciente de salida OBE. El condicionamiento psicológico positivo generado por un primer éxito consciente de salida proyección, incluso un ultracortos uno, es muy importante. No hay nada como el éxito para potenciar el aprendizaje de cualquier habilidad difícil.

Por lo anterior, me aconsejan no intentar una salida consciente parcial ", sólo o para ver lo que se siente ", antes de comprometerse a una salida completa. Un intento de salida parcial siempre va a generar mucho más pesado de lo habitual conflictos energéticos y sensaciones, que pueden ser más pesados y duraderos que los con una salida consciente en toda regla. Una mala experiencia puede condicionar y determinar los proyectores contra el futuro intentos de salida. condicionamiento negativo puede aumentar no sólo la dificultad de salida, sino también la gravedad, de las sensaciones de salida en el futuro. Hacer ... o no! Proyecto ... o no del proyecto! No en intermediarios se les aconseja.

Cuanto más rápido llegue a través de la fase de salida de una proyección, las sensaciones de salida antes pesados cesar. Cuando esté listo para intentar una salida completa, sólo tiene que hacer y estar listos para poner todo lo que tienes detrás que. Comprométete, animarse, y estar dispuestos a seguir adelante con la salida de la valentía, pase lo que pase puede. Esta actitud también le dará muchas más oportunidades de tener éxito con su primer consciente-intento de salida.

Esté preparado para un tiempo bastante duro durante su primera salida. Esté preparado para un clima interno terremoto de magnitud increíble. Quiero estar listo para manejar esta tormenta con calma y estoicamente si le ocurre a usted - y es una necesidad absoluta calma! Esté preparado para el duro salir pase lo que pase, con calma y con inteligencia, sabiendo que no puede hacerle daño y que es muy pronto finales. sensaciones fuertes salida puede durar de diez segundos a cinco minutos, dependiendo de la la velocidad y la dificultad de la salida. Sin embargo, estos siempre serán más suaves, y al final mucho antes, si la salida fase se mantiene corto. Si te quedas tranquilo, equilibrado y bajo control, la salida será más suave mucho más rápidamente. sensaciones fuertes salida poner fin a la separación de momento se ha completado.

Las proyecciones que participan los centros frente y la corona, donde los proyectores se perciben como dejando su cuerpo a través de su cabeza, son generalmente acompañada por sensaciones de salida bastante suave. En ese sentido, de acuerdo a mi investigación, un porcentaje mucho mayor de mujeres que los hombres pueden esperar cabeza de la experiencia o las salidas de tipo de frente. Sin embargo, la mayoría de los proyectores deben esperar fuertes actividad en los centros de su corazón.

sensaciones fuertes salida no será experimentada por todos. Tampoco de que se produzcan durante cada tipo de proyección. Es mucho mejor que esperar, sin embargo, de ser cogido sin preparación, como sucede tan a menudo a los nuevos proyectores de tantos.

Para ilustrar las sensaciones fuertes de salida, aquí es una experiencia muy temprana de la mía. Me estaba enseñando yo consciente y salidas de proyección y pasando por los problemas misma salida y muchas frustraciones de que ahora pueda estar experimentando. Esto ilustra las sensaciones más fuertes de salida, creo, que cualquier nueva proyector se puede esperar que la cara.

He estado proyectando desde una edad muy temprana, tres o cuatro años de edad, pero todos mis primeras proyecciones fueron espontáneas y no implicaba ninguna técnica real o un esfuerzo consciente. Más tarde, cuando se convirtió en interesados en la OBE, tuve que empezar desde el principio. Tuve que desarrollar todas las habilidades necesarias como una profunda relajación física, concentración, y el trance. Entonces tuve que aprender la salida consciente, al igual que muchos de ustedes están aprendiendo ahora. Sabía que era posible, teniendo vívidos recuerdos de la infancia muchos EFC, pero eso no hizo que el proceso de aprendizaje sea más fácil o más corto.

Yo había intentado muchas veces antes de este proyecto, pero hasta ahora sólo con una salida exitosa. (Pero que experiencia fue tan inusual que razonablemente no se puede utilizar aquí como un ejemplo claro.) me había acostado en cama durante más de una hora, descanso mi cuerpo físico y tratando de inducir el estado de trance. Por fin sentía el peso de la propagación de trance a través de mi cuerpo, entonces comenzó a elevar la energía y estimular mi centros de energía primaria. Yo estaba usando una técnica de visualización bastante obtuso aquí, que era todo lo que sabía en este momento. He trabajado en cada uno de mis centros de atención primaria hasta que sentí alguna señal de actividad en ellos, entonces empezado a utilizar mi nueva técnica de proyección. Cambié mi punto de salir la conciencia y trató de sentir como si yo flotaban por encima de mi cuerpo físico. He trabajado duro en darse cuenta de cómo la sala ha cambiado y sentir desde esa posición, y de mantenerse al tanto de que mi cuerpo físico de esta nueva perspectiva, que era extremadamente difícil y requiere mucha concentración.

Mantuve mi mente clara, y se esforzó por mantener mi punto de conciencia en todo el cuerpo fijo por encima de mi cuerpo físico. Una sensación de cosquillas en los huesos de profundidad difusión a través de mi cuerpo, y una clase de localizada

mareos comenzó en el estómago y el pecho. Mi corazón, o mejor dicho, centro de mi corazón, comenzó a revolotear notablemente, esta sensación se fueron consolidando. Las cosquillas hueso de profundidad, sensación de mareo pronto comenzó y monótona creciente a través de mi cuerpo en las olas, también está creciendo cada vez más fuerte. Esto fue especialmente fuerte en el estómago y el pecho. Pronto se convirtió en un tipo mucho más pesada de t

odo el cuerpo vibratorio
zumbido de onda. Empecé a sentir una presión cada vez mayor en todo mi cuerpo. Esto
fue particularmente
fuerte alrededor de mi cabeza.

El vértigo se sentía como una sensación de giro o caídas. Esto se intensificó rápid
ente y pronto se sintió como si
Yo estábamos atrapados en una especie de paseo loco parque de atracciones. Estos f
ueron los principales extraño e increíblemente
sensaciones fuertes. En el fondo de mi mente, empecé a preguntarme si yo podría esta
r muriendo, pero estaba muy emocionado también
por la enormidad sensorial de todo y de la probabilidad de éxito OBE. Apreté los die
ntes mental,
decidido a no dejar que esto lo mejor de mí como lo había hecho en los intentos ante
riores, y para llevarlo a cabo
pase lo que pase.

Extraños ruidos se desvaneció y salir a mi alrededor, como los sonidos de los
muebles que se arrastra y
lanzado aproximadamente y en voz alta sobre los pisos de madera. También he oído el
murmullo de voces y
risas ocasionales. No hice caso de todo esto, sabiendo que (la esperanza) no era
n más que ruidos astral como yo había leído
y oído hablar de antes. Increíble colores, formas, patrones de luz y las imágenes flot
ando a través de mi visión
detrás de los ojos cerrados. El hueso de profundidad, zumbido, zumbido de las olas
y el aumento de mareos,
acompañada por una sensación aún mayor caída, como si yo fuera continuamente cayendo hac
ia atrás de un
gran altura. Esta sensación de la caída me hizo sentir bastante nauseabundo. La pres
ión alrededor de mi cabeza
aumento de dolor, como si tuviera un cinturón de cuero apriete demasiado envuelto
alrededor de él y un sádico invisibles
lentamente se apriete.

En ese momento, mi corazón sentía que estaba a punto de saltar de mi pecho. M
i cuerpo se sentía increíblemente
fuertes y firmes con la presión. En el fondo de mi mente, me pregunté de nuevo si en
realidad podría estar muriendo.
Las vibraciones, la presión, el corazón acelerado, y las sensaciones cayendo aumento
hasta que yo pensaba que iba a
ya sea gritar o morir - eran muy, muy fuerte. Los ruidos fuertes truenos y se es
trelló en
la habitación a mi alrededor, ahora suena como pesadas cadenas se están ruidosamente
arrastró corrugado
láminas de hierro cerca de mi cama. Yo ignoraba todo y se quedó centrado en mantener
me relajado y
se centró en lo que estaba haciendo, sosteniendo mi punto de conciencia en todo el
cuerpo por delante de mí.

Robar mi mente, Me esforcé por mantener el control. Ahora podía ver los detal
les de la habitación a mi alrededor
a través de mis párpados cerrados, como si mis ojos se habían abierto. Todo mi cuerpo
surgió con enorme, zumbido
las ondas de las vibraciones y el movimiento creciente de energía. Mi centro de co
razón se aceleró como un motor de cortadora de césped
y mi cabeza se sentía como si iban a ser aplastados por la presión dolorosa. Vibraci
ones, literalmente,
-rugió por todo mi cuerpo y mi corazón se aceleró increíblemente centro cada vez más rápid
sintiendo como si mi
real del corazón corrían.

De repente, todo cambió y me sentí separar de mi cuerpo físico. Me empezaron a
subir
hacia arriba, zumbido de una tormenta de grandes sensaciones corporales incómodas.

El aumento más rápido y suave
Ahora, por fin sonó libre de mi cuerpo. Las sensaciones muy pesado se detuvo en el momento he logrado separación. Cambiaron a una intensa todo el cuerpo animado como reflejo de la proyección me zumbaban de mi cuerpo. El cuerpo entero se detuvo zumbando como lo fue a parar cerca de los pies de mi cama. Yo estaba fuera de mi cuerpo y libres al fin!

Podía ver la habitación a mi alrededor con claridad a pesar de que era bastante oscura, con sólo un poco de luz de la luna filtrándose a través de las persianas en mi habitación. Era muy tranquilo, no había ninguna señal de cualquier causa para los ruidos extraños y voces que había escuchado sobre la manera de salir de mi cuerpo. Me sentí maravillosa y llena de energía, animado por mi éxito, pero extrañamente tranquilo en el interior. Un poco nerviosa, que flotaba alrededor de la semidark cuarto, consiguiendo mis piernas mar.

Me preguntaba lo que podría estar al acecho en las sombras o en espera de mí en la noche oscura del exterior. Probablemente nada, pero yo soy por naturaleza muy cautelosos. Si bien esta fue básicamente similar a los muchos proyecciones espontánea que había tenido cuando era niño, también era extrañamente diferente. Se sentía mucho más potente y real. Me ha querido en marcha y se alejó flotando de mi cuerpo y sale por la pared.

Afuera, la luz de la luna fundido misteriosa sombras que se movían entre los árboles azotados por el viento en el frío, húmedo pavimento. Flotaba a la carretera y desnatada lo largo de ella. Podía sentir y el olor y el sabor noche de rocío del aire cargado de intensidad. El mundo a mi alrededor se sentía muy sólido y real. Recogiendo un poco de velocidad, que se precipitó en el aire, agitando los brazos y hojear las copas de los árboles, sólo tiene que limpiar como yo un círculo a mi casa. Yo flotaba un tiempo, luego todo volvió a mí, todas las habilidades OBE que había aprendido y utilizado como un niño. Me dio la vuelta un par de veces, tomando todo lo que antes de dejarme flotar suavemente hacia abajo a través de las ramas de un árbol de pino antiguo. Podía oler, sentir y saborear las hojas y el todo tiene un sabor amargo, seco de savia y madera viva y la corteza como flotando a través del tronco retorcido de la tierra.

Envalentonados por el éxito, pero por alguna razón siente un poco ansioso, que flotaban a mi casa y en espera del cuerpo. No tenía ni idea de por qué me sentía tan ansioso, sobre todo después de todo el tiempo que había pasado sin miedo fuera del cuerpo como un niño. Tal vez fue porque estaba oscuro y espeluznante a cabo aquí en la oscuridad de la noche por la noche.

Regresé a mi habitación, entrando por el techo y bajando a mi cuerpo. Al acercarme me sentía algo casi como la gravedad tirando de mí hacia ella. Como volví a entrar, sentí una sensación de hormigueo, zumbido, toda el cuerpo punta. Me sentí succionado hacia arriba a través del estómago y el pecho -, pero me sentí de mi perspectiva de cuerpo físico, como si algo me estaban entrando. Mis ojos se abrieron y me encontré todo despierto ... inmensamente contento con mi nuevo éxito. La próxima vez me prometí que me quedaría más tiempo y hacer algunas

explorar! Más tarde, durante una merienda respetable de bocadillos de queso y pepinillos y una jarra de helado la leche, que comenzó a llenar la segunda entrada en mi diario OBE nuevo.

La emoción y la ansiedad

La emoción y la ansiedad, junto con el rubor de éxito inminente, puede generar una adrenalina de tipo punta del cuerpo que pueden arruinar un intento de salir en los momentos. Esto puede parecer que tienen similitudes con el aumento de energía del torso y se refirió al anterior, pero tiene una causa muy diferente. Una combinación de temor, ansiedad, y la emoción pura causa una oleada de adrenalina a través de la cuerpo físico. Este instante se rompe el estado delicado equilibrio necesarios para la proyección, por lo general así como se inicia la proyección reflejo de corte y el proyector de repente se da cuenta o está a punto de tener una OBE plenamente consciente.

Un gran número de proyectores tienen problemas con esto. Ellos trabajan duro y hacer todo bien y entonces, al igual que las vibraciones de inicio y la proyección se inicia reflejo en arrancar, vuelve a suceder. De repente, se dan cuenta de lo que está a punto de suceder y recibe sobreexcitada, con lo que perder el foco y el control sobre la experiencia. Tan pronto como empezó parara en ese punto, dejándolos completamente despierto y maldiciendo a sí mismos, sabiendo que era su culpa.

Mucha gente tiene la impresión de que una vez que logran desencadenar el reflejo de la proyección y se a punto de salir de su cuerpo, lo han conseguido. Ellos piensan que pueden simplemente sentarse y disfrutar de la experiencia a partir de ahí pulg Esto definitivamente no es el caso ... lo que se advirtió. Los requisitos para la celebración de un cuerpo profundamente relajado física y una mente clara y enfocada no repente termina en el momento un proyector comienza a salir del cuerpo. Es necesario continuar manteniendo el estado delicado equilibrio en todos los tiempos, no sólo antes y durante toda la salida, sino para toda la proyección. Cualquier aumento de excitación o emoción fuerte puede anular una proyección antes, durante o después de la salida.

excitación incontrolable durante la salida de una falta de control mental y emocional en cualquier los aspirantes a proyector. Esto también tiene, aparte de lo anterior, el potencial de causar un gran número de problemas en el cabo de medio ambiente y el cuerpo. Este es otro aspecto de la barrera natural que el miedo formas, que al igual que todas las barreras naturales tiene una cierta belleza a prueba de fallos a la misma. Estos salvaguardia no están preparados proyectores (no importa cuán agudo) de la exposición a la sensible fuera del cuerpo donde el medio ambiente las emociones no son tan privadas, en la residencia, y sencillos.

Un proyector excesivamente excitables fácilmente podría tener problemas durante una proyección a través de un simple falta de autocontrol. El cabo de medio ambiente-cuerpo es fluida y fácilmente afec

tados por el pensamiento y imaginación, sobre todo por los de la mente subconsciente. Un leve cosquilleo de temor, causado tal vez por una visión de algo imaginado moviéndose entre las sombras, combinada con un ligero miedo a la oscuridad, podría fácilmente degenerar en un episodio de gran temor. Esto podría resultar en trauma y condicionamiento negativo psicológica contra EFC más.

Hay otro, más sutil, aspecto a considerar, en relación con el efecto de la mente dividida. A menudo, un proyectador puede tener éxito, pero el físico y la mente etérico está tan emocionado por las sensaciones de salida que fuertes recuerdos se forman en el cerebro físico. En este caso, la conciencia sigue firmemente centrada en el cuerpo físico / etérico. Esto puede hacer más difícil para el proyectado doble para descargar su sombra recuerdos en los niveles de acceso del cerebro físico durante la reintegración. El éxito de la proyección de una la experiencia así se puede perder. Esto puede ser un problema importante con los nuevos proyectores que tienen poca experiencia con recordar la sombra de la memoria.

La solución a todos estos problemas antes mencionados es mantener la calma, centrado y relajado. Mantenga un agarre firme en las emociones, antes, durante y después de la salida y durante todo el curso de la proyección. Si proyectores se pueden ignorar las sensaciones fuertes salida y superar el miedo, la ansiedad y la emoción durante el de salida, también puede negarse a sentir estas después de la salida.

Se puede saltar arriba y abajo y celebrar y liberar a todos sus emociones una vez que regresen a sus cuerpo físico! Ellos pueden, de hecho, utilizar esta descarga emocional para potenciar recuerdos sombra, y hacer que, literalmente, más memorables durante la fase de reentrada. Por tanto, es admisible, incluso aconsejable, para saltar mentalmente de arriba abajo y gritar el éxito - sólo durante la fase de reentrada. Esto ayudará a sobrescribir física existente / recuerdos cuerpo etérico para el mismo período de tiempo, y recuerdos de cemento sombra en el cerebro físico para una recuperación fácil.

Una vez que los proyectores se han superado con éxito la barrera conscientes de salida, logró mantener el autocontrol, y han regresado para la reentrada controlada, que han pasado una prueba importante.

214

----- Page 216-----

Ahora están listos para empezar a aprender cómo operar en el campo de medio ambiente del cuerpo y viajar y explorar más lejos.

El desconocido de la noche

El miedo a lo desconocido fuera del entorno del cuerpo es otra barrera natural de todos los nuevos proyectores de la cara. Este es un ambiente desconocido por experiencia. Es muy natural sentir cierto grado de inquietud, incluso un poco de temor saludable. Nuevos proyectores de haber leído muchas historias acerca de lo que es esto

gusta, pero nunca realmente han experimentado por sí mismos.

Muchos niños tienen miedo de la oscuridad. Sus padres les dicen que no hay nada que temer.

Se abren las puertas del armario y demostrar que no hay nada escondido allí o debajo de la cama. Después de todo que, los niños temen la oscuridad desconocida y que todo lo abarca y la demanda de una luz de noche. Esto es cautela natural se convirtió en miedo por la imaginación, simplemente porque no pueden ver en la oscuridad y por lo tanto no sé lo que está realmente allí.

Esto es muy parecido a lo que puede suceder en la parte posterior de la mente y de los nuevos proyectores, alimentado por imaginación, la primera vez que salga del cuerpo. Las cualidades y aspectos desconocidos cambiado de la medio ambiente una vez conocida, además de los rumores, historias de terror, y las películas pueden asustar a los necios. Este fácilmente puede romper los nervios y la ruina de su enfoque, una y otra vez arruinando otra manera exitosa proyecciones, llevándolos de nuevo en la percepción de seguridad de sus cuerpos físicos. Algunos valor es definitivamente necesaria durante un OBE, especialmente cuando residen en el medio ambiente en tiempo real en por la noche. Estos temores se debe extinguirse antes de que pueda echar raíces y empezar a interferir con la OBE.

Recuerde siempre que el sensible fuera del cuerpo con el medio ambiente se ve muy afectada por la emoción, y semejante atrae lo semejante a lo grande. Si el miedo se le permite crecer, entonces un aspecto más miedo o incluso siniestra se puede agregar a la salida de medio cuerpo, que se manifiesta alrededor de los proyectores de la capacidad creativa de su propia mente subconsciente.

Incluso si en el interior un poco de miedo real se siente, es muy aconsejable e no permitir que la superficie en la mente consciente. Sea positivo y valiente y actuar como si estuviera totalmente sin miedo. Enfrentarse a lo desconocido fuera del cuerpo con el medio ambiente con valentía! Si usted no puede hacer esto, usted realmente no debe proyectar. Siempre recuerde que nada puede hacerte daño mientras está fuera de su cuerpo. El proyectado matrimonio es un ser energético, por lo que prácticamente invulnerable. Se puede nadar en lava fundida o volar a través de el centro de una supernova sin conseguir un rasguño.

Cultivar convertirse en un observador tranquilo y desapasionado en todo momento, sin miedo en la mente y el espíritu, y pronto se convertirá en miedo del cabo de medio ambiente y el cuerpo. Esta actitud le ayudará progresivamente a superar cualquier temor real que pueda tener, incluso los más pequeños, a través de la acumulación de personal de experiencia fuera del cuerpo. Esto convierte a lo desconocido en lo conocido y familiar, que progresivamente reduce los niveles de temor.

Miedo a la mente-Split-Generado

En la zona en tiempo real, sobre todo, el miedo puede provocar sentimientos de interés compuesto y tangible de la presencia, miedo y el terror sin sentido que se genera y se agrava entre lo físico / cuerpo energético y su proyectado matrimonio. Se trata de una interacción emocional energéticos relacionados con la parálisis de vigilia y astral comentarios. No es causada por una fuente independiente. Esta retroalimentación pr

ogresivamente se intensificará y compuesto, si no se hace nada al respecto. Cuanto más fuerte es la emoción, más fuerte es la retroalimentación, especialmente si el proyector está en funcionamiento cerca del cuerpo físico en la zona en tiempo real. Este efecto prácticamente desaparece si se pone una cierta distancia entre tú y tu cuerpo físico. Deja

la casa y seguir en movimiento hasta que cese el sentimiento.

enfoco mental y el control, además de una actitud de observador tranquilo y desapasionado, deje emocional comentarios de inicio y reducir el riesgo de otros problemas potencialmente negativos manifestando.

Primal reacción visceral

Probablemente el tipo más difícil de miedo para cualquier nuevo proyector de superar es el instinto primitivo reacción causada por las energías generadas por el cuerpo físico / etérico durante el proceso de proyección.

Durante la salida consciente, o la salida espontánea en la que el proyector se da cuenta durante el

salida, el cuerpo y la mente de la experiencia proyector sensaciones fuertes, de cuerpo entero causados por las energías

Normalmente sólo se genera durante el estado de sueño. La presencia de la conciencia de vigilia magnífica

215

----- Page 217-----

estas sensaciones energética en gran medida, la mente consciente no tiene experiencia con estas energías y

por lo tanto no tiene nada que recurrir a lo que trata de acostumbrarse a ellos.

Proyectores experimentar un miedo

reacción visceral, un fuerte sentido de maldad y de gran peligro por todas partes.

Creo que esto es causado por el primalfight o la respuesta de vuelo. Proyectores peligro sentido, pero como no fuente de peligro es evidente, que intuitivamente sentido de vuelo por ser la única opción para sobrevivir. Este instinto de supervivencia primaria inundaciones mente del proyector con abrumadora Primal Fear.

La mayoría de los nuevos proyectores tendrá que lidiar con algún nivel de miedo primitivo durante EFC temprana. Este

progresivamente el miedo facilita la experiencia de ganancia que, aunque un cierto nivel de temor es por lo general siempre está presente.

Este temor forma una barrera natural muy fuerte a la OBE. Su habilidad para dominar sus miedos y el arado a través de

esta barrera demuestra que ha superado una prueba importante y están listos para la OBE.

Morador en el Umbral

El habitante de la tristemente célebre en el tipo de umbral de la experiencia, además de los ruidos y las voces astrales, se

probablemente las manifestaciones más conocidas que se enfrentan algunos nuevos proyectores. El habitante

fenómeno es, en mi opinión, otro aspecto de la barrera natural que el miedo crea. Esto debe ser enfrentado

y tratado con valentía ante los nuevos proyectores de afectados por este problema pueden operar libremente fuera de su cuerpos.

El tipo de habitante de la manifestación, aunque bien sabe, definitivamente no es un universal OBE-relacionados problema que todo el mundo tiene que enfrentar. Ni mucho menos. Mi investigación muestra que un habitante de la manifestación de tipo problemas que menos de uno de cada veinte nuevos proyectores, y sólo entonces durante sus primeras experiencias fuera del cuerpo. Astral ruidos y voces, sin embargo, de forma intermitente se molestarán los proyectores más nuevos.

Por favor no espere que esto suceda la primera vez que salga de su cuerpo. La preocupación sobre este fácilmente podría hacer que su propia mente subconsciente a manifestarlo. más creo que esto es lo que sucede en casos, teniendo en cuenta la sensibilidad fuera del entorno del cuerpo y el efecto que el miedo puede tener sobre ella. La habitante puede suceder en un gran número de variaciones, pero suele ser una combinación o variación de la siguiente: Inmediatamente después de la salida, se encuentra una forma oscura, amenazadora humanoides, por lo general todos los rasgos negro con ardor en los ojos rojos. Sólo puede estar parado, inmóvil, o puede tomar unos pocos un paso adelante y hacer gestos amenazantes. Se puede permanecer en silencio o puede respirar fuertemente y en voz alta. Es puede gruñido, rugido, reír o reír. Incluso se puede hablar y dar la orden de nuevo en su cuerpo, a menudo por nombre. Se puede amenazarlo con pesimismo si continúa con su proyección. El clásico monstruo habitante nunca ataca o perjudica a un proyector. No he tenido un solo informe de un habitante por lo tanto como tocar un proyector. Es una ilusión. Hay que confrontar y ordenó a distancia, o totalmente ignorado, o ambos. Mi mejor consejo es ser valiente, marcha hasta que, el deslumbramiento en él, y lo más fuerte que puede ordenar la (#*&) de descuento! A continuación, dar la vuelta y salir de la zona, ignorando totalmente a partir de entonces. Es no se esperará a su regreso.

Me han dado aquí lo que puede parecer que algunos ejemplos bastante extremos del tipo de habitante de la experiencia. Estos ejemplos son bastante estándar, sin embargo, y no son exageradas en lo más mínimo. I prefiero preparar nuevos proyectores por lo que podría tener que enfrentar, en lugar de jugar todo esto hacia abajo y los han tomado por sorpresa en medio de la salida. El morador del umbral es un matón! Al igual que todos los agresores, cuando se enfrentó con valentía, el viento se ha tomado de sus velas, y funciona bien o se reduce a inofensivos despotricando.

La lógica sugiere que si el habitante eran de hecho una amenaza real capaz de causar un daño real, que no sólo ponerse de pie y amenazan. Sería un ataque inmediato, haciendo uso del elemento de sorpresa y miedo del estado del proyector. Habitantes que ciertamente no siempre alertar y asustar a los proyectores de nuevo en sus cuerpos antes de la salida de ruidos astral y voces, si no se que estaban realmente interesados en hacerles daño, o si eran capaces de hacerlo. Todo esto indica que son probablemente miedo de proyectores y no tienen ningún poder real con los que pudiera

perjudicarles.

Creo que algunos tipos habitante de experiencias pueden ser consideradas manifestaciones de un propios miedos proyector subconsciente. En otras ocasiones, interfiriendo de orden astral, la vida silvestre parecen ser responsable, posiblemente atraídos por los temores propios del proyector y por las vibraciones energéticas estos producen y emiten antes y durante las proyecciones iniciales.

Yo no he encontrado ninguna evidencia o la experiencia, la mía o de nadie más, para apoyar la idea que el habitante de algún tipo de observador personal o ángel de la guarda de la proyección. Nunca he

216

----- Page 218-----

experimentado algún tipo de ser que se ajuste a este proyecto de ley. La idea de ser vigilante o guardián, creo, se debe de la creencia generalizada de que el cuerpo físico está en blanco y vulnerables durante la proyección.

Nunca se han enfrentado a un tipo de habitante de la verdad de la experiencia. Mi madre, sin embargo, había habitante experiencias durante sus primeras proyecciones conscientes de salida, hace muchos años cuando yo todavía estaba en mi adolescentes. Al ser un espiritualista, mi madre activamente ignorado estos seres cuando aparecieron, y se mantiene repitiendo el Salmo XXIII hasta que la dejó sola, como ella lo había recibido instrucciones para hacerlo por su la iglesia. Para ella, la manifestación apareció como habitante de muchos pequeños, el ser feo, empresas mono-que gruñó y se burlaban y se agarró a ella cuando salía de su cuerpo. Cuando esto le sucedió repitió su oración y activamente los ignoró mientras que continúa a lo largo de su camino, antes salir de la área y elementales de la zaga. Ellos no estaban allí cuando ella regresó a su cuerpo a algún tiempo más tarde.

He oído la misma historia de muchos otros espiritistas y encontró que eran todos de alguna manera instrucciones para que este iba a ser considerado normal. Se les dijo que esperan que estos elementales que se allí cuando por primera vez fuera del cuerpo. Esto me lleva a considerar que el condicionamiento psicológico puede ser en parte responsable de aquí, y que los habitantes de las veces se manifiesta como una forma del proyector ya sea consciente o inconscientemente espera.

El proyectado matrimonio es un muy poderoso, incluso si el proyector no lo sabe y no tiene idea de cómo utilizar sus capacidades defensivas u ofensivas. El proyecto de matrimonio de la vida ser humano, con todos sus enormes recursos, no es, sin duda que se juega. entidades negativas puede detectar este potencial y están naturalmente desconfiar de todos los proyectores y muy especialmente de la fortaleza del real-proyectores tiempo.

Creo que lo anterior ofrece algunas pistas muy real de por qué estos tipos negativos ir a todo esto problemas para inhibir proyectores novato en el primer lugar. Creo que cualquier nuevo proyector a punto de consciente del proyecto en la zona en tiempo real hace que las entidades negativ

as en el área local para el pánico. Ellos a continuación, hacer todo lo que esté a su alcance para evitar que se proyecta, simplemente porque tienen miedo a las posibles consecuencias.

Considero que todas las manifestaciones de tipo habitante-elemental y que ilusiones. Las fuentes de estas ilusiones pueden variar, pero si se generan por una fuente independiente que debe, la lógica indica, ser una razón para ello. En el caso de entidades negativas, todo apunta a que esto sea una presión generalizada en contra de los proyectores que parece haber estado ocurriendo durante mucho tiempo. Sabiendo esto, sugiero que todos los nuevos proyectores no dan este tipo negativo del placer. Un poco de competencia se dice que estar sano, y cada nuevo proyector sueltos en la zona en tiempo real añade un soldado más potencial a las filas de los buenos.

Siempre tenga en mente, no importa lo que sucede durante una proyección, proyectores que nunca deje su cuerpo físico vacío y expuesto durante cualquier tipo de OBE. El cuerpo físico siempre de forma segura contiene la copia original de la mente y la memoria. El cuerpo físico / etérico es nunca, nunca, a la izquierda vacío, al descubierto, sin protección, o vulnerables. Tener una OBE no se expone de alguna manera, forma, o forma, a cualquier tipo de interferencia de otro modo no sería vulnerable a durante su normal vigilia y el sueño estados.

Astral ruidos y Otras Cosas Que Alteran en la difícil situación

ruidos astral puede ser oído en la salida, con las voces de miedo y las cosas van topetón en la noche, como las cadenas de arrastre, risas y risas siniestras murmurando, el mal, y gruñendo y desagradable gruñendo. Estos sonidos intimidación son un tipo de ilusión de audio, no tienen sustancia y se por lo tanto no es una amenaza. Ellos son una gran distracción, sin embargo, y debe ser ignorado completamente antes y durante la salida. Astral ruidos son muy comunes durante la salida, pero siempre dejan el momento en que la salida se ha completado. Es mucho más común que los nuevos proyectores de escuchar los ruidos del astral y las voces de proyectores para más experimentados. Yo rara vez escuchan en estos días, sino que se utiliza para escuchar regularmente durante mis primeros años de la proyección consciente, sobre todo de proyección quinto.

Ruidos extraños se oyen a menudo como un preludio de OBE, por lo general a la derecha en el borde de la salida, consciente o espontánea, como reflejo de la proyección está a punto de saque y zumbido del proyector a del cuerpo. Está preparado para hacer frente a estos cuando se producen. Esto puede parecer contradecir lo que dije antes, pero he encontrado ruidos astral tan común que su probabilidad no parece verse afectada

de ruido astral nunca había previamente oído hablar de los ruidos astral. Ellos no se esperaban, pero ocurrió de todos modos.

Ya he mencionado algunos de los tipos más temibles de ruidos astral, pero creo que merecen más mención a fondo. Los tipos de ruidos varían enormemente. Pueden ser muy fuerte y muy real.

Usted puede escuchar el sonido de campanas, sirenas, arrastrando pesadas cadenas y estertores en corrugado láminas de hierro, los sonidos de alguien rompiendo su manera en su casa con maza golpes, el sonido de muchas personas hablando ruidosamente, las carreras de los ruidos del motor, sierras de cadena, golpeando y golpes en la puerta de su dormitorio, incluso los sonidos de niños jugando y riendo o llorando o

pidiendo ayuda. Usted puede escuchar su nombre se llama en voz alta y clara, a veces por una voz

Te conozco bien. Esta voz generalmente indica algún tipo de emergencia en su casa, o simplemente

la demanda se levanta, ya que es algo importante que hay que atender allí mismo. Ellos

son tan reales que puede decidir (si no está preparado) para cancelar su proyección y averiguar qué diablos

que está pasando en su casa. "¿Qué tiempo", usted pensará, "justo cuando estoy en lo cierto al borde de mi

muy OBE primero ". Estos ruidos por lo general parecen ser de bastante cerca, a menudo desde fuera

la ventana o la puerta del dormitorio, o incluso desde el interior de su habitación. Usted puede pensar que su localidad tiene

desaparecido por completo las tuercas y decidió hacer algunas reparaciones de camiones tarde en la noche a las afueras de su puerta,

withjackhammers y sierras de cadena que va de paso total, que puede ser tan fuerte y que la real. He estado

engañado por la salida consciente muchas, muchas veces, especialmente durante mis primeros años de

conscientes de salida de la proyección.

Astral Voces

Una voz fuerte y agresiva astral puede ordenar (a menudo por su nombre) para detener lo que está haciendo

y regreso a su cuerpo inmediatamente, o se enfrentan a un terrible destino. El diálogo y el calendario de este

de voz (s) variará mucho de experiencia en experiencia, pero el objetivo principal será siempre el

mismo: para intimidar a abortar en su proyección. También puede escuchar una voz que habla con otro

Ellos

Una vez que el

parte.

218

por la sugerencia. Un gran número de personas que se han acercado a mí con problemas de ruido astral nunca había previamente oído hablar de los ruidos astral. Ellos no se esperaban, pero ocurrió de todos modos.

Ya he mencionado algunos de los tipos más temibles de ruidos astral, pero creo que merecen más mención a fondo. Los tipos de ruidos varían enormemente. Pueden ser muy fuerte y muy real.

Usted puede escuchar el sonido de campanas, sirenas, arrastrando pesadas cadenas y estertores en corrugado

láminas de hierro, los sonidos de alguien rompiendo su manera en su casa con maza golpes, el sonido de muchas personas hablando ruidosamente, las carreras de los ruidos del motor, sierras de cadena, golpeando y golpes en la puerta de su dormitorio, incluso los sonidos de niños jugando y riendo o llorando o

pidiendo ayuda. Usted puede escuchar su nombre se llama en voz alta y clara, a veces por una voz

Te conozco bien. Esta voz generalmente indica algún tipo de emergencia en su casa, o simplemente

la demanda se levanta, ya que es algo importante que hay que atender allí mismo. Ellos

son tan reales que puede decidir (si no está preparado) para cancelar su proyección y averiguar qué diablos

que está pasando en su casa. "¿Qué tiempo", usted pensará, "justo cuando estoy en lo cierto al borde de mi

muy OBE primero ". Estos ruidos por lo general parecen ser de bastante cerca, a menudo desde fuera

la ventana o la puerta del dormitorio, o incluso desde el interior de su habitación. Usted puede pensar que su localidad tiene

desaparecido por completo las tuercas y decidió hacer algunas reparaciones de caminos tarde en la noche a las afueras de su puerta, withjackhammers y sierras de cadena que va de paso total, que puede ser tan fuerte y que la real. He estado

engañado por la salida consciente muchas, muchas veces, especialmente durante mis primeros años de conscientes de salida de la proyección.

Astral Voces

Una voz fuerte y agresiva astral puede ordenar (a menudo por su nombre) para detener lo que está haciendo y regreso a su cuerpo inmediatamente, o se enfrentan a un terrible destino. El diálogo y el calendario de este de voz (s) variará mucho de experiencia en experiencia, pero el objetivo principal será siempre el mismo: para intimidar a abortar en su proyección. También puede escuchar una voz que habla con otro voz de usted, en voz alta discutir y criticar por su estupidez para tratar de salir de la cuerpo, dando a entender firmemente que esto es algo muy peligroso de hacer, o que este es un muy peligroso tiempo para ello. "Míralo! No se sabe nada? ¿Qué diablos es hasta ahora? Mira lo que que está haciendo ... oh no ... lo estúpido que puede ser él! "Et cetera.

Esta avalancha de entrada negativa hace que los proyectores para comenzar seriamente dudar de sí mismos. Ellos comienzan a preocuparse de que en realidad podría estar haciendo algo tonto o peligroso. Sin embargo, estos distraer e intimidar a las voces jamás dañan proyectores y debería ser ignorado por completo. Una vez que el la salida se ha hecho, estas voces se detendrá inmediatamente y no es motivo de los nunca se encontrarán.

Dos posibles causas de los ruidos Astral

Creo que hay dos posibles causas de los ruidos astral:

Accidental: Es posible que los sonidos naturales y las voces son recogidos por los sentidos mayor de la proyección de dobles, ya que sintoniza con las partes del local en tiempo real o el medio ambiente astral durante el prelude de la salida. La naturaleza aleatoria de estos ruidos sugiere que sólo se puede escuchar cuando hay es la actividad en el local en tiempo real o área astral a las causan. El estado de su cuerpo de energía, específicamente de la configuración activa de los centros de atención primaria en el momento de la proyección, también pueden desempeñar un parte. Es posible que algunos proyectores esporádicamente desarrollar un tipo de clarividencia, la capacidad de escuchar a la zona en tiempo real y la dimensión astral y oír voces de los espíritus y los sonidos, así como la voces de otros proyectores. En caso de simples ruidos astrales y las voces son escuchadas, y es el proyector ni directa ni indirectamente, a que se refiere, este es el escenario más probable.

Deliberada: Otra posibilidad es que algunos ruidos astrales son deliberadamente producidas y telepáticamente destinadas a proyectores de baja para la vida silvestre astral. Estos sonidos parecen ser muy inteligentemente diseñado ilusión de audio, una distracción astuto diseñado para preocuparse o engañar a un proyector en el abortar una salida inminente. Este engaño y el engaño es así en el tema con toda la aparente propósito de las manifestaciones de tipo elemental y habitante-.

Si este es el verdadero origen de los ruidos astral, a continuación, son simplemente una alternativa de audio para asustar a el habitante de tipo más visual-manifestaciones. Cuando el proyector se dirige o llamaba por su nombre, o indirectamente a que se refiere de ninguna otra manera, este es el escenario más probable.

Tratar con Astral Ruidos

----- Page 220-----
 ----- Page 220-----

Cualquier y todos los ruidos astral debe ser totalmente ignorado en la fase de salida de una OBE. Estos inofensivos efectos de sonido va a distraer y perturbar su equilibrio y le impide en proyectar si prestar atención a ellos. Esto es especialmente cierto cuando se trata de ser molestado o llamado por alguien dentro de su propia casa. No importa lo que oye y no importa lo que se dice, ignoran totalmente que!

Las posibilidades de cualquier derecho real de emergencia sucediendo en ese momento, cuando se está en el umbral de una salida de OBE, es remota en el extremo. Piense en ello. Si hubiera una real de emergencia, alguien en su casa seguro que entrar en su habitación y te despertaría. Ellos físicamente se agita despierto si fueron verdaderamente urgente. Además de esto, si alguien eran en realidad golpes en su puerta, el ruido real de este instante se te descarga de la estado de trance.

Amigos y miembros de la familia también por lo general no se te quedas en el otro lado de una puerta cerrada, golpeando y gritando a través de él, especialmente a altas horas de la noche o en las primeras horas de la mañana. Si de continuar con su proyección, se puede ir y comprobar para ver si hay una emergencia real en su casa, ya que su proyectado matrimonio. Si hay algo que realmente está sucediendo y que se necesitan realmente, puede a continuación, devuelva a su cuerpo, volver a entrar, y hacer frente a los momentos más tarde la situación.

Me han proyectado infinidad de veces sin tener en cuenta los ruidos y las voces astrales. Todo lo que siempre es muertos calma cuando finalmente salga de mi cuerpo. Nunca hay nada que me espera que podría haber causado todo el ruido antes y kafuffle. Esto demuestra que los ruidos y las voces astrales no son directamente relacionados con las manifestaciones asustar a más visual elemental y el tipo de habitante. Sólo porque se escuchan ruidos y voces astrales, no significa ningún tipo de manifestación asustar visual seguir este si continúa con la salida.

He sido capturado por los ruidos astral muchas veces en los últimos años. Es absolutamente indignante! He aprendido a ignorar la mayoría de los ruidos astral, cuando suceden, pero todavía me coge de vez en cuando; que puede ser tan convincente.

Agarrando las manos y otras molestias

Antes o durante la salida, usted puede sentir las manos frías y pegajosas agarrar y aferrarse a su cuerpo. Usted puede incluso ver las imágenes fugaces de miradas lascivas caras monstruosas y gruñendo a ti. Es posible que escuchar a estos seres oscuros, aparentemente echar a pique por la habitación. Est

as manos no hace daño a los proyectores;
que sólo puede asustarlos. Son un tipo de ilusión sensorial y debe ser ignorado. No
es motivo de
ellos siempre será evidente una vez que la salida se ha completado.

Antes o durante la salida, se puede sentir, ver, o escuchar una molestia, un
pequeño animal, a menudo de un perro
o un gato, puede saltar a la cama y empezar a lavarse la cara, o empezar a rasca
rse y gruñendo, o
molesta y distrae de alguna otra manera. Una variante es un amigo o familiar que
llegan a la
habitación, o tratando de entrar en la habitación. Esta persona rápidamente comienza d
istrae o molesta usted en
de alguna manera: exigiendo que se levanta de inmediato, o entrar en la habitación
y tocar o cosquilleo incluso
usted. Esta es una ilusión, y debería ser ignorado, tan duro como esto podría ser a la
vez.

OBE autostopistas

Un raro tipo de problema OBE que afecta a aproximadamente uno de cada doscie
ntos proyectores en algún
momento de su vida - una en tiempo real o un problema de bajo astral - es un aut
oestopista OBE, que le puede pasar a
proyectores experimentados y novatos. Después de la salida, te das cuenta de que a
lgunos se está llevando a cabo
a usted por detrás. A menudo se ve un par de brazos que rodean y aferrarse a usted
. Esto se
puede permanecer en silencio o puede hablar y hacer amenazas o sonidos amenazant
es. A menudo responderá si se habla
a. Usted puede sentir que se están llevando a todo por ella, o tal vez siente que
lo están llevando a ti mismo.

Si las respuestas a todos, siendo por lo general se dan respuestas a corto,
críptica, negativo o sin sentido,
que puede o no puede contener las amenazas. Incluso se puede afirmar que está ahí pa
ra ayudar de alguna manera-no
creer esto. Por lo general, será capaz de dar la vuelta y ver a su autoestopista.
Es frecuente encontrar un
de aspecto rudo rostro masculino con ojos evidentes. Cuando miró, se puede abusar
de ti en voz alta o te asusta en
de otra manera. Alternativamente, puede hacer y decir nada en absoluto. Incluso
puede parecer que el sueño o
inconsciente cuando miró.

En caso de que se preocupan por perder una oportunidad de ponerte en contact
o con el espíritu benéfico: una forma sencilla de
prueba de un espíritu (para decirle a un buen espíritu de un espíritu malo) es cortés pe
ro firmemente le pedirá que salir y regresar
en otra ocasión cuando se le llama en. Un espíritu de buena voluntad, entender y sal
ir de inmediato, y volver a

en otra ocasión cuando se le llama en. Un espíritu malo va a rechazar cualquiera de
los puntos-en blanco o se hacen un poco de
excusa, por ejemplo, que saben lo que es mejor para usted.

El consenso entre los proyectores es que estos autoestopistas se sienten atr
aídos por el miedo. Son más
probable que aparezca en momentos en que los proyectores se vuelven temerosos o
ansiosos durante una OBE. En algunos casos,
sólo tienes que pensar en el breve autoestopista y aparecerá. La medida preventiva más

sabio

es controlar el miedo y no pensar en la autoestopista de ninguna manera, ni siquiera por un momento. Unidad de todos los pensamientos de ella fuera de la mente y centrarse en la OBE en todo momento.

Siempre que sean lo suficientemente valientes, una buena manera de hacer frente a esta situación es valentía enfrenar o atacar a la misma. No escuches, no importa lo que dice. La demanda que sale de inmediato y amenazan con terribles consecuencias si no obedece. Si esto no funciona, cree un bate de béisbol o de otro tipo arma de la opción y usarlo para vencer a la manifestación hasta que salga. El arma debe ser creado mantiene firmemente en su mente para que no se derriten cuando se usan. Este procedimiento debe repetirse durante cualquier EFC futuro si vuelve a aparecer. Capítulo 35, "Astral de Autodefensa", proporciona detalles sobre la creación y uso de armas astral.

Si lo anterior no funciona, o si usted es demasiado tímido para una confrontación, o si la manifestación repite, negando su existencia a veces de trabajo, aunque esto generalmente toma más tiempo. Totalmente ignoran y niegan su existencia. Activamente no creen en ella y deshacer con la capacidad creativa. Imaginar y ver sus brazos desapareciendo y se siente el resto de la existencia desapareciendo detrás de usted. Un alternativa es hacer que estalló en llamas con la capacidad creativa y de tratar de quemar.

Que cambia de forma también se puede utilizar y la forma de cambiar el proyecto para hacer frente desazonar o mejor con la manifestación. Lo pequeño es más efectivo que el grande aquí, pero ambos deben ser juzgados. Si puede mantener la forma de una abeja o una avispa, que a menudo se pierde el autoestopista en el proceso. El uso de cualquier nivel de habilidad creativa es a menudo suficiente para ahuyentar a un autoestopista, ya que esto parece intimidar a los la vida silvestre astral.

Pasando lentamente a través de paredes y otros objetos sólidos pueden ayudar también. Mira este como el raspado de el autoestopista en la pared, ya que es penetrado. Otra idea es proyectar en la iglesia más cercana o casa de culto. Como este tipo de manifestación es un tiempo real o un problema de bajo astral, proyección directamente en los niveles más altos de los planos astrales perderá el autoestopista en el cambio dimensional.

Si todos estos métodos fallan, le aconsejo que busque los servicios de un chamán de la práctica de buenas (véase bibliografía). Me he referido proyectores con este tipo de problemas a los chamanes en muchas ocasiones, y el resultados siempre han sido positivos.

Superar el miedo

El miedo es un mecanismo de defensa natural. valor verdadero es la capacidad de controlar el miedo mientras continúa para funcionar de una manera razonablemente normal. Valentía no es la capacidad de sentir ningún miedo en absoluto.

Una de las mayores causas de fuera del miedo del cuerpo es la tendencia de la mayoría de los proyectores tienen para proyectar tarde en la noche antes de dormir. Un OBE definitivamente puede ser un poco en el lado espeluznante en el silencio de la

por la noche. Pero algunas personas se encuentran rodeados en un OBE por lo menos con la luz suficiente para ver por, incluso en las noches más oscuras. Esta luz, generalmente localizada en la zona inmediata del proyector, es llamada luz astral, y es generado por la mente subconsciente del proyector. Por lo general, se puede iluminado simplemente dispuesto a aclarar. El cabo de medio ambiente-cuerpo es sensible a la mente de un proyector. Siente la luz brillo y lo sucede. Busque este prometedor y esperamos que el área a su alrededor para iluminar. Ver las sombras se desvanecen y todo lo más claro y más distintos. El área alrededor de pronto se convertirá en mucho más brillante, lo que le seguirá el brillo donde quiera que vaya. Esperamos que siga y lo hará. Entonces todo será mucho menos sombrío y intimidante.

La manera más simple y más eficaz para reducir el miedo es proyectar durante el día. En lugar de tomando una siesta por la tarde, usted podría tener un OBE por la tarde. Usted obtendrá la misma cantidad de resto, pero se han divertido mucho más. No hay nada espeluznante sobre proyectando la luz del día, y no hay mucho más que hacer y ver durante el día. Si usted no tiene la oportunidad de proyectar en las horas del día, le sugiero un cambio inmediato en los planos astrales poco después de la salida. Los planos astrales son lugares muy interesantes que se pueden y suelen ser bien iluminado. No es nada espeluznante sobre los planos astrales, a menudo se encontrará a pleno sol una vez que llegar a él.

220

----- Page 222-----

Algún tipo o nivel de miedo por lo general se siguen afectando a nuevos proyectores hasta su auto-control se adapta mejor a la OBE. Con el tiempo, la exposición repetida al cabo de medio ambiente, el cuerpo elimina sus cualidades desconocidas, causando que los niveles miedo a caer significativamente. Fuera del cuerpo de la resistencia y la funcionalidad también mejorar constantemente la experiencia personal adquirida. Esto le da a los proyectores la libertad cada vez más y más.

No hay nada malo en tener un poco de miedo al proyecto. El miedo es saludable y te obliga ser cauteloso. Un poco de miedo y precaución le mantendrá vivo y coleando mucho más que temerario valentía voluntad. Mientras que usted puede controlar su miedo y no dejes que te consume, que le servirá así. Todavía me siento un poco de temor y ansiedad cada vez que sale del cuerpo. Realmente nunca sabes lo que voy a encontrar cada vez que salgo. Yo probablemente siempre se sienten al respecto saludable, a pesar de que han proyectado infinidad de veces y puedo controlar muy bien. Sé qué hacer y qué esperar, pero cuando se trata a fin de cuentas siempre hay un poco de ansiedad en la parte trasera de mi mente. Esto es especialmente cierto con una salida en la oscuridad de la noche, cuando el mundo en tiempo real es siempre un poco de el lado espeluznante. Control de sí mismo y ser tan valiente como usted puede y ac

aba de hacer su mejor nivel, no importa el miedo que te sientes por dentro. Nadie puede hacer nada mejor que eso, mis amigos.

La religión y la OBE

Muchas personas se preocupan de que están violando alguna ley religiosa, si se proyectan fuera de sus cuerpos. Se preocupan de que podría haber una línea de texto en la Biblia o algún otro libro sagrado que lo prohíbe, y que por lo tanto podría estar haciendo algo perjudicial para su alma. Hasta donde yo sé, no hay advertencias directas en la Biblia o cualquier otro libro sagrado, en cualquier lugar, que claramente prohíbe o advierte contra la proyección.

No es mi intención entrar en un debate religioso sobre esto. Estoy seguro de que mucha gente buena en el mundo haría las delicias en la corrección de mí en este asunto, y citan textos bíblicos que podrían interpretarse en el sentido de proyección y OBE son cosas malas. Pero la opinión religiosa contra OBE no viene de la experiencia personal y una investigación de las pruebas, pero por lo que creo que es sin relación interpretaciones textuales. Este tipo de argumento es por tanto considerado como el mejor conjeturas desinformadas.

Todo el mundo en los proyectos del mundo de una manera u otra cada vez que sueña. No hay excepciones a esta regla. Esto incluye todas las personas que condenan la práctica de la proyección religiosa por motivos. La gran mayoría de la gente simplemente no lo recuerdo, o como proyectores de sueño no tienen nada para recordar que realmente, aparte de un sueño ocasional. No hay nada oculto o misterioso OBE. Es una función completamente natural. Y, como todo el mundo lo hace inconscientemente, de todos modos, lo que razonamiento lógico podría posiblemente estar mostrando esta actividad perfectamente natural, no debería ser hace conscientemente?

Creo sinceramente disculpas si he molestar a nadie aquí. Sin ánimo de ofender se destina. Creo que nuestro Creador diseñó y nos hizo tal y como somos, con un cuerpo bioenergético que naturalmente genera las energías necesarias para proyectar durante el sueño. Todos somos intrínsecamente capaces, con un poco de práctica, de deliberadamente estimular la producción de estas mismas energías. Y, también podemos aprender a simular el estado natural del sueño de entrar en el estado de trance (cuerpo dormido mente despierta) para que podamos dejar nuestros cuerpos conscientemente. Si no se entiende que todos tengan la capacidad de funcionar fuera del cuerpo, entonces por qué fuimos todos nacidos con la habilidad innata para hacer justamente eso? ¿Dios comete un error al Dios nos dio, todos y cada uno, nuestros aspectos bioenergéticos y pura energía, junto con nuestras propias capacidades de proyección? No sucede lo creo. Yo creo que Dios es perfecto, como lo son todos de Dios creaciones, y que Dios es incapaz de error.

35. Astral de Autodefensa

Sea o no crees en la vida silvestre astral o entidades no físicas dependerá de sus creencias y la experiencia personal. Mucha gente dice que estas cosas, si es que existen, son probablemente sólo formas inofensivas pensamiento. Ellos dicen esto a pesar de que no tienen experiencia real en estas materias, y nunca han tenido que lidiar con este tipo de situación de primera mano. creencia intelectual se convierte en una especie de punto discutible si usted tiene que hacer frente a este tipo de cosas en persona

A pesar de la creencia y de si o no algo amenazante o potencialmente peligrosos es cada vez visto (y por lo general nada volverá a), es psicológicamente reconfortante y el encabezado proyectores tener una idea de cómo protegerse si es que alguna vez fuera necesario hacerlo. No me gusta detenerme en posibilidades negativas, pero aquí hay varios métodos de auto-defensa en un OBE. La proyectada doble - especialmente el doble en tiempo real - es un muy poderoso en comparación con entidades no físicas. Tiene una fuente de energía fuerte y renovables, el cuerpo físico / etérico, constantemente el suministro de sus necesidades energéticas. También tiene la capacidad de cambiar su tamaño y apariencia, y tiene la capacidad innata creativa con la que forjar herramientas, armaduras y armas.

Todas las bromas a un lado, una conciencia proyectada en tiempo real de doble e no tiene que soportar la desagradable ministraciones de los demás. Es capaz de proteger su integridad en cualquier situación, hasta e incluyendo confrontación energética extrema.

La libertad personal e integridad de cualquier proyecto de dobles, si incluso un poco consciente de su verdadera potencial, no sólo es un derecho divino natural, es aplicable. Usted sólo tiene que ser un poco valiente y hacer lo que son naturalmente capaces de hacer y de vida silvestre más astral se retiraron rápidamente. Aquellos que no se ejecutan de inmediato se encuentran superados por el constante renovables capacidad de energía potencial creativo y versátil de la proyectada doble.

Materia Astral

La cuestión de si o no la materia astral existe es discutible cuando se opera en el fuera-de-cuerpo el medio ambiente. la materia astral es el éter, la sustancia fundamental de que todas las dimensiones sutiles integrado, incluyendo la zona en tiempo real. Esto es extremadamente sensible a la conciencia, y reacciona a energía del pensamiento de la misma manera como la materia física reacciona a la fuerza. la materia astral puede ser moldeado por pensamiento en cualquier forma imaginable. creaciones pensamiento puede ser tan perfecto como para ser indistinguibles de la realidad.

Una forma de describir la naturaleza de la materia astral, especialmente cuando se trata de forma de pensamiento

creaciones, es establecer una comparación entre la materia astral y películas fotográficas expuestas. Cuando película virgen se expone a la energía de la luz, enfocado por la lente de una cámara, una imagen se graba en la película cuando la capa fotosensible de la película de productos químicos reacciona con las energías de luz. La calidad de la lente de la cámara y la calidad de la película y el papel que está impreso, además de la habilidad del operador, determinar la calidad de la imagen resultante.

Cuando la materia astral es expuesta a las energías pensamiento, enfocado por la lente de la mente, una imagen se empieza a formar, causada por la reacción de la materia astral sensibles a centrado el pensamiento creativo energías. La complejidad de la forma de pensamiento, la fuerza y durabilidad dependen en gran medida de la fuerza y la duración del pensamiento creativo generarla. La fuerza y la destreza de la mente creativa determina la calidad y la durabilidad de la creación resultante.

Creado formas de pensamiento

La capacidad de la proyectada doble para crear objetos deliberadamente forma de pensamiento-está bastante bien conocido. El mantenimiento de la existencia de una creación forma de pensamiento por cualquier periodo de tiempo, sin embargo, depende en gran medida de la fuerza creativa, la habilidad y experiencia del proyectador, y por la naturaleza de el nivel dimensional en el que operan. En la zona en tiempo real, por ejemplo, es más difícil crear deliberadamente formas duraderas pensamiento, ya que este es un ambiente mucho menos líquido de lo que se la dimensión astral adecuada. Los objetos pueden ser deliberadamente creadas, pero esto lleva mucho más tiempo y esfuerzo que se hace en los planos astrales. creaciones en tiempo real tienden a desaparecer con bastante rapidez, cuando en comparación con las creaciones más duraderas posibles en los planos astrales.

222

----- Page 224-----

Una forma de pensamiento creada puede ser cualquier cosa: una persona, un animal, un objeto, o incluso un escenario complejo y vistas panorámicas. Muchos practicantes de magia, paganos, y chamánicas pasar un gran cantidad de tiempo y esfuerzo hacer precisamente esto. Que crear y mantener los edificios, templos, talleres, herramientas, armas y seres, incluso de ayuda para su oficio.

Cuando una forma de pensamiento se crea uno nuevo, por lo general comienza a decaer y se desvanecen con bastante rapidez, a menudo casi el momento de su creador deja de trabajar en él. Por ejemplo, si crea un proyectador novato una espada nueva en la zona en tiempo real, que tomará forma durante varios segundos. A medida que el proyectador se centra y se construye con imaginación, poco a poco van a aparecer. Sin embargo, una vez que el esfuerzo empleado para generar cesa, la espada se iniciará derritiendo.

Para mantener un elemento en forma, un proyectador debe tener la conciencia de ese nuevo elemento presente en todos los veces hasta que se comienza a fraguar y se hace más duradera. Cuanto más tiempo se h

ace esto y más a menudo el mismo artículo se genera, el más duradero será. La naturaleza efímera del nuevo pensamiento formas no lo hace, sin embargo, dejar de un proyector de novatos de la creación de armamento eficaz. Energía pernos, por ejemplo, sólo necesita que se celebrará en la existencia por un tiempo muy corto para ser eficaz.

Las dificultades de crear formas de pensamiento duradera en la zona en tiempo real no afectan a la capacidad creativa de la mente subconsciente de la misma manera. Tiene mucho mayor que la capacidad creativa mente consciente. Si el subconsciente es engañado en un acto creativo por lo general al llevará a cabo su creación en forma, a menudo durante la duración de la proyección.

El poder creativo puede ser usado con un efecto devastador en el medio ambiente fuera del cuerpo, para disuadir y incluso dañar la vida silvestre astral problemático. Todo lo creado en el cabo de medio ambiente-cuerpo es relativamente sólida allí. Ya que se compone de la misma sustancia básica como el propio medio ambiente, es por lo tanto puede afectar directamente a los contenidos de ese entorno. La eficacia de un ser creado objeto también depende de la cantidad de energía que un proyector se imparte en él durante su creación.

Proyectores deben sentirse parte de su propia sustancia que fluye en cualquier artículo que crean. Este lo fortalece y lo hace más eficaz y duradera.

El enfoque tradicional de armas de combate astral es un proyector para visualizar y crear un espada y armadura. La armadura ofrece protección y la espada se utiliza como un ataque o la defensa arma. Espadas, cuando se creó, tradicionalmente debe ser bendecido con el poder de Dios antes de que se utilizados. Esto aumenta dramáticamente su eficacia, te recomiendo esto se haga antes de participar en combatir astral.

pernos de la energía también puede ser creado y lanzado al infractor la vida silvestre astral. Estos se hacen para explotar en contacto. Para utilizar un perno de la energía, la construcción de una bola brillante en blanco de la energía sobre el tamaño de una pelota de golf con su imaginación. Usted debe sentir un poco de su propia energía que fluye en esto como lo crea. Esto debe ser hecho para aparecer justo en frente de ustedes y rápidamente puso en marcha en el de destino. Usted debe mover el perno de la energía con la mente tan pronto como las formas, de sentir y ver y imaginar como se mueve rápidamente, ampliando a medida que vuela hacia el blanco. Esto se hace a punto de estallar considerablemente y en voz alta sobre el impacto de imaginar y sentir que la explosión, ya que las huelgas.

Con un poco de práctica, un perno de la energía se puede hacer en una fracción de segundo, con este proceso siendo rápidamente repetida para crear una barrera energética. Rayos de energía y las llamas también se pueden crear y obligados a disparar desde la punta de una espada, aunque esto requiere más concentración y práctica.

Otra forma de disparar rayos de energía es crear un lanzador de cohetes y el uso de este para disparar explosivos proyectiles de energía. Imaginar y crear el lanzador de cohetes mediante la celebración de su forma y firmeza en la imagen

mente. Concéntrate en esto hasta que se forma en las manos, sintiendo una parte de ti que desembocan en él, ya que formas. Por otra parte, sólo tiene que sentirse como la celebración de una realidad sin tratar de ver. Este arma se disparó con la mente, por el sentimiento como un disparo de proyectil de acción y las imágenes brillantes de ella y la explosión en el impacto. Usted debe sentir una parte de sí mismo va con cada co hete disparado. Usted Siempre tienen un montón de energía de sobra, sino que está siendo constantemente reabastecido por su físico / etérico contraparte. Cualquier tipo de perno de la energía puede causar daños a las entidades, alterando su contenido como de les quita energía.

El color utilizado para los proyectiles pueden ser variadas y de cualquier color brillante, pero de color negro o gris puede ser utilizado. El blanco es el color más fácil y más popular, pero mucha gente prefiere crear armamento energética con su color favorito.

Como la creación de elementos complejos puede ser difícil, sugiero nuevos proyectores de centrarse en un objeto simple a la vez. Creación de una sola arma, como una espada, o pernos simples de energía mediante la creación y su uso uno a la vez, son probablemente las formas más fáciles para empezar. La distracción de la creación y explotación en forma

223

----- Page 225-----

varios elementos es posible que algunos elementos a desaparecer, anulando así el punto de todo el ejercicio. Si un espada de simple es todo un proyector puede llegar a crear, a continuación, el proyector debe utilizar esto en su propio y no intentar crear armaduras de lujo. Mantenerse al tanto de la andfeel forma de cualquier objeto creado se evitar que se desvanece, a menos que haya una forma y solidez de su voluntad que no tiene ningún esfuerzo para espera.

El acto creativo

Para crear un objeto de forma de pensamiento, aclare su mente y concentrarse completamente en lo que va a crear. Construir y mantener el objeto deseado con su imaginación y ver andfeel este objeto como si fuera ya existentes. Mantenga su imagen muy en cuenta en todo momento; llenar su mente con la forma de la objeto deseado y mantenga esto mientras se forma, sentirse parte de ti mismo que desembocan en él. Será el objeto a la existencia y mantener la concentración hasta que esté totalmente formado.

En la dimensión astral, un objeto creado saltará a la existencia en muy poco tiempo y con poco esfuerzo consciente. Creación en la zona en tiempo real, sin embargo, requiere más esfuerzo y tiempo. Un objeto creado tenderá a desaparecer a la vista durante varios segundos, dependiendo en el esfuerzo del proyector y creativos de habilidad.

Si el elemento deseado tiende a desaparecer rápidamente, más esfuerzo se requiere para mantenerla en existencia, al igual que cambian de forma. Si un objeto de más duración se ha previs

to, que puede ser utilizado durante cada proyección, en algún momento se debe gastar volver a crear el mismo objeto al comienzo de cada proyección. En el principio, mantener los objetos creados tan simple como sea posible y utilizar exactamente el mismo receta mentales cada vez. Creado objetos - formas de pensamiento - poco a poco se vuelven más sólidos y tomar menos tiempo y esfuerzo para crear cada vez que se rehizo. Con el tiempo, usted encontrará sus elementos creados esperando allí para usted cuando su proyecto, o si será capaz de llamar a la existencia de un simple pensamiento cuando sea necesario. A continuación, mantenerse en forma, que requieren poco esfuerzo consciente para mantener en la existencia.

Un interesante fenómeno asociado con la espada, armadura, y la creación de armas es que bien detalle y la mano de obra a menudo aparece en ellos, así como variaciones en el tamaño y el estilo de lo que se en realidad reflejada en el acto creativo. El producto final puede parecer muy diferente de lo mental receta que surgió de. Es bastante fácil para mantener la forma básica y los detalles de una espada en cuenta al la creación, pero delicadamente grabado patrones, las runas de filigrana, complejo, secuencias de comandos, diagramas, elaborada joyas maneja, y los campos de energía son brillantes definitivamente no. Estos datos adicionales parecen estar siempre por algo que no sea la receta mental de la creación surgió de.

Hay dos posibles razones, creo yo. Es muy posible que la mente subconsciente del proyector desempeña un papel en esto, embellecer una espada creado como forma. Esto parece poco probable, sin embargo, porque si la mente subconsciente que está operando aquí lo más probable es crear la espada en tera en el primer su lugar. La creación sería entonces mucho más duraderas y tienen una menor tendencia a desaparecer.

Lo más probable, el proyector creación de la espada (totalmente por sorpresa) en realidad posee la espada que aparece. El proyector puede tener una asociación a largo plazo, posiblemente a través de conexiones de vidas pasadas o propiedad astral a largo plazo, con la espada en particular. Esta misma espada es, pues, convocó al existencia por el intento del proyector para crear una espada desde el principio

experiencias Astral combate como estos muestran algunas de las enormes posibilidades de la imagen proyectada doble. Es muy capaz de cuidar y defender la propia - si los proyectores se dan cuenta que son capaz de hacerlo. Como he dicho antes, el proyectado matrimonio es un ser muy poderoso. No tiene poner mansamente con las ministraciones cruel de la vida silvestre problemática astral de ningún tipo. Esto puede ser la razón por la fauna silvestre astral en general parecen evitar activamente encuentros directos con el tiempo real proyectores.

Me atrevería a decir que estos seres o sabe o puede sentir el potencial energético de tiempo real proyectores y que son, naturalmente, miedo. Esto puede ser por eso que ir a esas grandes longitudes poner nerviosos a los nuevos proyectores y asustar de nuevo en sus cuerpos, a me

nudo haciendo que renunciar a OBE por completo. Todos los proyectores conscientes es una grave amenaza para ellos y para su forma de vida. Piense en esto: si son lo suficientemente conscientes de los proyectores se les permitía deambular por el medio ambiente fuera del cuerpo a voluntad, el malos que tenga que desalojar la zona en tiempo real y volver a lo oscuro dimensiones remanso que se originó en.

224

----- Page 226-----

Recepción de una espada y armadura cuando se le solicite es el signo de que un proyector tiene a largo plazo conexiones en los planos astrales y superiores, de los cuales pueden ser totalmente inconsciente. También puede significar tienen de alguna manera pasó la prueba y ha sido promovido al servicio activo astral, por así decirlo. Pedir para su espada ideal se debe hacer en el inicio de una proyección en tiempo real, después de alejarse de su cuerpo físico. Usted debe levantar la mano y preguntar en voz alta, con profunda sinceridad y reverencia, para su espada. Si usted está listo para ello, que lo recibirá. Es tan simple como eso. Si su la primera solicitud no se responde, intente de nuevo la próxima vez que están fuera, y seguir intentándolo hasta que se listos.

Que cambia de forma

También es posible cambiar su tamaño, forma y apariencia de lo sensible fuera del cuerpo el medio ambiente. Que cambia de forma es muy posible que durante una proyección en tiempo real, pero, por supuesto, más fácil mantenga en la dimensión adecuada astral. Usted puede llegar a ser lo que usted piensa andfeel eres. Usted puede también ser tan grande como te gusta a ti mismo por simplyfeeling expansión y crecimiento, hasta que se elevan sobre lo que sea que ha tenido la temeridad de molestarte. A continuación, puede entrar en ella, patear, o golpear con el puño de gran tamaño o creado arma de elección.

Si lo prefiere, usted mismo canfeel cambiar en un gran depredador - como un león, el lobo, el elefante, águila, incluso el Tyrannosaurus Rex. El conocimiento de cualquier nueva forma que se mantiene firmemente en su mente y de cuerpo entero la conciencia en todo momento. Puede tomar un poco de esfuerzo para mantener una nueva forma para cualquier longitud de tiempo. El secreto del éxito que cambia de forma es muy similar al secreto de aprender a ser un árbol de éxito en una clase de teatro. Aprender cualquier forma nueva es como aprender a desempeñar un nuevo papel en un juego, y por lo tanto requiere de práctica regular. La imaginación creativa y la capacidad de mantener un cambio sensación de cuerpo entero conciencia de sí mismo son las únicas limitaciones de que cambia de forma. Sugiero que todos los nuevos que cambia de forma proyectores elegir una forma y seguir con él hasta que aprenda a usarlo. Al igual que con cualquier creación forma de pensamiento, la nueva forma se hará progresivamente más fácil de usar con la práctica.

----- Page 227-----

36. A últimas palabras

Si las enormes implicaciones de la mente-split y el pulso akáshicos son considerados, algunos de los complejidades más difícil de la vida y la conciencia puede ser comprendido con mayor facilidad, e incluso entiende un poco. Yo te pregunto: ¿Qué es más real, el cuerpo físico o sutil de la perfección su proyectado matrimonio?

6. A últimas palabras

Si las enormes implicaciones de la mente-split y el pulso akáshicos son considerados, algunos de los complejidades más difícil de la vida y la conciencia puede ser comprendido con mayor facilidad, e incluso entiende un poco. Yo te pregunto: ¿Qué es más real, el cuerpo físico o sutil de la perfección su proyectado matrimonio? Cada uno es capaz de pensamiento independiente y la acción, con cada uno que es totalmente capaces de sostenerse y diciendo: "Creo que ... luego existo!" Entonces, ¿cuál es la más real?

Si el carácter multidimensional de la conciencia humana es aceptada, como puede ser experimentado de primera mano a través de la dualidad de la mente-partió a corta distancia, un gran complejo de muchas cuestiones y preguntas. Estas sugieren la posibilidad muy real de que varias copias de la misma mente al mismo tiempo puede existir en muchos niveles dimensionales.

Esto abre el camino a una mayor posibilidad subyacentes en un nivel superior de conciencia: que múltiples encarnaciones de un mismo espíritu puede ocurrir al mismo tiempo, vivir a través de diversos cuerpos físicos al mismo tiempo.

Si se considera, esto apunta a una posibilidad aún mayor: el de la existencia de un ser espiritual subyacente parentesco entre cada ser viviente en este planeta. En el verdadero sentido de la palabra, creo que estamos todos los hermanos y hermanas bajo nuestros exteriores carnosos. Todos estamos íntimamente conectados y relacionados, todos los uno a la luz del Gran Espíritu Blanco que brilla desde el centro de nuestro universo multidimensional.

Si reflexionar un rato sobre el funcionamiento del pulso akáshicos, es razonable sugerir que en última instancia, todos compartimos un origen común y de destino, independientemente de su raza, religión o género; incluso de las especies para el caso. Cada uno de nosotros es una parte integrante de The One, con todos nosotros compartiendo las mismas raíces espirituales. También compartimos una relación muy compleja entre sí a través de las ministraciones delicado equilibrio del karma, como energía aplicada a través de la ley universal de vida cuando los vientos soplan astral a través de akasha, que afectan profundamente a nuestras vidas.

¿Y qué de la muerte, me lo preguntas? ¿Qué hay de ese viaje último gran desconocida en

el que cada uno de seguramente nos llevará a cabo un día? Lo de la muerte? La muerte es el final de la proyección de la cuerpo físico, que último viaje de ida con destino al final de la vida. La única diferencia entre cualquier ser vivo proyección y la última es la falta de tener un cuerpo físico para volver a la final de la misma; porque no habrá fin. A continuación, se mantendrá libre y sin restricciones por las limitaciones de la carne la ignorancia, perdió todas las fronteras, con más libertad y capacidad de lo que jamás imaginó durante cualquier proyección de vida, de verdad una proyección ilimitada.

Y, si usted ha tenido alguna experiencia con la proyección consciente de salida ya, no se hacer nada que no haya hecho antes. El miedo y el aguijón de la muerte por lo tanto puede ser aliviado en gran medida, con la posibilidad de que la vida continúa después de la muerte que trasciende la mera posibilidad, cada vez en una muy probabilidad real. La realización de la vida después de la muerte es mucho más fácil aceptar a través de personal experiencia, a través de la experiencia de vida adquirida a través de OBE. A continuación, puede ir con cuidado - no, paso con valentía - en esa noche oscura!

Creo que el potencial incalculable permanece inactivo dentro de la raza humana, individual y colectivamente. I tienen grandes esperanzas y ver un futuro brillante para nuestra raza. Creo que en algún lugar de nuestra creciente comprensión de la profunda unidad energética de nuestro espíritu colectivo humano, y de su profunda enredado naturaleza interdimensional, nos encontraremos con un mayor significado a la vida misma.

Sueño que un día vamos a encontrar la clave para desbloquear este potencial mayor, lo que nos libera de la esclavitud de la carne y empezando a comprender la verdadera naturaleza de esta realidad que todos compartimos. Esto nos puede llevar a una comprensión más profunda de nosotros mismos y de los demás y de todas las otras formas de vida las formas del universo. Más importante aún, esto nos puede llevar un poco más a los más grandes comprensión de todos - El Significado de la Vida.

Antes de terminar, me gustaría darle las gracias por leer mi libro y que te deje con último bocado a la reflexión:

Si usted comienza a entender su potencial creativo ya que se libera durante una OBE, en la que convertido en un verdadero creador de su propio derecho, ¿podría empezar a aceptar su relación personal con una mente infinitamente más creativo? Esa mente dijo una vez, hace un tiempo muy, muy largo, camino de regreso en el principio de todo ... "Hágase la luz!"

Glosario

Akasha: El medio de energía de base, el éter, que impregna todas las dimensiones.

Akáshico: De, de, o relacionados con Akasha.

Akáshicos Pulso: El flujo cósmico de la Fuente, durante un episodio Akáshico pulso. También

ver: Akasha, episodio del pulso Akáshico, Registros Akáshicos, de viento Astral, Semillas de conciencia, La Fuente.

Akáshicos Pulso episodio: Un evento regular interdimensional cósmico, cuya frecuencia es

desconoce en este momento. Comienza con el viento se llevó Astral la recogida de los proyectados dobles de todos los

seres conscientes en el universo, incluyendo los de las traviesas, y su transporte a la

más alto nivel dimensional para el ajuste de la Fuente, de acuerdo con la ley y kármica. Este evento

termina cuando el Akáshicos Pulso todos vuelven a sus cuerpos físicos, entonces todo

que contiene las semillas conciencia nueva o actualizada. Ver también: Akasha, pulso Akáshico, Akáshicos

Registros, viento Astral, el Karma, la Ley Kármica, La Fuente, la Ley Universal.

Registros Akáshicos: Una infinita, sin fin, interdimensional, energético eco de campo, que contiene

perpetua eco generó por todos y cada acto de conciencia, en forma energética. Los niveles de

Los Registros Akáshicos se puede acceder y percepción (vista) de diversas maneras durante una OBE,

con el más común es el tradicional "biblioteca" escenario. Si bien los registros Akáshicos son

Generalmente se considera que un depósito estructurado esotéricas de todo el conocimiento, son

(Según el autor) una persona física, la vida relacionada con el fenómeno interdimensional, un energético

medio que puede ser "accesible" y "aparente" en un "aparentemente" de forma estructurada. es decir, como

que contiene registros detallados de todos los acontecimientos pasados, más probabilidades de futuros generados por estas, que

puede ser percibido como "visibles" los acontecimientos. Los eventos pasados y futuros, incluso se puede experimentar "en primera

mano "durante una OBE, con el proyector de entrar en un registro o de la visión y convertirse en invisible

espectador. Ver también: Akasha, episodio del pulso Akáshico, Registros Akáshicos, de viento Astral,

Semillas de conciencia, el karma, la ley kármica, La Fuente, la Ley Universal.

Ángulo de la percepción: En el contexto de este libro, es decir, la forma en que percibe un proyector

el cabo de medio ambiente del cuerpo durante un OBE, con este ser particularmente afectadas por sus

maquillaje energética en el momento. Ver también: Maquillaje Energética.

Cuerpo Astral: El vehículo energética (o proyectado para dos personas) para viajar dentro de los planos astrales.

Véase también: Cuerpo en tiempo real.

Votos Astral: comentarios telepática entre el cuerpo físico / etérico y sus proyecciones

doble. Ver también: Las complicaciones de la Conciencia, conflictos energético

s, Split-mente, mente-
Efectos de Split.

Astral Momentum: La tendencia de la proyectada doble para seguir avanzando después de la
mental y la conciencia de acción para provocar su movimiento ha cesado. Ver también: Conciencia
Impulso.

Astral ruido: un fenómeno inofensivo, pero a menudo perturbador. Esto se describe mejor como un
alucinación auditiva, donde un proyector oye ruidos fuertes e incluso voces a su alrededor,
durante el prelude de una salida OBE. Ver también: La vista astral, Fauna Astral, Morador en el
Umbral, los elementales.

227

----- Page 229-----

Astral-Plano de entrada Estructura: Una estructura de entrada basada en la percepción, a través del cual la
las partes internas de un plano astral se pueden introducir. Hay tres tipos principales: tipo tubo, plano-
tipo y el túnel de luz. ¿Qué tipo es percibido por un proyector durante una OBE, es en gran medida
afectados por su composición energética en el momento de su proyección. Ver también: ángulo de
La percepción, la piel Astral-plano de la superficie, maquillaje Energética.

Astral Planes: La parte estructurada de la dimensión astral, que es supuestamente dividido en siete
distintos niveles (comúnmente llamados planos astrales) con cada uno de estos contiene muchos sub-niveles
y sus partes. Véase también: Estructura Astral-Plano de entrada, mundos astrales y reinos, Astral
Subplanos.

Astral-plano de la superficie cutánea: La superficie de la piel de un plano astral. Este es un infinito, dos
dimensiones, la red alineados estructura. Su superficie está dividida en cuadrados ordenada, con cada cuadrado
que tiene un color base y un patrón central elaborado, repetido hasta la saciedad en todos los demás
cuadrado. Ver también: ángulo de percepción, Estructura Plano Astral de entrada, planos astrales,
Maquillaje Energética.

Astral Projection: Un OBE, donde el proyector entra y opera dentro de la dimensión astral,
o planos astrales. Ver también: Aviones Astral, Proyección OBE, en tiempo real.

Astral Reinos y Reinos: distintas partes internas de los planos astrales, cada una con un conjunto
medio ambiente y el tema. Varían mucho en tamaño, desde la de un pueblo pequeño país a un
mundo entero o más grandes, estos a veces son habitados por seres astrales o mentes
inteligencia.

La vista astral: La capacidad visual sensorial de la doble proyectado durante un a OBE. También se utiliza para describir la capacidad del cuerpo físico para ver en la dimensión astral, que es un tipo de clarividencia. Esta habilidad es a menudo experimentan los proyectores durante el prelude de un OBE, o durante los intentos de proyección donde no hay salida real se logra. Ver también: Ruido Astral.

Astral subplanos: niveles internos y las piezas contenidas en un solo plano astral.

Astral Fauna: Cualquier ser energético o habitante de los planos astrales inferiores, que tienen un bajo orden de la inteligencia. Estos seres son inofensivos para los proyectores, aunque muchos tipos tienen una disposición travieso, animal o negativo. Su poder se limita a inducir el miedo en proyectores, a través de los distintos tipos de ilusión, el engaño y el engaño. Aunque mejor pensado como una rareza, estos seres se encuentran ocasionalmente en la zona de tiempo real - sobre todo durante el noche, ya que parecen evitar la luz del día.

Astral Viento: Un fenómeno experimentar ocasionalmente los proyectores frecuentes, donde un fuerte como el viento sopla vigor el proyector a través del espectro de dimensiones para el gran centro. Ver también: Pulso Akáshico, episodio del pulso Akáshico, La Fuente.

Conciencia de manos: Los puntos focales de la conciencia corporal, que sirve para manipular y estimular el etérico cuerpo y sus centros de energía. También se usa para trance y técnicas de OBE salida. Ver también: Móvil Conciencia corporal, imágenes táctiles.

Conciencia Momentum: La naturaleza de una acción de conciencia corporal para continuar en su propia durante algún tiempo después de la acción deliberada de la conciencia que provocó que se ha cesado. Ver también: Momentum Astral, Manos conciencia.

Conciencia Resistencia Factor: La resistencia que se siente cuando la conciencia las manos se mueven demasiado rápidamente a través de la sustancia del cuerpo de energía. Ver también: Manos conciencia, acción de rebote.

Bioenergética: Una construcción basada en la "energéticos", en particular sobre energía (energía) funciones y manifestaciones de la energía del cuerpo humano que afectan, se ven afectados por, o son relacionados con las funciones biológicas del cuerpo físico: IE, elevar la energía hace que la energía movimiento que se percibe como una sensación física, como resultado de "Bioenergética" estimulación de terminaciones nerviosas en el cuerpo físico. Además, los conflictos Bioenergético,

Bioenergética estimulación,
desarrollo bioenergético, etc. Ver también: Energética, Energéticamente, Pure-Energético,
Energía-Movimiento de sensaciones.

De conciencia del cuerpo: El sentido de la conciencia del cuerpo físico, la sensación táctil de tocar y sentir, y
la conciencia del espacio ocupado por el cuerpo físico. Ver también: Manos conciencia, Móvil
La conciencia del cuerpo, imágenes táctiles.

Bounce Acción: Cuando un punto de conciencia del cuerpo se mueve rápidamente a través de lo físico / etérico
cuerpo para producir estimulación generalizada en el cuerpo etérico. Ver también: Resistencia Conciencia
Factor.

Respiración Conciencia: Similar a una vieja técnica Zen, donde se centra la acción de respirar bajo.
Aliento conciencia se utiliza para vaciar la mente y mantener en claro durante largos períodos de tiempo, por
la meditación, el trabajo de trance y proyección astral.

Cejas Center: un centro de energía primaria (o principal Chakra) situado en la frente, entre los ojos.
También se llama El Tercer Ojo. Ver también: Chakras, centros de atención primaria de energía.

Zona de Amortiguación: Una en el medio campo, o de la zona, dividiendo dos niveles diferentes dimensiones.

Chakras: término del Este, también llamado psíquico Center, Centro de Energía, o Centro Primario de Energía.

Telarañas: Un irritante, cosquilleo, a veces ligeramente escozor, sensación de energía-movimiento, que
se siente como telarañas o pequeños insectos están tocando la superficie de la piel. A menudo se nota en los
estado de trance, este es el más comúnmente se siente en el área facial, aunque puede ocurrir en cualquier parte
el cuerpo físico. Esto es causado por el movimiento de energía a través y sobre la piel de la
cuerpo físico, lo que puede sobre-estimular los nervios de la piel, causando una leve irritación. Ver también:
Energía-Movimiento de sensaciones, vibraciones.

Las complicaciones de la conciencia: Las complicaciones y los conflictos causados por un espíritu no físico
encarnarse en un ser biológico. Véase también: Comentarios Astral, los conflictos energéticos, Split-Mente,
Mente-Split efectos.

Semillas de conciencia: las gotas influyentes de la energía, o semillas, depositadas en lo físico / etérico
cuerpo después de un episodio Akáshico pulso. En ellas se establecen las fortalezas y debilidades relativas de la
complejo de atracciones y repulsiones, que rigen las acciones de la Ley Universal, según lo establecido por Kármica
Ley. Ver también: Pulso Akáshico, episodio del pulso Akáshico, Registros Akáshicos, de viento Astral.

Deja-Vu: Un tipo de experiencia precognitivos, una sensación de conocimiento interno, de haber visto, hecho o experimentado algo antes de un evento real. Este fenómeno es (según el autor) un a común efecto secundario de Akáshico episodios de pulso. Ver también: Episodio pulso o Akáshico.

Sueños: Soñar es un proceso interno mental del cuerpo físico, que normalmente se produce después de que se ha quedado dormido. Si bien el autor clasifica los sueños como un proceso mental interno, los sueños tener lugar en otro conjunto de dimensiones, dimensiones sueño, que no son mentos reales que cualquier

229

----- Page 231-----

otra dimensión, es decir, la dimensión astral. Lucid Dreams también tienen lugar en el sueño dimensiones.

Dualidad: La sensación de darse cuenta de que están vigentes en dos cuerpos separados, el cuerpo físico y su proyectado matrimonio, durante una OBE. La dualidad es causado por el efecto de la mente dividida, y por lo general sólo se realiza cuando se reciben las percepciones de ambos órganos al mismo tiempo. Por ejemplo, que los proyectos y comenzar a operar en un lugar remoto de su cuerpo físico, pero aún consciente de algunos estímulos sensoriales, por lo general los sonidos y los sentidos táctil, que viene de su físico cuerpo. El centro de la conciencia también a menudo parpadeo de un lado a otro, entre lo físico y su proyectado matrimonio durante una OBE. Ver también: Mente-Split, Split Efectos mente, a distancia Ojo.

Morador en el Umbral: Una manifestación inofensivo, pero inquietante (a menudo atoradora), donde un proyector se enfrenta a un oscuro y amenazante, inmediatamente después de salir de su físico cuerpo durante un OBE. Ver también: Ruido Astral, Fauna astral, los elementales.

Elementales: los seres inofensivos con poco poder y la inteligencia muy bajo. Con frecuencia, tener un mono- como el aspecto y el carácter travieso, estos seres parecen deleitarse en el miedo y atormentar a los proyectores de novato, a través de engaño e ilusión, especialmente durante sus primeros proyecciones conscientes de salida. Ver también: Ruido Astral, Fauna Astral, Morador en el Umbral.

Energética: Ampliamente utilizados en este libro. Sin opción viable la acepción del diccionario de esta palabra es "doblada" para cubrir la energía (energéticos) manifestación de la energía del cuerpo humano, y de sus diversos órganos sutiles, incluyendo su proyectado matrimonio: es decir

, el valor energético, Energética actividad, el aspecto energético, la función energética, etcétera. Ver también: Energéticamente, Bioenergética, Pura-Energético, el Cuerpo Etérico.

Energía: Una extensión de "energéticos", en relación con cualquier tipo de energía (energía manifestación, la sensación, afectar o efecto: es decir, energéticamente hablando, Energéticamente sonido, Energía basada en Energéticamente detectado, Energéticamente experiencia, etc. Ver también: Energética, bioenergética, Pure-energético.

Energética ángulo de la percepción: Véase: ángulo de la percepción.

Conflictos energéticos: En el contexto de este libro, lo que significa que ninguna energía, empática o telepática los conflictos entre el cuerpo físico / etérico, y su proyectado matrimonio. También significa que el conflictos energéticos causados por la presencia de la conciencia despierta, durante una plena conciencia salida de OBE. conflictos energéticos son responsables de las sensaciones de salida pesados, por ejemplo, latidos cardíacos rápidos, fuertes vibraciones, pulsaciones, la presión y el cuerpo de adrenalina como juncos, a menudo experimentan los proyectores novato en EFC temprana. Véase también: Comentarios Astral, las complicaciones de Conciencia, las sensaciones Salir.

Energética Maquillaje: La calidad energética de valor, y la fuerza relativa de una proyección doble. Este se encuentra fuertemente afectada por la configuración activa de los centros de energía primaria (o mayor chakras) durante una OBE. Esto establece la capacidad de una proyección doble. También limita su nivel de las operaciones a niveles dimensionales en sintonía con su valor energético en ese momento. Ver también: Ángulo de la percepción.

La energía del cuerpo: Ver cuerpo etérico.

Energía-Movimiento Sensaciones: Como la energía es generada, transformada, acumulada, y se trasladó sobre el cuerpo físico / etérico, los nervios en el cuerpo físico a menudo se convierten en-estimulado. Esto causa una variedad de hormigueo, zumbidos, palpitaciones, pulso y revoloteando

230

----- Page 232-----

sensaciones, a menudo se sentía como barrer a través del cuerpo físico en las ondas, o como todo el cuerpo adrenalina-como juncos. Véase también: Bioenergética, telarañas, Vibraciones.

Etérico del cuerpo: El cuerpo sutil más estrechamente asociados y enredado en la física a cuerpo. También a menudo se llama el cuerpo energético, etérico vaina, funda la vitalidad, la vitalidad del cuerpo, o periespíritu. El cuerpo etérico también puede decirse que es la sustancia esencial como pegamento, que se une

encarnar un espíritu a la carne de su cuerpo físico. Partes del cuerpo etérico se puede ver con la clarividencia (o vista áurica) como una ampliación de una pulgada o tan fuera del cuerpo físico, como banda de niebla de color azul pálido o blanquecino. Ver también: Materia Energética, Etérico.

Etérea la Materia: La sustancia no física energético de la energía del cuerpo (o cuerpo etérico). Este puede deberse a que existe en una variedad de formas diferentes, y es mejor pensar en como algo similar al ectoplasma, pero en general es invisible para el ojo desnudo. Esto puede ser visto con clarividencia o la vista áurica, y también a menudo inexplicablemente aparecen en las fotografías, tan pálido, forma indistinta, nebulosa y figuras. Véase también: Cuerpo etérico, formas de pensamiento.

Etérico / Tiempo Real Doble: El vehículo de base nivel energético (o cuerpo sutil) generados durante una Near Death Experience (NDE), después de que el cuerpo físico se ha convertido temporalmente fallecido. También el estado de la existencia experimentados inmediatamente después de la muerte del cuerpo físico, que suele ser en la zona de tiempo real. Véase también: Cuerpo etérico, ECM, cuerpo en tiempo real, la zona en tiempo real.

Salida: En el contexto de este libro, a menudo significa "La Salida" de la proyecciones dobles, ya que deja los límites de su cuerpo físico durante una proyección de OBE o astral.

Sensaciones de salida: Las sensaciones de movimiento de energía, a menudo pesado, con experiencia en la fase de salida de la Orden del Imperio Británico, por ejemplo, latidos rápidos del corazón, las vibraciones y la presión. sensaciones fuertes de salida son a menudo experimentados por proyectores novatos en las proyecciones iniciales. Estos siempre poco a poco la facilidad, como la experiencia y el desarrollo se ganan por un proyector. Ver también: telarañas, Energética, Los conflictos, sensaciones de movimiento de energía, vibraciones.

Flicker Técnica: Una técnica diseñada por el autor, para ayudar a superar la pérdida de la memoria OBE los problemas. Una técnica de reentrada OBE, donde la conciencia se le permite a parpadear entre el sueño / estado despierto en un tiempo predeterminado. Una breve ventana de tal modo se creó artificialmente, por el estado vacilante, a través del cual los recuerdos OBE se pueden descargar en los niveles de acceso de la memoria. Ver también: Descarga de memoria, memoria de la sombra.

El Centro de los Grandes: Nivel superior del espectro dimensional. Ver también: La Fuente.

Proyección Interior-Cuerpo: La transferencia interna de despertar la conciencia en el cuerpo etérico, como el estado de trance se introduce. Esto también ocurre mientras se queda dormido. Ver también: estado de trance.

Diálogo interno: charla superficial causada por la mente pensamientos al azar, tam

bién llamada mente de mono.

Ver también: Mente superficial.

Karma: En opinión del autor, el Karma es lo que se conoce como pecado en la Biblia . El karma es

la fuerza acumulada influencia generada por todos los actos pasados de la conciencia, positiva y negativas, de buenas y malas acciones. A través de Karma, el espíritu está habilitado para obtener la vida real experiencias que necesita para progresar espiritualmente (a través de la experiencia de vida), a través de múltiples encarnaciones en la dimensión física. Karma permite un espíritu de mantener un equilibrio, vida tras vida, y ayuda a evitar la posibilidad de la corrupción del alma. El karma no es un proceso de recompensa y castigo. Karma ofrece la armonía espiritual a través de un proceso de cumplir el equilibrio espiritual. Véase también: Ley de Karma, la Ley Universal.

231

----- Page 233-----

Ley Kármica: Por cada acto de conciencia realizado por un individuo, un igual y opuesta

la reacción se genera, que es el tiempo que se les inflige a su vez por la Ley Kármica. Esto es acertadamente expresada por los dichos populares: "Lo que va, vuelve" o "como por lo que se siembra habéis de aprovechar "Ver también: Karma, la Ley Universal.

Koala: Un Koala es un pequeño, que habita herbívoros, árbol, el oso-como, envasados en bolsas de mamíferos, se encuentran en la isla-continente de la soleada Australia, comúnmente se llama un oso koala.

Kundalini: Kundalini es el nombre tradicional del este de lo que se llama: "el circuito maestro"

dentro de este libro. Kundalini es el más fuerte de todos los circuitos bioenergéticos humanos - lo último expresión bioenergético del ser. Cuando esto está totalmente activado (cuando Kundalini se eleva), un de gran alcance, movimiento interno, la energía serpiente se siente, a menudo acompañado de una sensación de ardor dolorosa sensación. Esta "serpiente" la fuerza es la sensación de desenrollar de tres y media vueltas en el interior de la física cuerpo, en dirección hacia arriba y en sentido horario: de ahí el término oriental de uso frecuente para describir este fenómeno profunda energética: "La Serpiente de Fuego".

Lucid Dream: Cuando un soñador se da cuenta, o se despierta dentro de un sueño, se dice que se

"Sueño lúcido".

Lucid Dream Proyección: Es una técnica mediante el cual un WILD o reactivación inducida a sueño lúcido, puede

lograrse como una alternativa a una salida de OBE completo.

Descarga de memoria: En el contexto de este libro, es decir, la descarga de los recuerdos OBE

en los niveles de almacenamiento de memoria consciente y revocables, de lo físico

ico / cuerpo etérico / mente. No

descarga de memoria se produce cuando los recuerdos OBE se descargan en el subconsciente y

niveles inconscientes de la memoria. Esta es la causa principal de la gran mayoría de las EFC no.

Sin la memoria de él, un OBE no tuvo lugar, no en función de la mente consciente y

sus recuerdos revocables, después de una descarga de memoria no, o no OBE. Ver también: La Sombra

La memoria.

Las imágenes metafóricas: En el contexto de este libro, este término se aplica particularmente a vivir

visiones y experiencias de acción OBE visión, visto o experimentado de primera mano durante una OBE.

Estas capas contienen símbolos metafóricos y acciones simbólicas, lleno de significado oculto,

a menudo disfrazado de escenas de la vida real al parecer, durante la visión y la visión hacia fuera-de-cuerpo experiencias.

Mente-Split: La división de la conciencia en dos partes idénticas, que se produce durante cualquier tipo de

OBE. La mente-división se produce al comienzo de cualquier OBE, antes de la salida de la proyectada

doble de su equivalente físico. Hay dos cuerpos en un OBE (una física y

un sutil o energético - proyectado para dos personas). Dos mentes (uno físico y uno energético)

Por tanto, existen. Cada una de estas funciones de forma independiente de la duración de la Orden del Imperio Británico, hasta el reingreso

se produce cuando se reintegran, convirtiéndose en una mente otra vez. Ver también: Efectos de Split-Mente.

Mente-Split Efectos: En particular, los efectos de la mente-split tiene sobre recuperación de la memoria OBE. La

comúnmente se siente sensaciones de la existencia de doble, que de existir en más de un lugar en la misma

tiempo, durante una OBE. También significa que la interacción telepática, energético y de empatía y

conflictos, que se producen entre el cuerpo físico / mente y su cuerpo proyectado / mente. Ver también:

Votos Astral, las complicaciones de la Conciencia, conflictos energéticos, Descarga de memoria,

Mente-Split.

Móvil de conciencia del cuerpo (MBA): La capacidad de mover y enfocar la conciencia del cuerpo en diferentes

lugares, en o dentro del cuerpo físico. Ver también: Manos conciencia, la conciencia corporal,

Imágenes táctiles.

Experiencia Cercana a la Muerte (ECM): Cuando una persona muere temporalmente y experimenta un gran alcance

OBE, hasta que sean resucitados. Ver también: Etérico / Tiempo Real doble.

Fuera de la experiencia extracorporal (OBE): Cuando la conciencia se percibe com

o existente y operativo

fuera de su cuerpo físico. También se llama configuración rápida, proyección, o proyección astral.

Física / Etérica cuerpo: físico y etérico cuerpos combinados. En particular, cuando se trata de

experimentar el estado de trance, donde el cuerpo etérico se ha convertido en activo y amplio un poco.

También se aplica a la física / cuerpo etérico durante una OBE, después de que el proyectado matrimonio ya ha

se separaron. Véase también: Cuerpo Etérico, la proyección interna-Cuerpo, Mente-Split, Trance Estado.

Primaria Centros de Energía: Los órganos principales bioenergéticos, o transformadores de energía, de la

energía del cuerpo. Ver también: Chakras.

Proyectables doble: el tiempo real de doble generados internamente, antes de su proyección fuera de su

cuerpo físico / etérico, donde se convierte en el proyectado matrimonio.

Proyección de dos plazas: El vehículo energética (o cuerpo sutil) una vivienda funcionamiento, copia energética

de la mente de un proyector y recuerdos, fuera de su cuerpo físico durante cualquier tipo de OBE.

Proyección Mecanismo: El mecanismo de energía que genera y expulsa a continuación, la proyectables

doble, fuera de los límites de su cuerpo físico, durante la salida de la OBE o proyección. Ver también:

Salida, de proyección Reflex.

Proyección Reflex: Cuando el mecanismo de proyección llega a cierta etapa, el punto energético de

no retorno que se llegó. La expulsión de la proyectables doble fuera de los límites de su físico

cuerpo, entonces se convierte en un acto reflejo. Orden del Imperio Británico no se puede interrumpir una vez que el reflejo de la proyección se ha

ha sido accionado. Véase también: Proyección de doble mecanismo, de proyección.

-Energético puro: Una construcción basada en la "energética" se refiere especialmente a alto nivel energético

(Energía) las funciones y manifestaciones de la energía del cuerpo humano, que no específicamente

aplicar a su cuerpo físico. Por ejemplo, la mayor energética (energía) las funciones de la energía

cuerpo y sus centros de energía primaria (chakras principales) causan habilidades psíquicas. Una habilidad psíquica

es, pues, una función pura de la energética, o la manifestación pura de energía, de la energía del cuerpo humano.

Sin embargo, las manifestaciones de pura energética a menudo causan sensaciones Bioenergética, la sensación de

sensaciones físicas, es decir, el típico zumbido pulsátil y que emanan de activo principal

centros de energía (chakras mayores). Pura energético también puede referirse a las funciones de energía y

manifestaciones de los cuerpos sutiles sobre el cuerpo energético humano, es decir, el cuerpo astral. Ver también:

Bioenergética, Energético, energicamente, el cuerpo etérico, centros de atención primaria de energía.

En tiempo real del cuerpo: El cuerpo sutil (o de un vehículo energético) que alberga la reflexión de un proyector de conciencia, la mente y la memoria durante una OBE, y lo mantiene cerca de la dimensión física en la zona en tiempo real. Véase también: Proyección en Tiempo Real, la zona en tiempo real.

En tiempo real de proyección: un OBE, donde existe un proyector en un reflejo directo de la realidad, donde tienen la percepción de ser una persona invisible en el mundo real, la observación de la vida real eventos a medida que ocurren. Véase también: Cuerpo en tiempo real, la zona en tiempo real.

233

----- Page 235-----

Vista en tiempo real: Similar a la visión astral, pero cuando ve el proyector en la zona de tiempo real alrededor de ellos. También en relación con la clarividencia, esta habilidad es a menudo experimentado durante el preludio a un OBE, o durante un intento de proyección donde se logra sin salida. Esto se confunde a menudo visión normal óptica, pero cuando el proyector está viendo a través de sus párpados cerrados y la cama cubre. Ver también: La vista astral.

Real-Time Zone: La zona más cercana a dimensiones no físicas del universo físico. Un búfer zona que separa el universo físico de la dimensión adecuada astral. La zona de tiempo real es ni en la dimensión astral, ni en la dimensión física. Se trata de una dimensión no física entorno que contiene un reflejo directo de la realidad, como realidad sucede, es decir, en un tiempo real marco. Véase también: Cuerpo en tiempo real, de proyección en tiempo real.

Las fluctuaciones de la realidad: Las fluctuaciones en el cabo de medio ambiente del cuerpo, cambiando lo que se percibe como ser real o normal en ese momento, en algo que se sabe que es falsa o inexacta.

Reingreso: Cuando el proyectado devuelve doble y vuelve a entrar en su equivalente físico al final del cualquier tipo de OBE. Ver también: Reintegración.

Reintegración: El proceso automático de energía, por el que el proyectado matrimonio se reintegra con su cuerpo físico / etérico. Ver también: Reingreso.

A distancia de los ojos: Un efecto de la mente dividida. Este fenómeno es un tipo de OBE, pero en el proyector permanece parcialmente despierto y ambulatoria. Una versión débil de la división mente se produce, y el tipo de un OBE de baja potencia que pasa. El lado OBE de este tipo de experiencia es percibida por el cuerpo parcialmente despierto física del proyector, como una visión vívida mind's de ojos de un OBE en

progreso, desde la perspectiva proyectada doble, pero donde no hay salida OB
E real ha sido
notado. Ver también: Dualidad, Complicaciones de la conciencia, la dualidad, d
ivisión mente-, Split-Mente
Efectos.

Cuerda: Una proyección OBE técnica de salida, con las manos conciencia para subir un
a cuerda imaginaria.

Ver también: Manos conciencia, imágenes táctiles ???.

Centros de secundaria de energía: los centros de menor energía (chakras menores) que
apoyan la primaria
centros de energía. Ver también: Chakras, centros de atención primaria de energía.

Memoria de la sombra: Cualquier sueño o la memoria la experiencia OBE, adquirida p
or cualquier sutiles o sueño o
proyecta el cuerpo mientras se separa, o al tiempo que se percibe como separ
ado, de su
cuerpo físico. Véase también: Descarga de memoria.

Cordón de Plata: La energía, la conexión telepática, empática que conecta el cuerpo físico
su

proyectada doble. Esto es a menudo visto como un espumoso Cordón de Plata, que
se extiende fuera de la
proyectada doble durante una OBE. Esto es por lo general sólo se ve cuando es
deliberadamente buscado.

El sitio de unión sobre el proyecto de doble varía, de acuerdo con su composición
energética en el
momento de la proyección. Ver también: Maquillaje Energética.

El sueño de proyección: la proyección natural del sueño se produce cuando una persona du
erme. El proyectado matrimonio

se proyecta fuera del cuerpo físico durante el sueño, a menudo flotando justo en
cima de él e imitando

la posición de dormir de su cuerpo físico. Por otra parte, un proyector de sueño p
uede viajar por el astral

aviones durante algún tiempo antes de caer dormido. Ver también: Episodio pulso
Akáshico, viento Astral.

La fuente: El Ser Supremo. El centro de la conciencia creadora del universo físico

La fuente es la chispa de la conciencia que crea y sostiene el universo, y
todo lo que está y vive dentro de ella. Ver también: el gran centro.

Centros de almacenamiento: en el contexto de este libro, estos se llaman sub-omb
ligo, corazón y sub-sub-

frente centros de almacenamiento de energía. Estas son las áreas principales de
almacenamiento de energía del cuerpo energético, con
cada uno que almacena un tipo diferente de energía.

Efecto estroboscópico: Cuando un centro de energía primaria se acumula una carga críti
ca de energía, luces estroboscópicas

con fuerza. Cuando el centro de la frente (o chakra de la frente), luces est
roboscópicas, se produce un destello brillante de la plata-

luz blanca que se ve en el ojo de la mente, y una sensación de conmoción muy liv
iano a sentir, como en el

toda la zona facial.

Superficie de la mente: la parte más utilizada de la mente humana, que se puede decir para mantener la memoria de trabajo a corto plazo. Se utiliza para pensar la luz y el discurso mental interno, espontáneamente genera un flujo constante de pensamientos e impresiones al azar. Esta parte de la mente es responsable de la incesante diálogo mental interno que se encuentra dentro de un entrenamiento o mente fuera de foco. Ver también: Diálogo interno.

Imágenes táctiles (TI): El uso activo de la conciencia del cuerpo se centró, para manipular y estimular la energía del cuerpo energético, para aumentar la energía en ello y estimular sus centros de energía. T.I. También se utiliza para técnicas de proyección. Ver también: Manos conciencia, la conciencia corporal móvil.

Terciario Centros de Energía: Tiny, centros de energía como los poros que se encuentran en todo el cuerpo, al igual que los poros de la piel. Estos se concentran en varias áreas, por ejemplo, con las palmas de las manos, plantas de los pies, la boca y los genitales. Estos intercambiar energía con el medio ambiente, energía y apoyo las funciones de los centros de energía más grandes secundaria y primaria. Ver también: Chakras, Primaria Centros de Energía, Centros de Energía Secundaria, Centros de almacenamiento.

Tercer Ojo: Mira, centro de la frente.

Las formas de pensamiento: los objetos Energética, el pensamiento creaciones, creado por un pensamiento sostenido o un acto de conciencia y, a continuación existentes por un tiempo limitado en el campo de medio ambiente y el cuerpo. Pensamiento formas se puede considerar como estructura está compuesta de materia etérica. Formas de pensamiento puede tomar cualquier forma: humana, animal u objeto inanimado. Según se dice, que puede ser programado para reaccionan a los estímulos, para llevar a cabo acciones independientes, e incluso a asumir un tipo limitado de pseudoconsciouness de los suyos. La longitud de tiempo que una forma de pensamiento puede existir, depende gran medida de la intensidad y la duración de la idea de utilizar para crear y mantenerlo. Ver también: La materia etérica.

Torso de Energía Rush: La fiebre del cuerpo energético adrenalina-como, sentida por el cuerpo físico como por tierra hacia arriba a través de sus piernas y el torso, ya que su proyectado matrimonio comienza a salir o volver a entrar. Ver también: Energía-Movimiento de sensaciones, de salida, mecanismo de proyección, proyección Reflex.

Trance Estado: El estado alterado de ser introducido cuando el cuerpo físico se queda dormido, mientras que el mente permanece despierto. El estado de trance tiene muchos niveles y usos, con cada nivel que se relacionados con un nivel de sueño. Estados alterados de la conciencia se alcanza, por mantenerse despierto y variando el nivel y el enfoque del estado de trance. Véase también: Proyección Int

erior-Cuerpo.

Luz Trance: Al igual que en el estado de trance Alfa.

Lleno Trance: Similar al estado de trance theta.

Deep Trance: Al igual que en el estado de trance Delta.

235

----- Page 237-----

Trigger palabra o frase: Una palabra o frase descriptiva cortos que se utilizan durante la fase de reingreso de un

OBE, para ayudar a fortalecer la recuperación de la memoria OBE. Ver también: Memoria Descargar Reingreso,

Reintegración, memoria de la sombra.

Ley Universal: El conjunto increíblemente complejo de atracciones y repulsiones y condicional

influencias, que emana de cada ser consciente. Al igual que puede atraer a los contrarios y como puede

a menudo atraen, pero sólo según lo establecido por la ley kármica. Ver también: Pulso Akáshico episodio, Conciencia

Semillas, Deja vu, el Karma, la Ley Kármica.

Vibraciones: En el contexto de este libro, lo que significa fuerte, por lo general a todo el cuerpo, la energía, el movimiento

sensación, que se sienten las vibraciones en el cuerpo físico. Esto se asocia con el interior

generación de la proyectables doble, en el inicio de una OBE. Ver también: Los conflictos energéticos,

Energía-Movimiento de sensaciones, de salida, mecanismo de proyección.

Proyección Virtual Reality (VRP): V.R.P. es una técnica mediante la cual un encargo reino astral

Se pueden crear y entró a continuación.

Despierta inducida sueño lúcido. (WILD): Un término acuñado por S. LaBerge (ver bibliografía). Un

deliberadamente inducida sueño lúcido, de un estado profundamente relajado, pero despierto, donde ha habido

sin interrupción perceptible en la conciencia. Un W.I.L.D. soñador entra directamente en un paisaje de ensueño

el estado de vigilia completa. Aunque técnicamente es un sueño lúcido, este es posiblemente el más poderoso

tipo de posible OBE. Ver también: Sueño, sueño lúcido, proyección sueño lúcido.

Parálisis Despertar: También se llama parálisis del sueño. Disociación entre el cuerpo físico y su

mente, a menudo causando parálisis física total que se produzca. En opinión del autor, se trata de un poderoso

efecto de la mente dividida causada por OBE. La mente, literalmente, se despierta dentro de su disociado,

cuerpo físico paralizado, mientras que un OBE poderosa todavía está en pleno desarrollo. Ver también:

Las complicaciones de la Conciencia, Split-Mente, Efectos de Split-Mente.

236

----- Page 238-----

Bibliografía

- Battersby, H. F. Prevost. 1961. El hombre fuera de sí mismo. Nueva Hyde Park, N.Y.: Universidad Libros.
- Crookall, Robert. 1974. La proyección astral: un registro de las experiencias de cada cuerpo. Londres: Carol Publishing Group.
- Crookall, Robert. 1972. Estudio de casos y datos de la proyección astral. Secaucus, N.J.: Libros de la Universidad.
- fortuna, Dion. 1988. Psíquica de autodefensa. Inglaterra Wellingborough,: La Prensa de Acuario.
- Fox, Oliver (Callaway Hugh). 1962. La proyección astral. Secaucus, N.J.: La prensa de la Ciudadela.
- Fox, Oliver (Callaway Hugh). 1920. La portada pineal. La Revista Oculta 31 (abril).
- Johari, Harish. 1987. Chakras: centros de transformación de energía. Rochester, Vermont: El destino reserva.
- LaBerge, Stephen. 1985. El sueño lúcido. Nueva York: Ballantine.
- MacDougall, Duncan, M.D. 1907. Sustancia del alma. Vol. Medicina Americana. # 8, (abril), <http://www.artbell.com/duncan.html>. Enviado por W.E. Feria, y transcrito por Marie
- Juba y el Día de Karen. Actualizado el 19 de febrero 1999.
- Muldoon, Sylvan. 1936. El caso de la proyección astral. Chicago: La prensa de Aries.
- Muldoon, Sylvan J. y Hereward Carrington. 1968. La proyección del cuerpo astral. Londres: Rider.
- Powell, Edward Arthur. 1927. El cuerpo astral. Wheaton, Illinois: Editorial Teosófica
- Cámara de Representantes.
- Powell, Edward Arthur. 1927. El doble etérico. Wheaton, Illinois: Editorial Teosófica
- Cámara de Representantes.
- Rampa, Lobsang T.. 1966. Usted siempre. Nueva York: Prensa de concurso.
- Smith, Suzy. 1965. El enigma de los viajes fuera del cuerpo. Nueva York: Signet.
- Smith, Suzy. 1968. Experiencias fuera del cuerpo-para los millones. Los Angeles: Sherbourne Prensa.
- Yram (Marcel Forhan Louis). 1972. Práctica de proyección astral. Nueva York: Samuel Weiser.

Mundial Referencias Wide Web

Bruce Robert Páginas de Inicio ("The Pulse" Astral) -

<http://www.tower.net.au/~RSB/>
<http://www.geocities.com/Athens/Troy/9959/>

MacDougall Dr. Duncan Página Principal -

<http://www.artbell.com/duncan.html>

Chamán Twin Inicio -

<http://www.newgaia.com/tshaman>

I

226

Glosario

También

Este evento

doble.

227

cuadrado.

clarividencia.

Ver también:

228

Factor.

Ver también:

229

dimensiones.

cuerpo.

cuerpo durante un OBE.

Este

estimulado.

230

cuerpo.

Este

También

los problemas.

la memoria.

El karma es

231

Esto es

No

La memoria.

experiencias.

OBE.

La

Ver también:

232

energía del cuerpo.

Ver también:

Ver también:

233

alrededor de ellos.

cobre.

Efectos.

cuerpo físico.

proyectada doble.

T.I.
técnicas de proyección.

Pensamiento

Ver también:

Ver también:

Un

Bibliografía

Libros.
Londres:

1972.
1988.
1962.

1987.

1985.

1936.
1968.

Cámara de Representantes.

Cámara de Representantes.

1966.

1965.

1968.

Prensa.

1972.