

Como realizar un exitoso Viaje Astral

● **El Cordón de plata:**

El cuerpo astral permanece unido al físico, durante el desdoblamiento, por medio del llamado cordón de plata. Este conserva siempre el mismo grosor y la misma consistencia elástica, independientemente de la distancia que se recorra en el viaje astral. Al morir, nuestro cuerpo astral se desprende definitivamente de nuestro cuerpo físico y es recién entonces que el cordón de plata se corta.

A través de las experiencias extra corporales podemos desplazarnos simplemente por nuestra habitación o bien transportarnos a otros espacios físicos, e inclusive a otras dimensiones temporales. en la medida que puedas dominar esta técnica, podrás determinar con mayor precisión la dirección de tu viaje astral.



Estas son algunas de las técnicas mas sencillas para realizar un viaje astral:

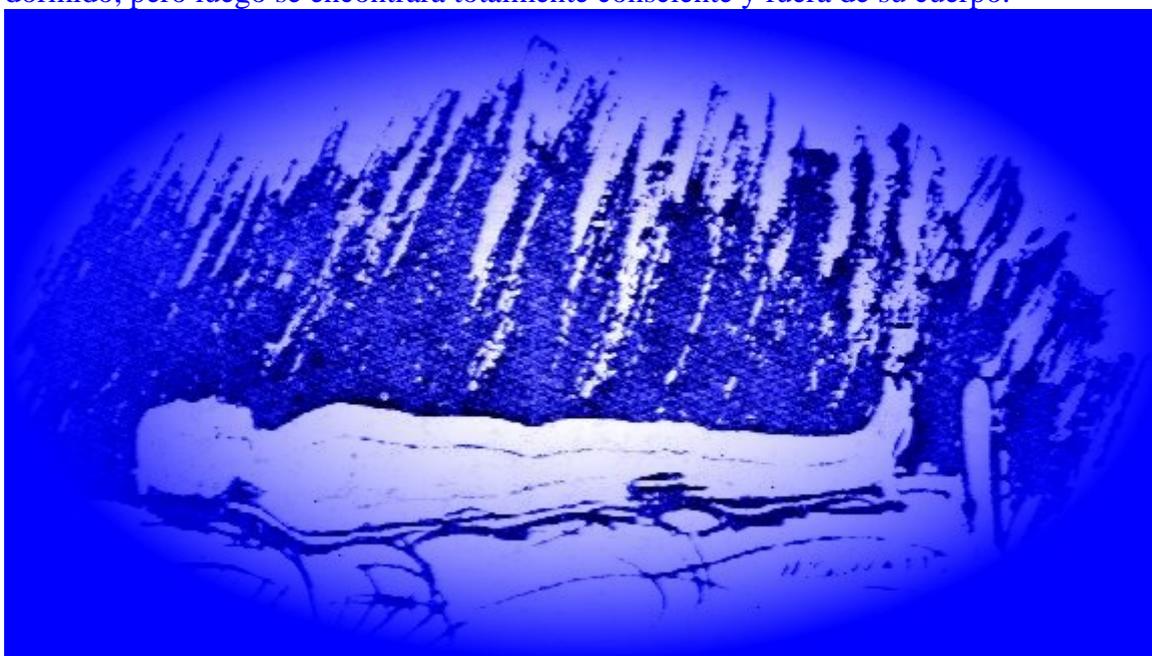
- **Técnica de sueño entrecortado**
- **Técnica del estado hipnagógico**
- **Técnica de visualización y auto hipnosis**
- **Precauciones y Resumen**

Como realizar un exitoso Viaje Astral

● **Técnica de sueño entrecortado**

- Acuéstese con el propósito de no dormir mas de 4 horas.
- Despiértese una hora antes del amanecer

- Al despertar, levántese de la cama, estírese un poco, y manténgase de pie durante unos pocos minutos.
- No ocupe su tiempo mientras esta despierto, concéntrese en la idea del ejercicio que va a realizar.
- En una posición cómoda, dispóngase a dormir nuevamente, meditando previamente sobre la experiencia que va a realizar.
- Repita mentalmente: "voy a realizar un viaje astral. me voy a hundir en el sueño, pero manteniendo mi conciencia despierta.
- Voy a abandonar mi cuerpo en pleno estado de lucidez"
- A continuación déjese llevar por el sueño.
- Si se despierta al poco tiempo de haber conciliado el sueño (esto puede suceder por el temor inconsciente de realizar la experiencia), repita las frases anteriormente mencionadas, hasta que vuelva a quedarse dormido.
- Usted perderá temporalmente el estado conciente en el momento de quedarse dormido, pero luego se encontrara totalmente consciente y fuera de su cuerpo.



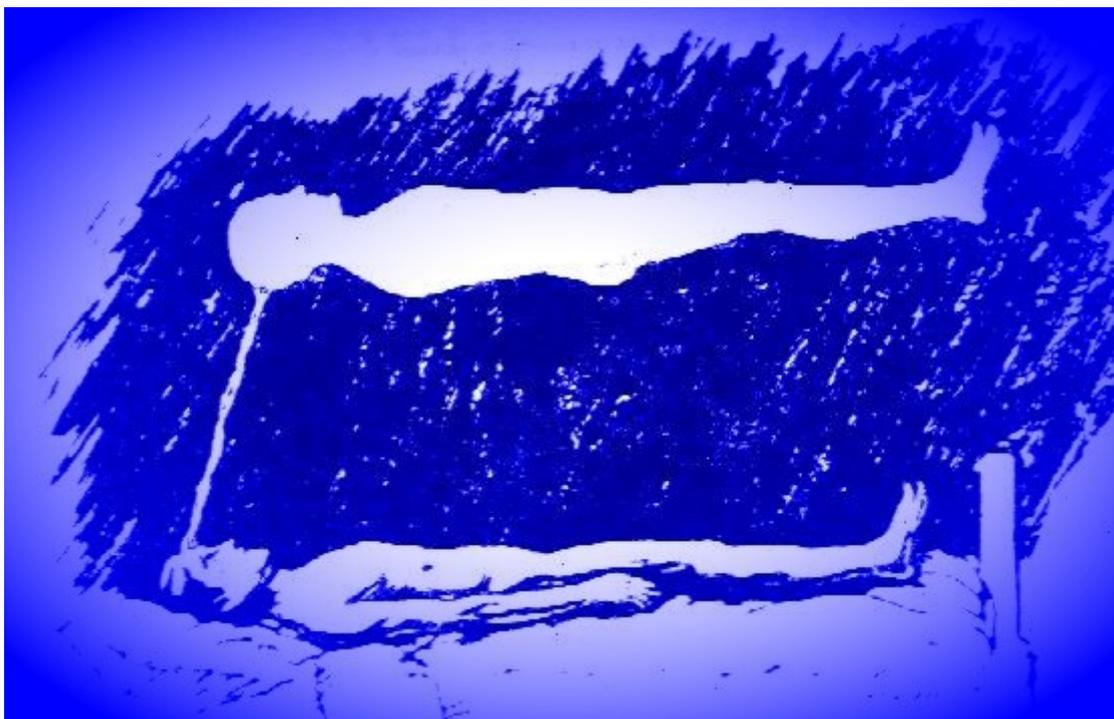
El espíritu ligeramente fuera de coincidencia

Técnica del estado hipnagógico

- Se llama estado hipnagógico al momento anterior al sueño. es la frontera entre este y la vigilia. en este estado, el cuerpo ya no esta totalmente despierto, pero tampoco se a dormido por completo.
- Esta técnica se centra en el uso de dicho estado que constituye una plataforma de lanzamiento ideal para la realización del viaje astral.
- Una vez que se encuentre preparado para dormir, repítase interiormente que usted tiene el propósito de viajar astralmente, en el momento mismo de empezar a quedarse dormido.
- Concéntrese en la idea que mientras su cuerpo físico duerme, su cuerpo astral viajará.
- No se obsesione con la idea del ejercicio que va a realizar.

Una tensión desmedida puede obstaculizar sus objetivos.

- Cuando llegue al estado hipnagógico, su cuerpo astral comenzara a elevarse.



**El espíritu suspendido en el aire sobre el cuerpo físico.
A veces el espíritu se yergue al llegar a este punto.**

Técnica de visualización y auto hipnosis

- Esta técnica consiste en crear una visualización que lo ayude a entrar en un estado hipnótico, al fin de emprender el viaje astral.
- Luego de realizar una profunda relajación, imagine que una capa luminosa recubre su cuerpo, a treinta centímetros de su piel.
- Visualice, tratando a la vez de sentir en su cuerpo, corrientes de energía que descienden hacia su piel.
- Comenzará a sentir una sensación de hormigueo, que lo recorre de la cabeza a los pies, que luego se hará constante y continua.
- A partir de este momento, usted se encuentra en condiciones para abandonar su cuerpo físico.
- Imagínese flotando por el aire, quizás luego de este trance usted comience a dormirse, luego de lo cual podrá desdoblarse.
- Algunas personas logran realizar el viaje astral mediante esta técnica. pero en forma totalmente consciente, sin llegar a dormirse.



Las flechas indican la trayectoria seguida por el espíritu al proyectarse. He aquí la posición que suele ocupar el espíritu antes de un sueño de volar, al cual sigue un sueño de caída; a menudo el espíritu se yergue en este punto.

Como realizar un exitoso Viaje Astral

■ Normalmente es posible regresar al cuerpo físico, tan solo con desearlo. Sin embargo es necesario aclarar que quienes viajan astralmente llevando consigo un temor muy fuerte a no poder volver, pueden tener dificultades a la hora del regreso.

■ Mediante el viaje astral se pueden recorrer grandes distancias, pero si la persona que se dispone a realizarlo no está convencida de ello, difícilmente lo logrará.

■ Durante el desdoblamiento las personas suelen experimentar una aguda percepción sensorial; es muy frecuente que a medida que el cuerpo astral se aleja del físico, el campo visual se vuelve polidireccional (puedes captar imágenes en todas las direcciones, simultáneamente), y la audición, mucho más afilada.

■ En los viajes se pueden encontrar con el cuerpo astral de otras personas, tales como familiares ya fallecidos, o seres desconocidos.

■ El mundo astral se divide en dos niveles vibratorios diferentes

■ • **Los niveles altos**, son los habitados por seres de luz, que tienen como misión guiarnos en nuestro crecimiento espiritual.

■ • **Los niveles bajos**, son habitados por entes energéticos de baja vibración, a los cuales es posible atraer con pensamientos negativos.

■ • **Si tiene temor no lo haga**, sus miedos pueden conducirlo hacia entidades del bajo astral, concéntrese en la idea de que usted podrá volver a su cuerpo físico cuando lo desee, debe estar preparado psíquicamente para encontrarse en situaciones no habituales y tener en cuenta antes de partir que debes regresar.

■ Buen viaje...



EL espíritu proyectado en posición vertical dentro del radio de acción del cable.



Cómo se interioriza el espíritu. A veces el espíritu se proyecta, irguiéndose dentro del radio de acción del cable; cuando entra en acción algún factor negativo, (por ejemplo una emoción o un ruido) el espíritu es arrastrado hacia atrás hasta alcanzar la posición horizontal, colocándose directamente encima del cuerpo físico, para descender finalmente en el mismo.

