

Técnicas para Rememoração das Experiências Extrafísicas

Cesar de Souza Machado – Brasília-DF, 07.03.1999

Revisões: 14.02.2002; 02.02.2008

Resumo

Nesse artigo são apresentadas alguns fatores facilitadores e dificultadores para a rememoração das EFCs – Experiências Fora do Corpo – assim como oito técnicas que possibilitam superar essas dificuldades, facultando uma melhor rememoração dos eventos vivenciados.

Introdução

A EFC – Experiências Fora do Corpo – existe em todas as culturas, independente de raça, idade, condição social, cultural ou moral. Cientes desta realidade, muitos envidaram esforços no sentido de se projetarem voluntariamente empregando para isto sua força de vontade aliada a uma ou mais técnicas projetivas.

Constata-se que muitas pessoas conseguem se projetar, voluntariamente ou não, mas não têm lembranças das experiências que vivem na dimensão extrafísica, por vezes muito lúcidas. Isto é muito mais comum do que se imagina.

Sabe-se que a causa fundamental destas dificuldades encontra-se na barreira física e energética oferecida pelo cérebro físico que “teima” em só registrar bem as impressões obtidas através dos cinco sentidos físicos.

O teor das experiências também pode dificultar a rememoração. Por exemplo, no caso do projetor lidar com situações extrafísicas completamente transcendentais com as do seu dia a dia intrafísico, a falta de paralelos pode tornar a rememoração falha ou nula. Da mesma forma, EFCs muito longas tendem a ser parcialmente rememoradas devido a grande diversidade de situações vivenciadas. Por vezes os próprios amparadores ⁽¹⁾ podem atuar energeticamente para impedir a rememoração, quando não a própria lucidez do projetor, para preservar a sua integridade psicológica ante experiências traumáticas que tenha vivenciado.

Conforme salienta Borges (2000), quando o projetor retorna da EFC para seu corpo físico, ocorre uma verdadeira batalha mental, pois o cérebro, dentro de seu condicionamento tridimensional, rejeita as informações extrafísicas que a consciência trouxe consigo. Com isso, em frações de segundo, a consciência projeta alguns sonhos, misturando-os as informações extrafísicas, aparentemente sem lógica, objetivando o sepultamento das mesmas no fundo de seu arquivo mnemônico. Assim, se o projetor perder a lucidez ao retornar ao corpo físico, ao despertar fisicamente, mais tarde, dificilmente terá alguma rememoração de sua EFC, restando apenas vários sonhos e fantasias subconscientes.

Certas técnicas projetivas, tal como a da postura projetiva, podem facilitar a rememoração das experiências extrafísicas, ao passo que outras como, por exemplo, as que empregam ritmos alterados de inspiração e expiração do ar, podem

dificultar a rememoração. Contudo, como cada pessoa tem uma fisiologia e reações ligeiramente diferentes as implicações do uso das técnicas não podem ser generalizados.

Outro fator que pode dificultar a rememoração do projetor é o pouco empenho em obter suas experiências projetivas e aplicar técnicas para facilitar sua rememoração.

Em certos casos, contudo, as dificuldades podem ser maiores, devido a bloqueios energéticos, psicológicos ou conscienciais que demandam perseverança, por parte do projetor, para serem superados.

Nesse sentido, a atmosfera energética no local onde o projetor tem suas experiências, geralmente sua residência, pode ser decisiva para obter-se uma EFC e uma boa rememoração. Não é raro que uma pessoa que more em um ambiente conturbado, física e extrafísicamente, tenha projeções ao mudar-se para um local mais equilibrado em termos energéticos.

Uso de Técnicas para Rememoração

Diante do exposto cabe ao projetor reforçar sua capacidade de rememoração de experiências projetivas empregando uma ou mais técnicas adequadas, tais como as apresentadas a seguir que podem ser empregadas de forma isolada ou conjunta.

01 - Técnica do Autocondicionamento

Ao se deitar para dormir, pode-se tentar condicionar a mente a rememorar as experiências extrafísicas que poderão ocorrer.

Mantendo a mente livre de quaisquer outros pensamentos, deve-se repetir, mentalmente, várias vezes, “vou ter uma EFC e vou me lembrar de tudo o que acontecer quando retornar”.

02 - Técnica da Imobilidade ao Despertar

Despertar sereno, mantendo os olhos fechados, efetuando pouco ou nenhum movimento com o corpo. Nesta condição repassar todos os eventos extrafísicos vividos, sejam EFCs ou sonhos.

Um movimento brusco ou mais intenso, um pensamento fixo pode pôr tudo a perder, pois acaba provocando a completa reinteriorização do corpo extrafísico no corpo físico. Após a rememoração, levante-se e registre os eventos pois o sono seguido a essa etapa pode causar a perda parcial ou mesmo total das lembranças.

03 - Técnica do Gancho

Ao despertar, não vindo as rememorações espontaneamente, pode-se usar imagens mentais como ganchos para puxar rememorações com pessoas, objetos ou locais de eventos momentaneamente esquecidos.

Por exemplo, pode-se pensar na seguinte seqüência de imagens, cada qual focalizada por alguns momentos: o pai, a mãe, a esposa, um amigo, o animal de estimação, o próprio lugar, o mar, o céu, EFC, retrocognição, precognição, amparador, automóvel, livro, escola, curso, televisão, cinema, o sol, a lua, o trabalho, o cordão de prata, avião, navio, mar, raiva, tristeza, alegria, euforia, pássaro.

04 - Circulação de Bioenergias

Ao despertar, manter a serenidade e começar a circular lentamente as bioenergias tentando atingir o estado vibracional ⁽²⁾. Esta prática pode deflagrar a rememoração devido ao desbloqueio das energias.

05 - Estimulação do Fronto-Chakra

O Fronto-chakra ⁽³⁾ está intimamente ligado a rememoração. Estimulando-o, seja antes de dormir ao após pode-se facilitar a rememoração.

Para tanto pode-se empregar a circulação de bioenergias localizadas, estabelecendo uma circulação fechada no circuito formado pelo corono-chakra ⁽⁴⁾ e e pelo fronto-chakra. Outra forma de se estimula-lo é usar o dedo indicador para jogar energia diretamente nesse chakra. Pode-se ainda estimular esse chakra mentalizando uma luz no mesmo. Por fim, pode-se empregar o bija-mantra ⁽⁵⁾ "OM" para ativar esse chakra.

06 - Diário Holossomático

Use um diário holossomático ⁽⁶⁾ para registrar e posteriormente consultar seus apontamentos, sejam experiência intrafísicas, sejam experiência extrafísicas.

Com o tempo, o hábito de registrar as experiências pode influenciar positivamente no processo de rememoração. O diário pode ficar próximo a cama para que não seja necessário levantar-se para fazer um registro.

07 - Técnica do Mantra Kanini

Quando acordar, olhe para o seu peito, toque-o levemente e repita o mantra "Kanini" para lembrar o que ocorreu durante a noite.

Kanini, na mitologia Induista é a Deusa da memória. A esse símbolo encontra-se associada uma egrégora de pensamentos, sentimentos e energias relacionados a rememoração.

08 - Técnica da Interrupção da EFC

Esta técnica consiste em despertar o projetor durante o sono, de tal forma que estando ele numa EFC, poderá, em tese, rememorar o que estava fazendo ou o que estava acontecendo antes de passar por outros ciclos do sono que poderiam dificultar ou mesmo impedir sua rememoração.

Essa técnica tem duas variantes. No primeiro caso o projetor pode ser despertado fisicamente, no meio da noite, por exemplo, as 3:00 hs da manhã, por algum tipo de despertador suave ou por outra pessoa. É uma boa técnica para ser empregada em laboratórios projetivos. No segundo caso, o próprio projetor, ciente da necessidade de assegurar a rememoração dos fatos extrafísicos que presenciou, volta por ele mesmo ao corpo com o objetivo de registrar o que se passou. Ao despertar, subitamente, sua mente retém as lembranças.

Conclusão

Espera-se que, no futuro, os mecanismos de transferência de memórias do paracérebro⁽⁷⁾ para o cérebro físico sejam melhor conhecidos de forma que métodos mais eficientes e de aplicação mais fácil e universal possam ser criados para possibilitar um maior aproveitamento das experiências extrafísicas na dimensão intrafísica.

- (1) Amparadores: Consciências extrafísicas que assistem as EFCs.
- (2) Estado vibracional: Estado de vibração máxima das energias do soma e dos corpos extrafísicos, capaz de produzir equilíbrio e higienização energética.
- (3) Fronto-chakra: Um dos sete chacras (centro energético) magnos, responsável pela absorção e exteriorização de energias sutis a partir da fronte.
- (4) Corono-chakra: O chakra (centro energético) mais elevado e de energias mais sutis, situado no topo da cabeça, voltado para o alto.
- (5) Bija-mantra: Mantra básico, ativador de um dado chakra.
- (6) Diário holossomático: Diário que contém o registro de experiências ocorridas no soma (na rotina diária) e no psicossoma (EFCs).
- (7) Paracérebro: O equivalente extrafísico do cérebro físico.

Referências

BORGES, W. E. **Viagem espiritual II**. Disponível em:
<<http://www.ippb.org.br/veolii.htm>> Consulta em: 14 fev 2002.

FREIRE, L. **Dicas práticas de como obter maior lucidez / memória projetiva**. Mensagem recebida da lista "Voadores" administrada pelo servidor voadores@yahoogrupos.com.br Recebida em: 26 jan 2001.

MACHADO, C. **Experiências fora do corpo – fundamentos**. 1ª Edição, 2008. Disponível em: <<http://www.metaconsciencia.com>>

VIEIRA, W. **Projeciologia – panorama das experiências da consciência fora do corpo**. 1ª Edição. Edição do Autor. Rio de Janeiro, 1986.