# DESDOBRAMENTO CONSCIENTE

Viagem Astral | Projeção da Consciência
Viagens Intra e Interdimensionais

GUIA COMPLETO

BRENO COSTA
*orientado pelo*
Espírito Heitor



**Breno Costa, orientado pelo Espírito Heitor**

# Desdobramento consciente

## Viagem astral, projeção de consciência, viagens intra e interdimensionais

**Marília, SP**
**AVNME Editora**
**1ª edição**
**2020**

*Copyright* © 2020 *by*

AVNME EDITORA

1ª edição: janeiro/2020, 2 mil exemplares

Impresso no formato 14x21 cm

ISBN da edição impressa: 978-85-919771-7-8

ISBN da edição digital: 978-85-919771-8-5

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte desta publicação pode ser fotocopiada, gravada, reproduzida ou armazenada num sistema de recuperação ou transmitida sob qualquer forma ou por qualquer meio eletrônico ou mecânico sem autorização do detentor do *copyright*.

Capa: César França de Oliveira, cesarfoliveira.com.br

Revisão, projeto gráfico e diagramação: Cássio Leonardo Carrara, cassiocarrara@gmail.com

Composição do e-book: Cássio Leonardo Carrara

Catalogação na editora

C837d Costa, Breno Ortiz Tavares

Desdobramento consciente / Breno Ortiz Tavares Costa. – 1.ed. – Marília: AVNME Editora, 2020.

312p.; 21 cm

ISBN da edição impressa: 978-85-919771-7-8

ISBN da edição digital: 978-85-919771-8-5

1. Espiritismo. 2. Estudo doutrinário. 3. Mediunidade. I. AVNME Editora. II. Título

CDD. 133.9

# Mensagem do autor

Este livro visa a contribuir para todos aqueles que irão iniciar o desenvolvimento da faculdade do Espírito conhecida como desdobramento, projeção da consciência ou viagem astral, assim como para aqueles que já possuem a faculdade, mas não sabem como educá-la e desenvolvê-la de modo a ter uma boa qualidade de vida, muitas vezes sofrendo com momentos antes e durante o sono físico, causando insônia e outros males.

O livro é resultado de um trabalho conjunto. Além do meu conhecimento, em razão de realizar desdobramentos desde a infância e sempre estudar o tema – seja na dimensão física, seja em cursos na espiritualidade –, fui orientado e recebi valiosas contribuições dos meus amigos espirituais, especialmente de Heitor.

Minha formação filosófica e religiosa é a espírita e os meus amigos espirituais seguem as bases conceituais fixadas pelas obras de Allan Kardec e as psicografadas por Francisco Cândido Xavier. Os temas serão desenvolvidos numa linguagem simples e desmitificada.

Quanto mais estudamos os temas espíritas, com a mente aberta a novas informações, mais elevamos nosso grau de conhecimento e amadurecemos espiritualmente, despertando, efetivamente, para a

realidade de que somos Espíritos imortais, filhos de Deus, e de que em nós residem as potencialidades que, quando desenvolvidas, nos capacitam a viver em esferas superiores do Universo Espiritual e em maior sintonia com o Pai Criador.

Aos 5 anos já me projetava fora do corpo físico e andava pela minha casa na dimensão espiritual. Como várias pessoas, sempre tive muita dificuldade. Inúmeras vezes, desdobrado e assustado em razão das novas sensações, corri para a cama da minha mãe e, em Espírito projetado, lá fiquei.

Infelizmente, há pouca informação na Doutrina Espírita a respeito das técnicas e formas de aprimoramento dessa faculdade.

Por isso, procurarei trazer o conhecimento e debater as técnicas que aprendi à luz do conhecimento espírita, bem como narrar alguns desdobramentos interessantes que pratiquei, com as respectivas lições e conclusões.

Fui orientado pelos amigos espirituais a elaborar este livro em três partes:

1ª Parte: estudo dos conceitos e institutos espíritas, incluindo geografia multidimensional do Universo Espiritual (mundo espiritual).

2ª Parte: relatos dos desdobramentos mais importantes que fiz e lições a respeito.

3ª Parte: técnicas para aprimoramento, controle e desenvolvimento da faculdade de desdobrar-se.

O desdobramento abre nossa mente para a verdadeira realidade universal, tornando muito mais palpáveis a existência do mundo espiritual e a imortalidade da alma. Como consequência, a busca pela elevação espiritual torna-se mais atraente e fica mais fácil

abandonar instintos inferiores e desenvolver os verdadeiros dons do Espírito imortal.

Aquele que tem a sua faculdade de desdobramento controlada poderá usufruir das viagens que realizará nas outras dimensões do Universo Espiritual e transcenderá os limites impostos pela matéria. Assim, mais facilmente se libertará das amarras dos vícios e hábitos de uma sociedade que ainda dorme no pesado sono da ilusão da matéria densa.

Vamos iniciar essa jornada de estudos e amadurecimento espiritual! O resultado? Boa qualidade de vida já no presente, porque desenvolveremos as potencialidades divinas adormecidas em nosso Eu Imortal.

*Breno Costa,*

*Marília, SP, 13 de fevereiro de 2017.*

# Mensagem de Heitor

A vida não cessa, nunca termina. Deus, nosso Pai Criador e misericordioso, nos oferta infinitos campos de desenvolvimento da alma.

A consciência humana que habita o planeta Terra, ainda muito jovial, luta para sair das primeiras impressões originadas pela interação com a matéria densa, com aspectos tridimensionais.

A humanidade terrena é muito nova. Há poucos milênios quase nada existia. Há poucos séculos ainda vivia em feudos. Há poucas décadas escravizava irmãos. Há poucos anos presenciou o holocausto e duas guerras mundiais. E atualmente convive com ataques entre algumas nações do oriente e do ocidente, como se o planeta Terra não fosse uma única morada de irmãos do mesmo Pai.

Os humanos encarnados, tratando-se de mentes jovens, em sua maioria, estão adoecidos. Viciados, condicionados e dominados pela matéria. Muitos vivem como robôs. Não pensam, não raciocinam, seguem automaticamente os hábitos condicionados pela maioria adormecida e adoecida. Possuem a mente fixa na violência ou guardam sentimentos como ódio e raiva, além do consumo desenfreado de sexo, drogas, alimentos e outros produtos

que causam a ilusão de uma felicidade, mas, na verdade, originam um estado de euforia lesiva e passageira, muito diferente da felicidade construída nas potencialidades do Espírito e, por isso, duradoura e verdadeira.

Poucos são aqueles que conseguem fugir do padrão massificado.

Assim, o ser humano se esquece de que é um ser imortal, de essência espiritual, vivendo em uma das infinitas dimensões do Universo Divino e, como tal, um dia partirá, levando dessa dimensão tão somente o que conseguiu evoluir moral e intelectualmente. Nada mais!

É chegado o momento de despertar.

É chegado o momento de amadurecer.

É chegado o momento de aceitar-se.

Deixemos de ser crianças que necessitam de cuidados permanentes para não cairmos em abismos horríveis do Universo Espiritual.

Assumamos nossas responsabilidades como cocriadores do Universo.

Assumamos nossas responsabilidades como seres imortais e filhos de Deus.

Assumamos nossas responsabilidades pelo próprio destino.

Dentro desse cenário evolutivo necessário, o desdobramento surge como iluminada faculdade, porque coloca o vivente do Universo Físico em contato direto com os viventes dos demais universos, incluindo o Espiritual.

Em contato lúcido e direto com as demais dimensões da matéria, não há mais espaço para hesitações e dúvidas. Torna-se patente e cristalina a imortalidade da alma, bem como a existência de outras moradas na casa do Senhor.

Fixemos a lição de que ora vivemos no Universo Físico, ora vivemos em alguma das esferas do Universo Espiritual.

A vida nunca cessa.

Não há morte ou mortos.

Há vida, sempre e inevitavelmente.

O que se altera é apenas a composição da matéria (vibração e dimensionalidade), que molda o plano de existência e os veículos de manifestação da consciência imortal.

Por meio desta obra, queremos contribuir para uma visão desmitificada e responsável a respeito do desdobramento, também conhecido como projeção astral ou projeção da consciência.

Não guardamos a pretensão de esgotar o tema. Mas, este livro será um guia seguro a respeito do assunto, em especial para quem segue a Doutrina Espírita e busca informações em sintonia com as obras de Allan Kardec e as psicografadas por Chico Xavier.

*Espírito Heitor,*

*14 de fevereiro de 2017.*

# Prefácio

Sou, evidentemente, uma testemunha suspeita de parcialidade para entronizar o preclaro leitor no conteúdo deste precioso livro, porquanto tenho o autor, Breno Ortiz Tavares Costa, em altíssima conta, não por ser parente próximo (é meu sobrinho), mas por acompanhar a sua evolução como ser humano desde o seu nascimento e estar encantado tanto por sua dedicação ao estudo da preciosa e consoladora Doutrina Espírita, quanto, sobretudo, por sua entrega à prática cotidiana do bem.

Nada obstante, não foi possível negar-me a prefaciar esta obra que reputo um depoimento exaustivo, minucioso e esclarecedor dessa faculdade extraordinária, objeto do estudo de numerosos próceres da ciência psíquica como Charles Richet, Albert de Rochas, Gabriel Delanne, Ernesto Bozzano, mais recentemente o psiquiatra, estudioso e praticante brasileiro Waldo Vieira etc., que é a mediunidade, especificamente na modalidade de desdobrar-se a alma do ser humano encarnado para fora de seu corpo e experienciar vivências em diversas dimensões da matéria.

Com efeito, o chamado desdobramento do Espírito encarnado (ser humano vivendo na terceira dimensão) pode ser classificado como uma faculdade mediúnica, na medida em que o agente serve

de intermediário entre informações colhidas em outras esferas dimensionais e aquela na qual presentemente estamos mergulhados, que se convencionou chamar terceira dimensão. Mas é *suis generis*, porquanto é o próprio médium o protagonista da fenomenologia que assim se produz, tal como ocorre na clarividência.

Pois bem: o nosso autor, Breno, gozava de tal faculdade desde criança. Narra, então, os problemas que isso lhe causava, as sensações que experimentou nas diversas situações em que se viu penetrando em outra esfera dimensional, as dificuldades de encontrar na literatura espírita explicações simples, compreensíveis por qualquer do povo, que pudessem tranquilizá-lo e, mais do que tudo, instruí-lo sobre como proceder diante de tais situações que lhe pareciam muito complicadas.

E se põe a esclarecer tais questões, instruído pelo seu guia espiritual e pela equipe que se formou para concretização do projeto de elaboração da obra, que consigo denota muita proximidade, revelando sintonia indispensável para esse tipo de trabalho. O autor o faz em linguagem popular, sem rebuscamentos, sem ornamentos linguísticos elaborados, ou seja, utilizando linguagem direta, simples, sem rodeios, surpreendente pela sinceridade e pelas minúcias da narrativa das experiências vivenciadas.

Às suas próprias observações, o autor acrescenta aquelas feitas não apenas por seu guia espiritual, mas por outros Espíritos participantes do projeto de concepção da obra, que nasceu no plano espiritual e se está concretizando no plano da matéria densa em que nos achamos.

De modo que o precioso conteúdo desta obra consiste num depoimento feito por quem concretamente vivenciou a problemática do desdobramento astral, com que convive grande parte da população sem mesmo ter consciência disso, dando ensejo a perturbações emocionais e mentais trabalhadas por psiquiatras e psicanalistas com medicação geralmente alopática, provocando efeitos danosos de largo espectro. E a esse depoimento, a obra acrescenta esclarecimentos oportunos e reveladores feitos pelos guias espirituais já mencionados.

Esta, exatamente, é a utilidade da obra que ora se apresenta, produto de uma narrativa fiel das vivências do seu autor, que atuou na sua elaboração sob a influência e total afinidade de seus mentores espirituais, qual seja: a de propor um guia seguro, tranquilo, de fácil apreensão por qualquer pessoa, de como diagnosticar, educar e aproveitar para o bem comum essa extraordinária faculdade.

Como não se trata de uma pesquisa científica nem contém arroubos literários, a obra é de fácil leitura e compreensão, atendendo, com isso, aos objetivos da equipe espiritual que coordenou a sua elaboração. Procura atender as necessidades físicas, emocionais, sociais e sobretudo espirituais de grande número de pessoas que, em geral inconscientemente, gozam desse fabuloso instrumento de interação entre os mundos chamados de material (o da terceira dimensão, em que presentemente estamos) e espiritual (composto de várias esferas dimensionais, desde as mais próximas da crosta física do planeta, até as mais distantes e aperfeiçoadas).

Temos absoluta certeza de que, por sua simplicidade, sinceridade surpreendente do depoimento pessoal, objetividade na análise dos mecanismos de produção do fenômeno e naturalidade com que a problemática é descrita e esclarecida, encontrará a obra ampla aceitação por quantos se interessem pelo assunto, sobretudo por aqueles que o vivenciam e não encontram respostas às suas angustiantes indagações.

Feliz leitura.

*Emanoel Tavares Costa*[1]

---

1. O autor do prefácio é espírita desde a infância, atuante na juventude espírita e posteriormente palestrante nas casas espíritas de Marília, juiz de direito aposentado e advogado militante.

# **PARTE I -** CONCEITOS E INSTITUTOS TEÓRICOS DA DOUTRINA ESPÍRITA

# Capítulo 1 - Espírito e corpos sutis

Minha consciência despertou lucidamente quando eu estava entrando no Núcleo Espírita Amor e Paz, onde seria ministrada uma palestra sobre o Espírito e seus corpos sutis, além de outros temas. Quando a consciência lúcida retorna em desdobramento são necessários alguns segundos, ou até minutos, para entender o que está ocorrendo. Olhei em volta e vi muitos outros Espíritos encarnados, também em desdobramento, entrando na instituição, sempre guiados por amigos desencarnados.

A entrada era vigiada por trabalhadores desencarnados e não era possível o ingresso de Espíritos que não estavam previamente autorizados.

Antônio estava do meu lado e disse-me que ele e Arshad ajudaram-me na projeção e no transporte até aquela instituição, que é um centro espírita de Marília (o qual frequento desde criança), ou seja, estávamos na dimensão espiritual entrelaçada diretamente ao Universo Físico.

Antônio disse-me que iríamos assistir a uma palestra do irmão Heitor e que depois eu deveria conversar com ele, já que é o meu orientador nas projeções lúcidas fora do corpo físico, e iríamos começar o trabalho que deu origem a este livro.

Era noite e na dimensão física havia a iluminação artificial dos postes de luz, mas, na dimensão espiritual, percebi que serena luz caía constantemente do alto, sem identificar a sua origem. Arshad explicou-me que as casas espíritas que desenvolvem trabalho sincero no bem possuem ligação energética direta com instituições de outras esferas do Universo Espiritual e, assim, recebem as energias de lá emitidas, mantendo o ambiente sempre harmônico e elevado. Ressaltou que eu conseguia perceber essas suaves energias em razão de ter recebido ajuda magnética ao realizar o desdobramento, isto é, minha capacidade de visão foi ampliada pelos amigos espirituais. Assim o fizeram em virtude das informações lúcidas, que deveriam ser armazenadas na minha mente, para a elaboração desta modesta obra sobre as projeções do Espírito fora do corpo físico.

Havia muitos trabalhadores espirituais realizando o acolhimento fraterno, com sorrisos no rosto e muita simpatia.

Sentamo-nos nas cadeiras do salão Antônio, Arshad e eu. Heitor já estava na frente do salão conversando com outros trabalhadores da casa espírita. Percebi, em razão da densidade dos corpos e pelo cordão de prata, que alguns eram trabalhadores desencarnados e outros encarnados.

Heitor tem aparência jovial, similar aos 30 ou 40 anos de uma vida física. Cabelos lisos e negros, olhos escuros e pele clara. Era magro, com rosto fino e altura mediana.

O salão já estava lotado com cerca de 100 Espíritos, entre encarnados e desencarnados.

Após linda prece, Heitor iniciou sua palestra sobre o Espírito e seus corpos de manifestação:

*Espírito é o filho de Deus, nosso Pai Criador.*

*Espíritos somos todos nós. É o ser imortal que trafega entre os Universos e suas dimensões do espaço-tempo.*

*Nesse sentido, os irmãos encarnados que aqui estão precisam perder o medo de "Espíritos". Afinal, todos somos. Existem os Espíritos encarnados e os desencarnados. Como podemos ver aqui, todos estamos vivos, apenas em dimensões diferentes da matéria.*

*O estar encarnado é um rótulo para designar o fato de que o Espírito está habitando o Universo conhecido como físico. No Universo Físico, chamamos o veículo de manifestação da consciência imortal de corpo e a matéria de que é feito esse veículo de carne. Assim, quem está vivendo no Universo Físico está utilizando um corpo de carne, logo, está encarnado. Depois, quando falecer, isto é, deixar de habitar o Universo Físico, sairá do corpo de carne e, portanto, sofrerá a desencarnação.*

*Percebam que o ser continuará a ser exatamente a mesma pessoa, isto é, muda-se apenas o plano de existência, que passará a ser uma das esferas do Universo Espiritual. Nesse outro universo, o Espírito imortal passará a utilizar um outro veículo de manifestação, também formado de matéria, mas em outra composição vibracional e, assim, com outras características. Em razão de as consciências encarnadas conhecerem esse universo pelo rótulo de Espiritual, o novo veículo de manifestação do Espírito pode ser chamado de "**corpo espiritual**".*

*Aqui é importante entender os rótulos. É uma forma didática de compreender as diferentes realidades. Isso significa dizer que o corpo espiritual, revelado nas obras básicas de Allan Kardec pelo nome de perispírito, também é físico e formado de matéria, mas, como dissemos, em outra composição e com outras características.*

*Peço aos irmãos encarnados que apertem o braço dos seus amigos espirituais que os conduziram até aqui. Percebam como são físicos, formados de matéria.*

(Nesse momento, realmente apertei o braço de Antônio e me parecia que estava apertando o braço de qualquer amigo encarnado quando desperto na dimensão física.)

*Esse corpo espiritual, o perispírito, possui características diferentes conforme o Universo habitado pela consciência imortal. Enquanto encarnado, o perispírito assume característica extremamente fluídica, atuando entre o Espírito e o corpo físico, expandindo-se ou retraindo-se ao longo do dia e da noite, conforme o comando da mente e do seu reflexo no campo mental.*

*Após a desencarnação, o corpo espiritual sofre uma profunda transformação e assume o papel de principal veículo de manifestação do Espírito imortal e, como tal, assimila os princípios vitais da esfera espiritual onde a pessoa passará a viver. Continuará com órgãos, células, moléculas e, como tal, necessitará de energia vital oriunda de diversas fontes, desde as mais grosseiras, como alimentos densos, até as mais etéreas, como a respiração, sempre a depender do grau evolutivo do Espírito.*

*Quanto mais evoluído for o Espírito, mais sutil será a esfera espiritual que lhe servirá de moradia e, consequentemente, mais*

*sutil o seu corpo espiritual, alterando-se as necessidades que conhecemos no Universo Físico e nas esferas densas do Universo Espiritual. Isso significa que, nas esferas sutis do Universo Espiritual, tanto o corpo espiritual, quanto a alimentação do Espírito, assumem características próprias de difícil explicação para nós, moradores de esferas espirituais vibracionalmente próximas do Universo Físico, e para vocês, encarnados.*

*Ocorre que existe um corpo ainda mais sutil do que o corpo espiritual: o chamado* ***corpo mental****, que é um veículo de manifestação formado diretamente pela mente. Ele possui uma natureza vibrátil muito mais sutil do que o do corpo espiritual, além de outra dimensionalidade.*

*A mente, em vibração incessante, interage com a composição da matéria elementar primitiva do plano de existência em que está o Espírito imortal e forma o corpo mental. Esse corpo mental não possui forma para vocês, consciências ainda condicionadas à realidade tridimensional, e para nós, Espíritos desencarnados que habitam esferas próximas – vibracionalmente – do Universo Físico, mas para Espíritos evoluídos que habitam universos muito sutis, com a matéria em cinco e mais dimensões, ele possui uma forma determinada e específica.*

*Esse corpo mental interage com a composição da matéria elementar primitiva e as suas diversas dimensionalidades, tanto a quarta dimensão (Universo Espiritual), quanto a terceira (Universo Físico), formando os demais veículos de manifestação (corpo espiritual e corpo físico, respectivamente).*

*Portanto, o corpo mental é o causal e formador dos demais corpos do Espírito.*

*Pois bem, em razão de sua natureza vibrátil, ele é diretamente influenciado pela mente.*

*A mente é ferramenta do ser. É o leme que determina em qual mar de vibrações a pessoa quer navegar.*

*Conforme os hábitos mentais do indivíduo, sua mente vibrará em determinada frequência, emitindo e absorvendo energias afins. Essas energias formam a atmosfera psíquica da pessoa e determinam a frequência de vibração do corpo mental. O corpo mental, sua atmosfera psíquica e as energias absorvidas influenciarão diretamente o corpo espiritual, repercutindo no corpo físico, enquanto encarnados.*

*Além do corpo mental, perispírito e corpo físico, possuímos o* ***corpo duplo etérico****.*

*O duplo etérico é formado pelas emanações psíquicas do Espírito enquanto encarnado, transformando as energias absorvidas em princípio vital essencial para a vida no Universo Físico, isto é, para a animalização do corpo físico. Assim, é o duplo etérico que dá vitalidade ao corpo físico.*

*O duplo etérico não constitui um veículo de manifestação e, nesse sentido, não pode ser usado isoladamente em uma projeção. Como explicado, é o nome para o conjunto de energias vitais do Espírito reencarnado. Ademais, é importante compreender que, durante o desdobramento consciente, o projetista sempre carregará um lastro de duplo etérico. Quando esse lastro é grande, dizemos que o desdobramento ocorreu com duplo etérico, perispírito e corpo*

*mental. Porém, quando o Espírito deixa no corpo físico a maior quantidade das energias vitais, levando consigo um lastro mínimo de duplo etérico, apenas suficiente para o equilíbrio fisiológico do corpo espiritual, afirmamos que o duplo etérico ficou em repouso junto ao corpo físico e o desdobramento foi apenas em perispírito e corpo mental.*

*Para aqueles que estudam as obras básicas de Allan Kardec, temos que o termo perispírito engloba os corpos mental, espiritual e duplo etérico. Conforme previsto pelo próprio Allan Kardec, a ciência espírita evoluiria, assim como a linguagem humana e sua capacidade consciencial, viabilizando aprofundar o conhecimento a respeito de diversos temas. É exatamente o que aconteceu e ocorre diariamente. Hoje podemos estudar e entender que não existe somente um corpo além do físico, mas vários. Em um futuro não muito distante, será possível compreender que o corpo mental possui outras divisões e, assim, sucessivamente, até a completa compreensão das leis que regem o Universo Divino.*

(A palestra continuou sobre algumas questões que vou abordar em outros capítulos, em razão da didática sugerida por Heitor para este livro.)

# Capítulo 2 - Universos entrelaçados

A palestra continuava e todos estavam muito atentos. Estranhei o fato, porque sempre estudei que muitos Espíritos encarnados, quando em desdobramento, permaneciam sonolentos ou sem total lucidez. Depois, em conversa com Arshad, Heitor e Antônio, eles me explicaram que, naquele momento, todos estavam recebendo ajuda magnética de seus amigos espirituais para que a consciência estivesse desperta e o curso de uma hora fosse aproveitado. Mas, ressaltaram que muitos, quando retornassem ao corpo físico, não se lembrariam totalmente do curso e que as informações aprendidas surgiriam ao longo dos dias, como intuição e nos momentos de estudo da Doutrina Espírita, melhor compreendendo as lições e explicações.

Heitor prosseguiu a palestra:

*Entendemos, portanto, que possuímos diversos corpos entrelaçados e que, no momento em que a consciência está inserida em determinado plano de existência, é para ele que todos os corpos convergem, seguindo o comando da mente que está se expressando naquela dimensão. Portanto, quando estamos encarnados, o Espírito está no Universo Físico e os corpos sutis*

*entrelaçados convergem para a existência nesse plano de vida, manifestando-se nesse espaço-tempo.*

*Neste exato momento, com a ajuda magnética de seus amigos espirituais, ao realizarem o desdobramento, vocês deixaram repousando, no dormitório de seus lares, os corpos físico e duplo etérico. Assim, agora, vocês estão com dois corpos entrelaçados, o mental e o espiritual, ambos convergidos para manifestação aqui, nesta dimensão espiritual, a qual está entrelaçada com o Universo Físico.*

*Seria possível que vocês fizessem um novo desdobramento, projetando-se para fora do corpo espiritual, quando então acessariam a quinta dimensão da matéria, chamada por alguns pelo rótulo de "mental" e que está entrelaçada com o Universo Físico e o Universo Espiritual.*

*Complicado, não? Eu sei. Mas é porque nossa mente, quando encarnados, está engessada na realidade tridimensional do Universo Físico.*

*O Universo Físico é formado por uma matéria muito densa, característica de sua dimensionalidade e necessária para a atual fase de evolução da humanidade terrena. Nós todos, Espíritos em evolução, no estágio em que estamos, precisamos imergir na matéria densa, esquecendo-nos temporariamente do passado sombrio para renovar nossos propósitos de seguir o Evangelho de Jesus e viver em sintonia com a Providência Divina.*

*Ocorre que o Universo Espiritual é formado por uma matéria mais sutil. Veja, isso não quer dizer que ela seja impalpável ou abstrata! Apenas que ela possui outras características em razão de*

*sua dimensionalidade, algo muito difícil de compreender quando estamos encarnados e condicionados à tridimensionalidade da matéria densa (altura, profundidade e largura).*

*Recomendamos o estudo de "O Livro dos Espíritos", em especial das questões 22, 26, 27, 29 e 30. Mas, rompam as barreiras que existem em suas mentes. O texto é muito claro. Existem três elementos universais: Deus, Espírito e matéria. Logo, os planos de vida do Espírito precisam ser formados de matéria. Assim, as esferas do Universo Espiritual são formadas de composições vibratórias diferentes da matéria elementar primitiva. A questão 30 é clara no sentido de que toda a matéria do Universo deriva de apenas um único elemento: a matéria elementar primitiva, que por muitos é considerado o Fluido Cósmico Universal. Alguns consideram o FCU o hálito divino, isto é, o plasma divino que dá origem à matéria elementar primitiva e ao próprio princípio espiritual. Porém, trata-se de questão extremamente complexa e que foge do conhecimento exato dos nossos grupos de estudo no Universo Espiritual, portanto, não abordarei essa discussão com vocês. Nosso tempo é limitado.*

*Pois bem, uma das características mais impressionantes da matéria em sua quarta dimensão é a possibilidade de coexistirem, no mesmo Universo, planos de existência totalmente diferentes, interligados, entrelaçados, influenciando uns aos outros, mas com aparente vida independente.*

*Assim, temos que o Universo Espiritual é formado por diversas esferas espirituais. Cada uma delas constitui um mundo próprio, isto*

*é, uma morada do Espírito imortal. E o interessante é que todas essas esferas espirituais são do planeta Terra. Vejamos.*

Nesse momento, por meio de um dispositivo eletrônico que eu não sei explicar qual seja – algo como uma caneta eletrônica –, ele projetou em nossa frente uma espécie de holograma, que possuía imagem muito nítida, em alta definição.

A projeção era tridimensional e possibilitava visualizar o que Heitor explicava, apesar de eu demorar para compreender e assimilar.

O desenho tridimensional no ar era como um pequeno filme que se repetia; primeiro mostrava o planeta Terra, logo após dez esferas iguais do planeta Terra na posição horizontal, depois, elas se entrelaçavam e se tornavam uma só novamente. Após alguns segundos, as dez esferas surgiam novamente, agora na vertical. Nessa posição, era possível notar as três últimas mais opacas, uma mais nítida transparecendo uma ideia de maior densidade e as seis superiores mais claras e brilhantes, até a última, irradiando uma luz própria muito intensa.

Heitor continuou a explicação:

*Dentro do que foi possível apurar em nossos estudos, vimos que o planeta Terra possui dez esferas espirituais. Essa em maior nitidez é onde estamos agora, é um ponto de encontro direto entre os Universos Espiritual e Físico. Daqui a pouco falaremos sobre isso. Mas, percebam que existem três esferas espirituais mais densas e seis esferas espirituais mais sutis.*

*Nessa posição vertical torna-se mais fácil assimilar esse conceito didático. É importante compreender que nenhuma está acima ou*

*abaixo; isso é uma representação gráfica para didaticamente entendermos a composição material de tais planos de vida. Em verdade, para Espíritos mais evoluídos, os quais possuem o discernimento da matéria em variadas expressões dimensionais, fica claro o entrelaçamento dessas esferas e, assim, eles conseguem se locomover entre elas com extrema facilidade e rapidez.*

*Mas, nós somos ainda estudantes e lutamos para compreender um pouco essa geografia dimensional, seu entrelaçamento e os efeitos que decorrem dessa formação.*

*Pois bem, essas esferas mais densas estão descritas na literatura espírita como trevas ou abismos, e assim o foram porque são esferas espirituais mais atrasadas na evolução. A matéria de tais esferas é extremamente densa se comparável à do Universo Físico, mas, claro, com as características próprias do Universo Espiritual.*

*Aqui é que precisamos romper um pouco o engessamento mental do condicionamento de vidas seguidas. Tais esferas, para aqueles que as habitam, formam verdadeiramente um plano de existência, isto é, um mundo. É planeta Terra, mas uma realidade diferente do planeta. Quem está lá pisa no chão, olha para cima e vê o céu, o sol, a lua. Em cada uma dessas esferas existem mares, oceanos, montanhas, ecossistema característico, cidades, estradas e sistemas econômicos e sociais próprios. Além disso, em tais esferas existem também regiões bonitas. Deus é infinita misericórdia e não criaria planos de existência parecidos com o inferno imaginário. Mas, evidentemente, por serem esferas habitadas por*

*Espíritos renitentes na maldade, sofrem a influência das emanações mentais e atuação direta de seus moradores, o que faz com que existam lugares sombrios, tempestades diversas, desequilíbrio da natureza, cidades gigantes sem planejamento ou organização, legitimando dominação e tirania.*

*As três primeiras acima da crosta terrestre são conhecidas, na Doutrina Espírita, pelo termo umbral ou esferas umbralinas.*

*Aqui a expressão "acima" designa que a matéria de formação de tais planos de existência está em composição vibratória diferente. Apesar de ainda possuir uma grande densidade, eles detêm uma composição vibratória mais sutil do que a esfera espiritual entrelaçada diretamente com o Universo Físico.*

*Novamente, precisaremos romper as barreiras que engessam nossa mente e mantêm nosso nível consciencial paralisado. O termo umbral, adotado pelo Espiritismo, em razão das fantásticas obras do Espírito André Luiz, refere-se às três esferas, isto é, três moradas diferentes do Espírito. Não se trata apenas de uma região infeliz e triste. Em verdade, adotaram o termo umbral em razão do seu significado de passagem. Ou seja, o Espírito imortal desencarna, permanece alguns anos em alguma das três esferas e depois reencarna no Universo Físico ou consegue elevar-se para esferas mais sutis do Universo Espiritual. Vemos, portanto, que são esferas espirituais de passagem e, por isso, que as colônias espirituais de tais esferas são chamadas de colônias transitórias. Inclusive a famosa "Nosso Lar". Vale dizer, a colônia "Nosso Lar" está na terceira esfera umbralina e é considerada transitória.*

*Porém, no futuro da humanidade, é natural que o Espírito permaneça mais tempo nessas três esferas, que também estão evoluindo. Isto é, as esferas umbralinas são mundos paralelos da Terra que também estão em constante evolução, tornando-se planos de existência mais saudáveis. As regiões infelizes dessas três esferas, como ocorre no Universo Físico, estão sendo reconstruídas e reurbanizadas. As cidades espirituais estão evoluindo e ajudando as regiões infelizes, assim como interagindo entre si a fim de constituírem um meio ambiente mais equilibrado e harmônico.*

*Aqui entra um detalhe importante: quase todas as informações que foram recebidas pelos médiuns encarnados a respeito do mundo espiritual, referem-se à primeira esfera espiritual mais densa do que a entrelaçada com a dimensão física e às três esferas umbralinas.*

*Isso importa em dizer que, para os encarnados, a vida a partir da quarta esfera espiritual mais sutil expressa-se de forma tão diferente que é inapreciável à atual linguagem. Percebam, faltam parâmetros, metáforas e palavras para descrevê-las. Basta vocês imaginarem a tentativa de descrever a encarnados no século XIX o que eu acabei de ensinar-lhes e o que vocês vivenciaram aqui, inclusive a projeção eletrônica que utilizamos. Faltariam palavras e seria impossível.*

*Alguns Espíritos desencarnados, utilizando-se de médiuns experientes encarnados, contaram quando visitaram a quarta e a quinta esferas espirituais em desdobramento consciente, tais como o Espírito Manoel Philomeno de Miranda, pelo querido médium Divaldo Pereira Franco, no livro "Transição Planetária", ou André*

*Luiz, no livro “Nosso Lar”, quando visitou sua mãe que habitava a quarta esfera do Universo Espiritual, dentre outros.*

*No livro “Obreiros da Vida Eterna”, André Luiz descreve a reunião mediúnica por meio da qual Asclépios manifesta-se em Nosso Lar. Pois bem, Asclépios é morador da esfera espiritual mais sutil da Terra. Quando voltarem para o corpo físico, nos dias que se seguem, releiam o capítulo e percebam a descrição dessa reunião mediúnica e o que o mentor de André Luiz explica a ele sobre as condições de vida de Asclépios.*

*Mas, e a esfera espiritual diretamente entrelaçada com a dimensão física? Essa é um capítulo à parte de nossa explicação.*

*Vejamos.*

*Na literatura espírita ela costuma ser chamada de crosta terrestre. Por exemplo, no livro “Os Mensageiros”, André Luiz narra sua viagem da esfera de Nosso Lar até a crosta terrestre, passando pelas outras duas esferas umbralinas.*

*É a morada dos Espíritos que permanecem entre os encarnados, ou seja, existem Espíritos que ficam aqui, nessa zona de contato entre os Universos Físico e Espiritual. Para fácil assimilação, lembrem-se de filmes famosos como “Ghost”, “O Sexto Sentido”, “Os Outros”, do final do filme “Nosso Lar”, quando André Luiz visita sua família etc.*

*Agora mesmo estamos manifestando nossa consciência imortal na dimensão sobreposta ao Universo Físico.*

*E, assim, convivem diariamente Espíritos encarnados e desencarnados, “ombros a ombros”.*

*Nessa convivência, pelas vibrações mentais, um sente a influência do outro e muitas vezes a presença e comunicação do outro. Daí a afirmação de que todos somos médiuns. Mas, o médium ostensivo é aquele que espontaneamente consegue interagir com os viventes do Universo Espiritual que estão aqui, nesta dimensão entrelaçada à dimensão física.*

*Percebam que são termos didáticos, adotados para fácil diferenciação e estudo, os quais não podem gerar mistificações (conceitos errados) ou mitificações (transformar informações, fatos e pessoas reais em mitos).*

*Mas, o que eu vou dizer agora é que vai causar maior espanto para os amigos encarnados que vieram assistir a esta rápida aula.*[2]

*A esfera espiritual em que estamos, e que está entrelaçada ao mundo físico, também se expressa na quarta dimensão da matéria e, portanto, existe uma realidade, um plano de existência, que foge às suas percepções.*

*Vejamos este centro espírita, este nobre posto de socorro e, ao mesmo tempo, educandário. A percepção de suas mentes é de que existe um prédio, com um grande salão, onde estamos, com recepção, algumas salas de estudos, cozinha, banheiros e quintal. Mas, coexistindo, abraçando essa construção, existe um prédio muito maior, com enfermaria, subsolo e diversos outros ambientes.*

*Ocorre que as mentes de vocês, presas à tridimensionalidade das formas da matéria, não conseguem enxergar essa realidade sobreposta.*

Nesse momento olhei para Antônio, ele sorriu afirmativamente e desenvolvemos rápido diálogo:

– Mas você está vendo tudo isso? – indaguei-lhe.

– Claro, estou desencarnado há 150 anos e trabalhando na Doutrina há mais de 50 anos.

– Isso eu sei, já me disse. Mas não consigo compreender a lição.

– Isso porque sua mente está condicionada à tridimensionalidade da matéria e é só isso que você consegue enxergar no momento. Espíritos mais evoluídos conseguem não só enxergar essa conexão dimensional, mas diversas esferas espirituais. Recorde-se: elas estão entrelaçadas, coexistindo, recebendo e influenciando uma à outra. Lembra-se de que na entrada expliquei que essa luz constante que cai do alto se refere às vibrações sutis que chegam das esferas superiores? Pois bem.

Após breve pausa, Antônio prosseguiu:

– Mas, não fique aflito. Essa explicação é importante apenas para saber que existe, compreender como existe e sua complexidade foge da atual capacidade dos encarnados e não teria grandes utilidades. É como saber que Deus existe, mas que ainda não é possível compreender a sua natureza íntima e é perda de tempo, na atual capacidade mental e moral, tentar desvendá-Lo. Vamos, a palestra está no final e teremos um encontro com Heitor.

Heitor fez mais algumas breves considerações sobre o tema, ressaltando, inclusive, o que Antônio havia acabado de explicar-me e encerrou a noite de estudos.

Antônio determinou que esperássemos os demais Espíritos irem embora, porque teríamos uma reunião Arshad, Antônio, Heitor e eu.

2. Nota do Autor: em razão de a escrita ser realizada no momento em que estou desperto no Universo Físico, minha mente permanece presa à realidade tridimensional do Universo Físico e a transmissão dos ensinamentos de Heitor, a partir desse ponto, foi de grande dificuldade. Assim, a essência do ensinamento foi transmitida, mas com certeza muitas definições ficaram perdidas.

# Capítulo 3 - A reunião

Enquanto aguardávamos a saída dos demais Espíritos, fiquei observando aquele salão da minha querida casa espírita – Núcleo Espírita Amor e Paz.

Não vou mentir, estava tentando entender a última lição de Heitor e tentava enxergar as demais construções que supostamente existiriam ali, mas na quarta dimensão da matéria.

Arshad percebeu meus pensamentos e sorriu como a dizer: “esquece, você não vai conseguir sem ajuda magnética que desperte essa sua capacidade.” Mas, continuei mesmo assim. Infelizmente não consegui.

Em poucos minutos chegou Heitor e senti enorme afinidade com ele; em verdade, fiquei emocionado e com os olhos lacrimejando.

Heitor falou:

– Olá, querido amigo. Não perdeu essa mania de se emocionar? Vamos conversar na sala ao lado. Calma, é uma sala que você consegue ver.

Nessa hora pensei comigo: “como é difícil conviver com Espíritos que sabem seu pensamento.” Heitor olhou para mim e disse:

– Realmente é difícil, por isso a matéria densa é necessária na atual fase de evolução da maioria dos humanos. Já pensou todos

saberem o que todos estão pensando? Os relacionamentos seriam impossíveis.

Nesse momento resolvi parar de pensar a respeito, já que saberiam mesmo.

Sentamo-nos nas cadeiras, em volta de uma grande mesa que havia na sala e Heitor começou a falar:

– Querido amigo, eu poderia realizar um procedimento magnético em sua mente para despertar em sua consciência presente as lembranças do passado, mas achamos interessante não fazer isso agora. O temporário esquecimento que você está experimentando, em virtude da matéria densa, é importante para as tarefas programadas em favor da Doutrina e para as provas e expiações que você planejou para resgatar seus débitos com a Lei Divina e readquirir equilíbrio espiritual. Assim, prefiro apenas explicar um pouco sobre a gente. Nós quatro formamos uma equipe de trabalho e planejamos, antes de sua reencarnação, algumas das tarefas que estamos executando atualmente. Sempre iremos trabalhar juntos, mas, por uma questão de especialidade, afinidade e organização, Antônio lhe ajudará nos estudos da doutrina, em especial das obras do Espírito André Luiz. Ele conhece os assuntos narrados por André Luiz e se preparou para desenvolver esse trabalho conosco. Arshad o ajudará no entendimento do Evangelho de Jesus, mas de uma forma que auxilie as pessoas a efetivamente despertarem como Espíritos imortais, inclusive você, que está imerso em matéria mental muito densa e vem dando um pouco de trabalho para nós. Está na hora de você despertar para suas responsabilidades. Ele passará algumas tarefinhas de casa para você cumprir e depois

você vai ensiná-las e escrever a respeito.[3] Eu vou ajudá-lo nos desdobramentos conscientes. Vamos sugerir livros para você estudar, levá-lo para algumas viagens interessantes e, no momento apropriado, iremos, juntos, redigir um manual no qual você contará seus estudos, suas experiências e vivências no Universo Espiritual, inclusive esta conversa, para que os encarnados entendam que mesmo os trabalhos humildes na Doutrina Espírita são planejados, organizados e sérios. Nas obras do bem, mesmo nas mais singelas, não há espaço para improvisos.

Ele fez uma pausa, para que eu pudesse assimilar o que estava sendo explicado e continuou:

– Sobre os desdobramentos conscientes, estou acompanhando-o há muito tempo, desde a infância, adolescência e agora na fase adulta. Iremos relatar alguns no manual que iremos redigir.

– Mas eu vou me recordar desse encontro quando voltar ao corpo físico? – questionei.

– Não com perfeição, mas terá memórias fragmentadas do encontro e de estar aqui, no Núcleo Espírita Amor e Paz, na noite de hoje. Mas, tudo o que está sendo vivenciado estará em sua memória e, aos poucos, inclusive com nossa ajuda magnética, surgirá como forte intuição, e no momento da redação do manual eu estarei ao seu lado e escreveremos juntos. Aos poucos vou ajudá-lo a montar o quebra-cabeça de seus desdobramentos conscientes, assim como Antônio o ajudará nos estudos da doutrina e Arshad do Evangelho. Nossa contribuição é um pequeno tijolinho no enorme castelo que é a Doutrina Espírita, mas é um tijolinho organizado e feito com amor – esclareceu Heitor.

Eu fiquei muito feliz com a reunião. Em meu íntimo sentia que em breve iniciaríamos alguns trabalhos mais efetivos na Doutrina Espírita. Poucos meses depois iniciamos o curso sobre as obras do Espírito André Luiz, estudando o Universo Espiritual com o auxílio de Antônio e ainda aprendendo as tarefinhas de casa que Arshad me passava e ensinávamos no final das aulas de terça-feira.

As tarefinhas de casa foram importantes para o meu despertar como Espírito imortal, isto é, compreender que minha essência é espiritual e que eu estava iludido e perdido na matéria densa.

Enquanto nossos hábitos e condutas diárias (casa, trabalho, centro espírita, rua) não são alterados pela Luz do Evangelho de Jesus, continuamos dormindo, desperdiçando preciosas oportunidades de crescimento espiritual.

Eu nasci em família espírita, sempre estudei e frequentei o centro espírita, mas posso afirmar que muito pouco de minha vida cotidiana era afetada efetiva e positivamente pelo conhecimento espírita.

Arshad me ensinou que esse é o primeiro passo para despertar a consciência imortal. Aceitar que a sua vida se encontra dominada apenas por hábitos materialistas e que a frequência na casa espírita tem servido somente para receber algumas boas energias.

O segundo passo é verificar o que podemos modificar em nossa rotina diária, de modo a viver em sintonia com os ensinamentos da Doutrina Espírita. Alguns hábitos são básicos para quem desperta como Espírito imortal: oração e meditação diárias, evangelho no lar semanalmente, prática efetiva da caridade, estudo constante dos ensinamentos dos Espíritos de Luz (mensagens de Emmanuel, André Luiz e outros), frequência na casa espírita, vida digna e

correta. Perceba que isso não significa tornar-se um Espírito perfeito, mas tão somente viver, ainda no grau evolutivo em que estamos, em sintonia com a Providência Divina e os ensinamentos de Jesus. Assim, naturalmente, melhoramos nossa qualidade de vida e de nossa família.

Esses ensinamentos são importantes para quem quer realizar desdobramentos conscientes e viagens no Universo Espiritual, pois nas esferas espirituais próximas do Universo Físico existem muitos Espíritos doentes, enfermos e ainda estagiando na ignorância da maldade. Assim, aquele que quer tornar-se um projetor consciente e não pensa em realizar uma efetiva reforma íntima terá muitos encontros desagradáveis.

Isso acontece porque aqueles que mantêm hábitos inferiores, e não desenvolvem os hábitos mínimos de saúde espiritual, tais como os citados acima, alimentam uma atmosfera psíquica densa e isso atrai para o convívio diário Espíritos infelizes. Muitos deles buscam apenas aproveitar-se da vitalidade do encarnado, vampirizando fluidos vitais e energias densas emitidas durante o consumo de vícios.

Esse tipo de pessoa, ao realizar desdobramentos, estará em companhia de legiões de Espíritos infelizes e será refém deles. Entenda que não há risco de vida propriamente dito, mas é muito desagradável, já que as energias emitidas por tais Espíritos e absorvidas pelo projetista farão com que ele se sinta muito mal. Após algum tempo, essas energias são absorvidas pelo corpo físico e surgem sensações como desânimo, cansaço intenso, angústias diversas etc.

Quando o desdobramento é realizado em companhia dos amigos espirituais (guias, amparadores), eles envolvem o projetista em campos magnéticos. Assim, há proteção mesmo quando realizam viagens em regiões infelizes e imersos em energias que poderiam causar alguma espécie de prejuízo para o projetista.

No meu caso, foi essencial iniciar um efetivo processo de reforma íntima, despertando minha consciência imortal, isto é, aceitando conscientemente que sou um Espírito encarnado e que minha vida diária precisa estar em sintonia com a realidade da imortalidade da alma.

Dessa forma, consegui desfazer-me de alguns hábitos infelizes do meu cotidiano, o que aumentou minha sintonia com meus amigos espirituais e os trabalhos planejados começaram a ser executados com maior facilidade, inclusive os desdobramentos.

Portanto, caro leitor amigo, se possui o desejo de iniciar desdobramentos conscientes e visitar regiões do Universo Espiritual, aceite a importância de alterar suas condutas diárias, deixando para trás hábitos infelizes (vícios e paixões) e introduzindo hábitos saudáveis, tais como os citados acima e os diversos ensinamentos de Jesus Cristo, revividos pela Doutrina Espírita por meio de tantas mensagens de luz de Espíritos Superiores.

---

3. Nota do autor: são os exercícios mentais ensinados no final das aulas de terça-feira no Núcleo Espírita Amor e Paz e que deram origem ao livro “Em Busca da Felicidade”

# Capítulo 4 - Cordão de prata

O Espírito, ser imortal, utiliza muitos veículos de manifestação ao longo de sua viagem de evolução. Cada veículo é perfeitamente apropriado à dimensão da matéria onde irá se manifestar, vivendo por certo período. Assim, somos viajantes do espaço-tempo.

Ao longo da evolução, o Espírito desenvolve a mente e, consequentemente, seus corpos de manifestação. A mente é a principal ferramenta do Espírito, mas não se confunde com este. Imaginemos o corpo como um carro; a mente é o volante, mas o motorista é o Espírito. Portanto, a mente é a ferramenta do Espírito, por meio do qual ele decide em que estrada da vida quer trafegar. Aqui entra o uso da vontade. Falaremos novamente sobre o tema.

A mente, essa máquina maravilhosa, com enormes e ainda desconhecidas capacidades, é que molda os corpos de manifestação. Assim, a mente dá origem ao corpo mais sutil que conhecemos, o chamado “corpo mental”. Este, interagindo com a composição específica da matéria da esfera espiritual onde o Espírito está, dá origem ao corpo espiritual (perispírito). Quando vamos reencarnar, o perispírito serve de molde para a formação do corpo físico.

Nesse sentido, temos que todos os corpos são oriundos do comando mental. Claro que para ingressar no Universo Físico recebemos influência direta da genética dos pais, mas, mesmo assim, o corpo é formado conforme comando da mente. Imaginemos um quadro: a tela é pintada pelo Espírito, mas as tintas foram oferecidas pelos pais. Apesar de os pais ofertarem as tintas, quem projeta a pintura é o Espírito reencarnante por meio de seu comando mental.

Ainda no Universo Espiritual, o Espírito reencarnante, considerando as últimas vidas físicas, bem como necessidades de resgastes, provas e trabalho no bem, realiza uma programação de vida, o que inclui a formação do corpo físico. Nessa programação, os médicos espirituais responsáveis, com alto nível de conhecimento da genética humana, consideram o material genético que será ofertado pelos pais, ou seja, a pintura a ser desenhada é decidida antes da reencarnação, mas considerando as tintas e cores que serão oferecidas pelos pais.

É importante entender essa formação dos corpos para entender o que seria o chamado “cordão de prata”.

Como é a mente a ferramenta do Espírito imortal que forma todos os veículos de manifestação, há uma ligação vibracional intensa nessa região que interliga todos os corpos (região da cabeça).

Há elos vibracionais em todas as regiões dos corpos (físico, espiritual e mental), mas, na região da cabeça, sede principal da mente, essa ligação é mais intensa.

Assim, quando nos desdobramos e estamos projetados para fora do corpo físico, o Espírito se desloca nas dimensões e sua consciência passa a manifestar-se numa das esferas do Universo Espiritual. Isso significa que sua mente está convergindo os corpos de manifestação nesse espaço-tempo. Porém, não houve o rompimento com o corpo físico, isto é, permanece um forte elo vibracional entre o Espírito imortal e o seu corpo físico. Esse elo é tão forte que dá a impressão de formar um cordão que, por brilhar intensamente, recebeu o nome de “cordão de prata”.

Esse elo vibracional apenas se rompe no momento da desencarnação, quando o Espírito se desliga do veículo de manifestação utilizado no Universo Físico. Costuma-se perguntar se há riscos de o cordão de prata romper-se ao longo de uma projeção consciente. Precisamos ser honestos e afirmar que na teoria existe, sim, o risco, isto é, a depender do desdobramento, caso o projetado se desloque para regiões espirituais extremamente densas e se envolva com entidades infelizes, com conhecimento suficiente para isso, seria, na teoria, possível que se rompa o cordão de prata, causando o desligamento do Espírito com o corpo físico e, consequentemente, a desencarnação. Porém, trata-se de hipótese remotíssima, sem nenhum relato a respeito, seja dentro da Doutrina Espírita, seja nas inúmeras escolas e instituições que estudam, ensinam e praticam o desdobramento consciente. Trata-se de procedimento extremamente complexo de ser realizado, que exigiria avançadíssimo nível de conhecimento. Ademais, existem, em todo o Universo Divino, trabalhadores do bem e uma organização que visa a auxiliar os Espíritos em sua evolução. Nesse sentido, aquele que

se desdobra conta com o auxílio de seu Espírito-guia, também conhecido como amparador.

Todavia, o conhecimento dessa remota possibilidade é necessário para ressaltar a importância de não se encarar a faculdade do desdobramento como uma simples diversão e para fins frívolos, que violem o bom senso ou, até mesmo, as Leis Divinas. Aquele que pretende realizar desdobramentos conscientes para fins inferiores estará, naturalmente, em sintonia com Espíritos infelizes. De outro lado, aqueles que estudam e querem desenvolver a faculdade do desdobramento consciente para ampliar sua consciência imortal, conhecer o Universo Divino, ter contato com sua essência espiritual, ajudar irmãos em dificuldade, evoluir intelectual e moralmente, estarão em sintonia com seus amigos espirituais e não correrão risco algum. Aqui também fica evidenciada a importância de o estudo do desdobramento ser acompanhado por uma necessária e relevante mudança de hábitos, com a realização da reforma íntima e adoção na rotina diária da oração, meditação, evangelho no lar, alimentação saudável, controle da mente e dos atos (evitar ira, raiva, intolerância e similares), praticar exercícios físicos regulares, com o que o Espírito viverá naturalmente em melhor padrão vibratório e em sintonia com Espíritos amigos e amparadores.

O cordão de prata, por ser um elo vibracional, não sofre qualquer limitação de distância ou espaço-tempo. Com isso, o Espírito em desdobramento pode deslocar-se para qualquer parte do Universo Divino.

Quanto à sua constituição, temos que o cordão de prata que liga o corpo espiritual ao físico é híbrido, ou seja, possui elementos da dimensão física (matéria tridimensional – densa) e elementos da dimensão espiritual (matéria tetradimensional). É por meio dele que fluem, de forma mais intensa, os princípios vitais do duplo etérico, tanto para o corpo físico, quanto para o corpo espiritual. No momento do desencarne, conforme o nível evolutivo do Espírito, haverá absorção de certa quantidade de fluidos vitais pelo perispírito do desencarnante, e isso ocorre pelo cordão de prata.

Em razão dessa constituição híbrida e do fluxo intenso de fluido vital, temos que, ao realizar o desdobramento consciente e permanecer próximo do corpo físico, é possível sentir fisicamente o cordão de prata, muitas vezes até mesmo como um verdadeiro cordão, já que próximo do corpo físico ele ficará denso e volumoso. Isso faz com que muitas pessoas o tenham como um Espírito, ou seja, o projetista iniciante sai do corpo físico e sente o cordão de prata em suas costas ou próximo às suas costas, sente o seu calor e conclui que existe ali um Espírito desencarnado. Nessas situações, o projetista iniciante costuma achar que se trata de um obsessor. Muitas vezes, fica com medo e quer voltar para o corpo físico. Porém, com mais experiência, percebe que distanciando-se do corpo físico o cordão de prata diminui de volume e densidade. Após, com experiência, o projetista pode até mesmo analisar o próprio cordão de prata, verificando de onde sai da cabeça do corpo físico, tentando tocá-lo, segurá-lo, vendo suas características de densidade, cor, calor etc.

Caso o desdobramento seja realizado, deixando em repouso o corpo físico, duplo etérico e perispírito, o Espírito estará envolvido apenas pelo corpo mental e manterá o elo vibracional com os demais corpos.

Didaticamente, para facilitar a compreensão, alguns autores chamam a ligação do corpo espiritual e do corpo mental de cordão de ouro, pois teria uma constituição diferente, com elementos do corpo espiritual e do corpo mental, sem elementos do corpo físico e duplo etérico. Pensamos que as duas denominações atendem a finalidade. Importante compreender que existe um elo intenso ligando o Espírito imortal aos veículos de manifestação.

Além do cordão de prata, existem outros elos intensos, verdadeiras amarras que prendem o Espírito ao corpo físico. Em virtude disso, Espíritos desencarnados conseguem, com facilidade, visualizar quando é um projetista visitando regiões do mundo espiritual. Esses outros elos estão interligados aos chacras do corpo espiritual, o que veremos no capítulo seguinte.

# Capítulo 5 - Chacras

A palavra chacra advém do sânscrito, língua falada na antiga Índia, e representa círculos de energias, isto é, vórtices energéticos.

O corpo espiritual, veículo de manifestação da consciência imortal no Universo Espiritual, também é formado de matéria. Trata-se de uma matéria em dimensionalidade diferente do corpo físico e, portanto, possui outras características, tais como a plasticidade e maior capacidade de absorção de energias do ambiente em que está.

Quando estamos encarnados, o perispírito assume uma maior plasticidade e sutileza, para assim viabilizar a sua formação conforme o comando mental que contém o planejamento do corpo físico a ser utilizado na atual vida física. Assim, ainda no mundo espiritual, é analisada a genética dos pais e programado um novo corpo físico para o reencarnante. Essa programação é mentalizada pelo Espírito, repercutindo no corpo mental e também no espiritual, que sofrerá uma transformação momentos antes da ligação com o óvulo fecundado.

Algumas horas antes da ligação definitiva com o óvulo fecundado, o perispírito inicia um processo de transformação, perdendo os fluidos vitais da esfera espiritual onde estava

habitando, como se a morrer no mundo espiritual para renascer no mundo físico. Durante esse processo, o perispírito assume uma sutileza tão grande que se entrelaça de forma quase imperceptível ao corpo mental, viabilizando assim uma reformatação, agora em sintonia com a programação da nova vida física.

Quando ocorre a ligação definitiva com o óvulo fecundado, o Espírito, já em tamanho minúsculo, acoplado ao ventre da mãe por meio do seu corpo mental e espiritual, inicia a formação do corpo físico.

Assim, célula a célula, o corpo físico é elaborado em sintonia com o desenvolvimento do corpo espiritual. A mente, por meio do seu corpo mental, determina natural e instintivamente a nova formação do corpo espiritual e este do corpo físico.

Com isso, compreendemos que há uma forte ligação vibracional entre o corpo físico e o espiritual. São cópias idênticas, moldadas quase simultaneamente pela mente durante o processo de reencarnação, inclusive os órgãos do corpo espiritual. Vemos, então, que o perispírito, quando encarnado, terá exatamente os mesmos órgãos que possui o corpo físico.

Ocorre que o perispírito é formado por matéria em outra dimensionalidade, possuindo características próprias. Como dito, uma dessas características é a maior capacidade de absorção de energias. Assim, todas as células do corpo espiritual, que estão sobrepostas ao corpo físico, absorvem energias diariamente e de forma ininterrupta. É uma das formas de alimentação do Espírito para que consiga manter-se vivo na dimensão em que está inserido.

As energias absorvidas, em sua maioria, são aquelas que estão em sintonia com o padrão vibratório do Espírito.

A pessoa, por meio dos seus hábitos diários, estabelece a frequência em que sua mente vibra, emite e absorve energias, com repercussão direta em seu corpo mental. Esse fenômeno forma a sua atmosfera psíquica, que envolve a pessoa como em um campo magnético. Esse campo magnético atrairá energias afins, que são aos poucos absorvidas pelo corpo espiritual e, de imediato, repassadas ao corpo físico, trazendo benefícios, como saúde e bem-estar, ou efeitos desagradáveis, como mal-estar e doenças.

Ocorre que cada célula do organismo perispirítico vibra na frequência determinada pela mente, que possui o comando central do microuniverso que é um corpo humano. Ao mesmo tempo, cada célula emite e absorve energias; o mesmo ocorre com cada órgão em escala mais intensa.

Os órgãos vitais do corpo físico e do corpo espiritual são responsáveis pela manutenção da vida tal como está se expressando no momento presente, portanto, possuem grandes quantidades de energias vitais. Por consequência, nos órgãos mais importantes há maior volume de exteriorização e absorção de energias que estão em sintonia com a atmosfera psíquica da pessoa. Daí temos a formação dos chacras ou centros de força.

Possuímos vários chacras no corpo espiritual, mas sete são considerados os mais importantes, quais sejam:

1. Chacra coronário: é o principal, intimamente ligado à mente e à glândula pineal. Situado no alto da cabeça, é o responsável pela maior absorção das energias que gravitam na atmosfera psíquica da

pessoa e pela distribuição dessas energias aos demais chacras e células do corpo espiritual, as quais estão justapostas às células do corpo físico. Temos no chacra coronário o principal leme de direção das energias, já que ele representa a exteriorização de vibrações diretamente da mente e, assim, influencia diretamente todos os demais chacras e estabelece a frequência vibratória de cada um deles.

Nesse passo, caso o Espírito encarnado, utilizando-se da vontade, fixe o pensamento ou conduta em determinado vício, paixão ou desejo, o comando do chacra coronário será mais intenso no chacra respectivo, fazendo com que este se altere mais do que os outros, atraindo energias densas, as quais irão desencadear doenças e desequilíbrios, além de viabilizar aberturas para a influenciação direta de Espíritos desencarnados infelizes, que possuam afinidade com o pensamento ou conduta adotado pelo encarnado.

2. Chacra frontal: localiza-se entre os olhos e popularmente é conhecido como terceiro olho. Está ligado diretamente às capacidades psíquicas da pessoa, uma vez que por meio dele há a exteriorização e a absorção de energias pela glândula pineal, que é uma espécie de antena psíquica do corpo físico, por onde o Espírito consegue ampliar sua capacidade consciencial e interagir com o Universo Espiritual. Em razão dessa importante atribuição, recebe influência direta do chacra coronário e também influencia os demais, além de administrar o sistema nervoso de toda a organização física.

3. Chacra laríngeo: controla diretamente a respiração e a fala do Espírito. Por ser a respiração uma das principais fontes de

alimentação do Espírito, nesse centro encontra-se também importante contribuição para o equilíbrio imunológico e a saúde do corpo físico.

4. Chacra cardíaco: sustentação do equilíbrio emotivo e sentimental do Espírito, além da saúde do corpo físico, ditando o ritmo da pulsação e da distribuição das energias vitais para os demais órgãos. O equilíbrio ou desequilíbrio emocional do Espírito repercutem diretamente sobre o chacra cardíaco e os batimentos cardíacos, podendo trazer saúde aos Espíritos equilibrados ou enfermidade àqueles que cultivam uma vida mental desregrada e desequilibrada.

5. Chacra esplênico: refere-se à região do baço. Possui fundamental importância na distribuição das energias sutis e vitais em todo o corpo físico e espiritual. Conforme nos ensinam os Espíritos amigos, para que o desdobramento consciente seja possível, o chacra esplênico precisa estar equilibrado e saudável, regulando a distribuição de energias pelos diversos corpos.

6. Chacra gástrico: localiza-se na região do umbigo, com ligação direta com o estômago e o aparelho digestivo. É responsável pela absorção de energias que vitalizam o sistema digestivo, auxiliando no metabolismo do alimento físico ingerido pela pessoa encarnada. Possui forte sintonia com o chacra cardíaco, recebendo influência direta do estado emocional do Espírito.

7. Chacra básico ou genésico: situado na região dos órgãos genitais, os energiza e está ligado ao sistema reprodutivo e criativo do Espírito encarnado. Quando equilibrado, representa fonte de vitalidade e criatividade. Porém, na hipótese de a pessoa sofrer de

desequilíbrios sexuais, tal região adoece e se torna porta de entrada para os obsessores, afetando diretamente o discernimento mental, que fica ofuscado pela atividade criativa inferior e conexão com Espíritos infelizes. Nessa triste hipótese, não raramente a pessoa comete atos infelizes que, se pudesse assistir, ficaria com vergonha e lamentaria imensamente.

A exteriorização e a absorção de fluidos que formam os vórtices energéticos, conhecidos como chacras, ocorrem tanto na frente do corpo espiritual quanto nas costas.

Importante ressaltar que, mesmo aqueles que possuem hábitos mentais saudáveis e procuram guiar suas vidas em sintonia com o Evangelho de Jesus e os ensinamentos da Doutrina Espírita, em razão da imperfeição natural do estágio evolutivo em que estão, acabam por, em momentos do dia, abaixar o padrão vibratório, exteriorizar e absorver fluidos negativos e densos.

Essas energias sofrem um processo de condensação nos chacras respectivos, conforme foi o fato gerador da manutenção da mente em vibrações densas, e impedem o perfeito funcionamento do chacra, ocasionando o surgimento de microrganismos na dimensão espiritual que atacam a vitalidade do órgão espiritual e do órgão físico, dado o entrelaçamento energético de ambos.

Por isso, é importante frequentar a casa espírita e obter ajuda magnética e espiritual por meio do passe espírita. Durante o passe espírita, os amigos espirituais desencarnados, que compõem a equipe de trabalhadores da casa espírita, utilizam as boas energias exteriorizadas pelos médiuns passistas e realizam uma limpeza no corpo espiritual e nos chacras do atendido. Com isso, todo o

complexo universo de energias e corpos do encarnado passa a funcionar em frequência mais sutil, trazendo-lhe benefícios imediatos.

Além disso, nos casos de pessoas que estão lutando contra doenças diversas, inclusive mentais (depressão, ansiedade, TOC, pânico etc.), torna-se importante o tratamento magnético e espiritual por meio da fluidoterapia, quando o atendido receberá maior quantidade de energias positivas, as quais são utilizadas para limpeza do seu corpo mental, corpo espiritual, chacras e células. Essa limpeza e energização são fundamentais para o melhor funcionamento do corpo físico e aumento da sensação de bem-estar, trazendo novo ânimo para aqueles que passam por dificuldades.

Por fim, ressaltamos a importância da prática do evangelho no lar, que consiste em semanalmente reunir toda a família (ou apenas aqueles que querem) em determinado dia e determinada hora. Nesse momento, lê-se uma passagem do Evangelho ou livro de mensagens edificantes, após, uma breve conversa positiva sobre o que foi lido e uma prece de encerramento, agradecendo as dádivas da vida e rogando proteção para a semana. Pode-se vibrar positivamente para entes queridos e momentos importantes a serem vivenciados. Recomenda-se deixar um copo de água para cada participante, a ser consumido depois do encerramento. Os Espíritos amigos e protetores visitam a casa, limpam o ambiente de energias densas, ministram passes magnéticos e fluidificam a água. Com isso, todos passam a sentir maior bem-estar, paz e harmonia.

# Capítulo 6 - Objetivos do desdobramento consciente

Quando uma pessoa deseja desenvolver a faculdade do desdobramento consciente, precisamos convidá-la a meditar sobre o motivo. Caso seja mera curiosidade, não recomendamos, porque o desdobramento consciente elevará o grau de consciência sobre o funcionamento do Universo Divino e isso implicará ultrapassar algumas barreiras mentais que aprisionam a maioria dos encarnados.

Ocorre que essas barreiras mentais, embora aprisionem, proporcionam uma zona de conforto que permite ao encarnado viver o presente sem grandes dificuldades.

Como a maioria dos encarnados permanece no profundo sono da matéria densa, os reflexos condicionados da sociedade, ou seja, os pensamentos dominantes, são materialistas e limitados. Quando o encarnado inicia o processo de despertar da consciência imortal, passa a enxergar como antes estava adormecido e como a maioria ainda está. Isso traz alguns conflitos íntimos que, se não forem direcionados à luz do Evangelho de Jesus e dos conhecimentos da Doutrina Espírita, em especial os morais, poderão causar-lhe prejuízos.

De outro lado, se a motivação é realmente despertar a consciência imortal para melhor compreender o Universo Divino, impulsionar a reforma íntima, melhorar os hábitos mentais diários, viver cada vez mais em sintonia com o Evangelho de Jesus e os ensinamentos da Doutrina Espírita, o desdobramento consciente será poderoso combustível e fomentará transformações profundas na pessoa.

Por meio do desdobramento consciente, a pessoa vivenciará a multidimensionalidade do Universo Divino, isto é, conscientemente visitará esferas do Universo Espiritual, entrará em contato com entes queridos desencarnados e poderá trabalhar nos diversos serviços para o bem comum.

Para que os desdobramentos sejam produtivos e benéficos, como dito, é importante que integrem um processo de transformação íntima do projetista. Assim, deve a pessoa realizar verdadeira reforma íntima, com a transformação de seus hábitos diários.

Dessa forma, elevará o seu padrão vibratório e manterá uma atmosfera psíquica em vibração sutil, o que viabilizará maior contato com os guias espirituais, que são os Espíritos desencarnados que trabalham para ajudar na evolução da humanidade.

Em diversos atendimentos espirituais, a participação daquele que faz desdobramento assume relevante papel, porque muitas vezes os atendidos, encarnados ou desencarnados, precisam de fluídos vitais mais densos e os viventes do Universo Físico os têm em abundância.

Aquele que procura desenvolver a faculdade de desdobramento consciente na forma em que estamos narrando, poderá integrar equipe de Espíritos socorristas e ajudará no atendimento fraterno que ocorre na dimensão física e nas esferas espirituais mais densas do Universo Espiritual.

A Providência Divina, em sua infinita misericórdia, possui espalhadas, em todos os planos de existência de seus filhos, equipes preparadas para realizar atendimentos fraternos de socorro. O mesmo ocorre em nosso planeta. Porém, a seara de trabalho é enorme e o número de trabalhadores que já atingiram um nível consciencial suficiente é pequeno.

As equipes espirituais poderiam prestar o socorro sem a ajuda do projetista, mas a sua ajuda facilita e agiliza o trabalho. Além disso, aquele que está trabalhando no bem é instrumento da misericórdia divina e sedimenta sentimentos importantes para sua evolução espiritual. Por isso, os Espíritos amigos procuram os projetistas que desenvolvem suas faculdades à luz do Evangelho para integrar as equipes.

Entretanto, não se deve alimentar angústias de querer lembrar-se dos socorros e viagens no Universo Espiritual. Essa ansiedade acaba, por muitas vezes, dificultando o desenvolvimento da faculdade de projetar-se e ainda traz o desânimo e a vontade de desistir. É preciso compreender que os guias espirituais sabem quando será útil guardar lembranças do desdobramento. Precisamos confiar neles. Muitas vezes eles entendem que não é útil ou interessante lembrar-se do desdobramento e, assim, realizam

procedimentos magnéticos na mente do projetista para que ele não se recorde do que vivenciou.

Além dos motivos mais comuns – não querer que o projetista se recorde de algo muito intenso, que poderia impressionar a mente quando desperto no corpo físico –, muitas vezes os Espíritos amparadores possuem o cuidado de não estimular além do necessário a mente desperta do projetista, evitando que a pessoa desenvolva um sentimento de que a vida no mundo físico é tediosa. Isso porque, quando começamos a visitar o mundo espiritual e gozamos da liberdade e impressões de uma vida liberta da matéria densa, um dos sentimentos que surgem é a relativa perda de interesse na vida física, o que, por óbvio, deve ser afastado. Afinal, se estamos encarnados, é condição útil e necessária ao nosso desenvolvimento como ser imortal que somos.

Nesse sentido, se você se interessa pelo desdobramento consciente, treine as técnicas, faça reforma íntima, introduza hábitos mentais saudáveis em sua rotina diária, mentalize e converse mentalmente com seus guias espirituais e confie que, quando for útil para seu desenvolvimento, os amigos espirituais irão ajudá-lo a lembrar-se do desdobramento realizado ou a realizá-lo de forma consciente ou semiconsciente.

Além disso, com o treino e a prática vem a experiência e você conseguirá cada vez mais controlar a faculdade de desdobrar-se e interagir no Universo Espiritual, também conhecido como quarta dimensão da matéria. Assim, nas projeções mais simples, em que não há nenhum prejuízo de lembrar-se do que aconteceu, com as

técnicas aprendidas e a experiência adquirida, você conseguirá recordar os fatos vivenciados quando em desdobramento.

# Capítulo 7 - Desdobramento e Doutrina Espírita

Avançando nos estudos, precisamos entender a visão da Doutrina Espírita sobre o desdobramento, bem como o que são sonambulismo, êxtase e alguns outros fenômenos interligados ao tema.

Inicialmente, destacamos a importância de estudar as obras básicas de Allan Kardec, bem como as obras do Espírito André Luiz, pela psicografia do querido médium Chico Xavier. Com isso, forma-se uma base segura para desenvolver estudos mais aprofundados sobre espiritualismo.

Pensemos no nosso conhecimento sobre espiritualidade como uma casa. Allan Kardec nos fornecerá o sólido alicerce e as colunas. As obras dos Espíritos Emmanuel e André Luiz, ambos pela psicografia de Chico Xavier, serão as paredes e telhados. Após essa construção do saber espírita, nós poderemos e deveremos estudar obras de outros médiuns e espiritualistas diversos, mas teremos elementos suficientes para saber o que devemos deixar entrar na nossa construção do conhecimento. Assim, teremos filtros suficientes para analisar o que é mistificação e o que é aprofundamento ou explicações novas sobre o Universo Divino e suas leis.

Destacamos ainda as obras espíritas de Yvonne do Amaral Pereira e Divaldo Pereira Franco como elementos que ajudarão na construção de filtros seguros para estudos mais variados e aprofundados sobre espiritualismo.

Pois bem, primeiramente, devemos entender que na Doutrina Espírita a faculdade de projetar-se para fora do corpo físico é estudada no capítulo Emancipação da Alma de “O Livro dos Espíritos”. Nesse capítulo, Allan Kardec explica sobre “sonambulismo”, “êxtase” e “dupla vista”. O termo “desdobramento” surge com os livros de Chico Xavier, em especial na coleção do Espírito André Luiz.

As demais escolas espiritualistas também conhecem a faculdade de projetar-se para fora do vaso tridimensional com os nomes de: projeção da consciência, projeção do eu, viagem astral, projeção astral e outros. Ou seja, rótulos para designar a saída do Espírito do corpo físico ou dos demais veículos de manifestação (duplo etérico, perispírito e corpo mental).

Quanto aos sonhos, podem ou não ser a lembrança de uma experiência fora do corpo físico. Veremos como diferenciar.

Vamos estudar os conceitos da Doutrina Espírita, procurando entender os termos trazidos nas obras básicas (sonambulismo, êxtase e dupla vista) e nas obras de Chico Xavier (desdobramento).

## 7.1 – Sonambulismo

Allan Kardec trata do tema a partir da questão 425 de “O Livro dos Espíritos”. Naquela época, o codificador pesquisava qual era a

causa de pessoas saírem andando como se estivessem acordadas, mas, em verdade, estarem dormindo e depois não se lembrarem do que aconteceu. Além disso, ele queria entender como era possível que a pessoa sonambúlica, quando em transe, respondesse e perguntasse, resolvesse questões incompatíveis com seu nível de conhecimento e depois também não se lembrasse de nada do que ocorreu. Por fim, estudava o fenômeno de alguém conseguir enxergar fatos ocorridos a longa distância, estando plenamente acordado.

Para entender melhor o conteúdo das obras básicas de Allan Kardec, vamos separar o sonambulismo em duas classificações: *sonambulismo físico* e *sonambulismo espiritual*.

No *sonambulismo físico*, o Espírito (pessoa encarnada), em estado de sono, enquanto sonha, possui alguma carência, energética ou espiritual, e essa carência repercute no corpo físico que se levanta e passa a interagir, falar e andar sob comando da mente. Portanto, trata-se de um desequilíbrio momentâneo do Espírito que se reflete no corpo físico, que deveria ficar em repouso, mas recebe o eco do que está se passando na mente. Por exemplo, alguém está desdobrado e em uma discussão com outro Espírito em alguma região do mundo espiritual, o corpo físico recebe reminiscências dessa discussão, se levanta da cama e começa a falar em voz alta. Mas, situação semelhante pode ocorrer quando esse alguém está rememorando e construindo ilusões em sua mente, inclusive sonhando oniricamente (imaginação). No mesmo exemplo, pensemos que a pessoa está sonhando a respeito de uma discussão que não está ocorrendo efetivamente, senão em sua

mente. Ela se levanta – corpo físico fica em pé – e começa a gesticular, gritar e falar.

Nesse caso, vemos que a pessoa precisará de um acompanhamento médico, além do espiritual, pois há um desequilíbrio entre seu corpo físico e seu Espírito que faz com que seu corpo receba reminiscências da mente, quando deveria ficar em repouso para o salutar descanso fisiológico.

No *sonambulismo espiritual* ocorre uma alteração do estado de consciência da pessoa encarnada. Vamos entender: quando reencarnamos, ingressamos em determinado espaço-tempo de uma sociedade já constituída, a qual possui hábitos mentais condicionados e instituídos. Além disso, recebemos a influência genética dos pais. Portanto, nosso Espírito constrói uma personalidade para esta vida física. Assim, construímos o ego, o qual é esta personalidade do presente. Claro que todas as experiências do passado formam a nossa personalidade, com aptidões e dificuldades, mas agregamos a ela os hábitos mentais da sociedade em que renascemos e a carga genética que recebemos.

Nesse cenário, é natural que a personalidade do presente possua alguns aspectos diferentes da personalidade imortal. O nosso eu imortal possui milhares de vidas e, se fosse possível acessar todo o conhecimento que carregamos, teríamos condutas diferentes ao longo da vida física em alguns aspectos, tal como o adulto amadurecido que pensa no que poderia ter feito de diferente quando era jovem.

Esse fenômeno é natural em virtude do esquecimento temporário causado pela reencarnação e que é necessário para a fase de

evolução em que estamos. Afinal, se fosse possível lembrar-se de fatos das outras vidas, além de não termos equilíbrio emocional para seguir adiante – basta imaginar-se um dono de escravo, torturando, matando, separando famílias –, não conseguiríamos resgatar dívidas com pessoas que erramos ou amamos (traição, golpes, mortes etc.).

Vemos que o esquecimento temporário – que ocorre quando da reencarnação – é uma bênção divina que viabiliza o recomeço e a reconstrução de nossos destinos. Mas, como consequência, temos a formação de uma personalidade que muitas vezes é mais limitada do que o nosso verdadeiro eu, seja no aspecto moral, seja no intelectual. Não por acaso, Espíritos desencarnados que estão entrando na fase de regeneração, isto é, despertando para a importância de vivenciar os ensinamentos do Evangelho, têm medo de reencarnar e sofrer quedas que podem ocorrer por sucumbir diante de fatos da vida física, como no exemplo da Dona Laura, narrado por André Luiz no capítulo X do livro “Nosso Lar”.

Nós, antes de encarnar, podemos já ter atingido evolução suficiente para viver em alguma colônia espiritual, trabalhando e estudando, bem como acessando parte de nosso passado que está armazenado em nossa mente. Assim, nós, quando desencarnados, podemos possuir uma maior maturidade espiritual, isto é, consciencial. Mas, quando encarnamos, pelos motivos explicados (influências da coletividade, do meio e da genética), sofremos variadas limitações.

Essas limitações, inclusive, podem ser escolhidas pelo próprio Espírito, que quer, na reencarnação presente, desenvolver outras

faculdades do seu eu imortal. Desse modo, pode ocorrer de um Espírito muito intelectualizado planejar uma reencarnação em que se expresse por meio de um aparelho físico que limita suas faculdades intelectuais e ele desenvolva uma vida mais simples, trabalhando outras características importantes do seu Espírito que precisavam fortalecer-se, como, por exemplo, a humildade.

Pois bem, o *sonambulismo espiritual* ocorre quando o Espírito consegue atingir um nível consciencial que ultrapassa o seu ego presente, isto é, a sua personalidade moldada durante esta reencarnação. Caso ele esteja em uma reunião mediúnica ou estudo a respeito de desdobramentos, poderá dar respostas que ultrapassam sua capacidade e conhecimento desta vida física. Não quer dizer que irá lembrar-se de tudo o que ocorreu nas vidas anteriores, mas, em razão do transe, de forma anímica (é ele mesmo respondendo), conseguirá dar respostas que estão além da sua capacidade atual. Inclusive, pode despertar com tais ideias latentes ou que surgem ao longo do dia como intuição, tendo sido antes despertadas pelo estado de sonambulismo espiritual, trazidas do nível inconsciente para o consciente.

A matéria foi abordada na questão 431 de “O Livro dos Espíritos”:

> *431. Qual a origem das ideias inatas do sonâmbulo e como pode falar com exatidão de coisas que ignora quando desperto, de coisas que estão mesmo* ***acima de sua capacidade intelectual****?*

> É que o sonâmbulo possui mais conhecimentos do que os que lhe supões. Apenas, tais conhecimentos dormitam, porque, por demasiado imperfeito, ***seu invólucro corporal não lhe consente rememorá-lo***. *Que é, afinal, um sonâmbulo? Espírito, como nós, e que se encontra encarnado na matéria para cumprir a sua missão, despertando dessa letargia quando cai em estado sonambúlico. Já te temos dito, repetidamente, que vivemos muitas vezes. Esta mudança é que, ao sonâmbulo, como a qualquer Espírito ocasiona a perda material do que haja aprendido em precedente existência. Entrando no estado, a que chamas crise, lembra-se do que sabe, mas sempre de modo incompleto. Sabe, mas não poderia dizer donde lhe vem o que sabe, nem como possui os conhecimentos que revela. Passada a crise, toda recordação se apaga e ele volve à obscuridade*.

Agora, com esta diferenciação entre *sonambulismo físico* e *sonambulismo espiritual*, podemos entender as respostas e explicações que estão em “O Livro do Espírito” e “O Livro dos Médiuns”.

Em razão da época em que foi escrito e da falta de outras terminologias, as explicações que estão nas Obras Básicas englobam tanto o *sonambulismo espiritual* (capacidade de, em transe, acessar informações do Espírito que estavam adormecidas na atual vida física) quanto o **desdobramento** (faculdade de a pessoa projetar-se para fora do corpo físico). As questões 432 a 438

referem-se ao desdobramento e não mais ao sonambulismo físico ou espiritual. Mas, o termo “desdobramento” surgiria na Doutrina Espírita com os livros do Espírito André Luiz pelo médium Chico Xavier, algumas décadas após o lançamento das Obras Básicas.

Precisamos, então, entender e diferenciar os temas e é essa a nossa intenção. Afinal, um iniciante no estudo da Doutrina Espírita ou do tema “desdobramento” ficará confuso com os diferentes termos e seus significados.

Pois bem, após fixarmos a diferença entre *sonambulismo físico* (eco no corpo físico do que se passa na mente, desdobrada ou não) e *sonambulismo espiritual* (capacidade de, em transe, acessar informações do Espírito que estavam adormecidas na atual vida física), podemos entender o que é explicado sobre “sonambulismo natural” e “sonambulismo magnético”.

Allan Kardec compara o sonambulismo natural à mediunidade natural, isto é, quando a pessoa não a provoca e ela ocorre espontaneamente. De outro lado, o sonambulismo magnético ocorrerá quando a pessoa realiza o procedimento de forma voluntária, ou seja, o provoca conscientemente. O fenômeno pode ser induzido pela própria pessoa ou por um terceiro, magnetizador, encarnado ou desencarnado.

Em resumo, para facilitar os estudos a respeito dos temas tratados, sugerimos a seguinte separação didática:

**a) Sonambulismo físico**: eco das emissões mentais no corpo físico, causando reações, tais como andar, falar, gritar etc. Essas emissões mentais podem ser frutos de um desdobramento ou

simples sonho onírico (pessoa-Espírito em repouso, revivendo fatos reais ou imaginários em sua mente).

**b) Sonambulismo espiritual**: capacidade de o Espírito, em transe, acessar e responder a respeito de informações que ultrapassam seu conhecimento nesta vida física. Tais informações dormitam no íntimo do seu Espírito e foram apreendidas em outras vidas físicas e espirituais.

**c) Sonambulismo natural**: quando esses fenômenos ocorrem naturalmente. Aqui Allan Kardec incluiu os fenômenos que se referem ao desdobramento (estudaremos a seguir).

**d) Sonambulismo magnético ou provocado**: quando os fenômenos são provocados por um agente, encarnado, desencarnado ou a própria pessoa. Aqui Allan Kardec também incluiu os fenômenos que se referem ao desdobramento (estudaremos a seguir).

**e) Questões 432 a 438 de "O Livro dos Espíritos":** explicam o fenômeno do desdobramento, mas essa terminologia somente surgiria com as obras do Espírito André Luiz pela psicografia de Chico Xavier.

## 7.2 – Desdobramento

Allan Kardec, no estudo sobre emancipação da alma, incluiu no sonambulismo a faculdade de a alma desprender-se do corpo físico e interagir no Universo Espiritual.

Porém, a partir das obras do Espírito André Luiz, surgiu o termo "desdobramento" e, com isso, podemos distanciar os institutos e

separar a faculdade de projetar-se para fora do corpo físico (desdobramento) do fenômeno do sonambulismo físico (reações do corpo físico a ecos vindo da mente, imaginando ou interagindo no Universo Espiritual) ou espiritual (acessar informações do eu imortal).

André Luiz busca, de forma mais aprofundada, explicar as questões que envolvem a projeção do Espírito para fora do vaso tridimensional.

Conforme explicado, as obras de Allan Kardec e as psicografadas pelo médium Chico Xavier formam uma base segura para o estudo do Espiritismo. Assim, didaticamente, vamos organizar esse conteúdo.

Vamos entender que sonambulismo é o termo geral adotado por Allan Kardec para designar diversos fenômenos referentes à emancipação da alma e o que pode ocorrer com o corpo físico durante o processo, mas vamos utilizá-lo para designar somente o sonambulismo físico (eco da mente no corpo físico) e o sonambulismo espiritual (acessar informações que ultrapassam o nível de conhecimento e intelecto da atual vida física).

Em sintonia com a evolução segura da Doutrina (obras de Chico Xavier), vamos utilizar o termo desdobramento para representar os fenômenos a seguir explicados.

Desdobramento é a faculdade que o Espírito possui de desprender-se dos corpos de manifestação e interagir em outras dimensões do Universo Divino.

É possível que o Espírito se projete para fora de um ou vários corpos, isto é, o desprendimento pode ser só do corpo físico, ou do

corpo físico e do duplo etérico, ou do corpo físico, do duplo etérico e do perispírito, ficando apenas em corpo mental. Em razão de o duplo etérico ser um conjunto de energias psíquicas e vitais, não é possível o desdobramento apenas em duplo etérico.

O desdobramento pode ocorrer de forma sonambúlica (personalidade do Espírito imortal interagindo no Universo Espiritual e quando retorna ao corpo físico não se lembra do que ocorreu), consciente (personalidade encarnada agindo e quando regressa ao corpo físico lembra-se do que aconteceu na projeção), semiconsciente (personalidade encarnada interage no mundo espiritual e ao regressar lembra-se de alguns fragmentos do que viveu) e inconsciente (personalidade encarnada age no mundo espiritual e quando retorna para o corpo físico não se lembra de nenhum fato).

Lembramos e ressaltamos diversas vezes para fixar a lição: o *sonambulismo físico* pode ser um eco do que ocorre durante um desdobramento (sonambúlico, inconsciente, semiconsciente e consciente) ou do que ocorre durante um sonho que se passa somente na mente da pessoa (ela dorme e fica junto ao corpo físico, apenas rememorando o que está em sua mente; sonho onírico).

No livro “Nos Domínios da Mediunidade”, capítulos 10 e 11, André Luiz deixa clara a separação que devemos seguir nos nomes dos fenômenos. No capítulo 10, narra o caso de uma jovem médium que sofre de um *sonambulismo físico torturado*. A influência que recebe do obsessor ecoa no corpo físico, trazendo, principalmente no momento do sono, sensações de sufocamento e angústias. Já no capítulo 11, temos o caso do desdobramento de Cássio durante

uma reunião mediúnica, iniciando com o desdobramento apenas do corpo físico e depois também do duplo etérico.

Pois bem, temos que o desdobramento poderá ser:

**a) Inconsciente**: a pessoa se projeta para fora do corpo físico, interage no mundo espiritual, visita regiões, encontra parentes, participa de cursos, mas quando retorna ao corpo físico não se lembra conscientemente do que vivenciou. As ocorrências ficam armazenadas em seu inconsciente e, no caso de aprendizado ou orientação, surgem como intuição no dia a dia.

**b) Semiconsciente**: a pessoa, ao retornar ao corpo físico, lembra-se de vários fragmentos do que vivenciou. São necessários o estudo e o desenvolvimento de técnicas para diferenciar essa espécie de desdobramento dos sonhos oníricos (veremos como fazer).

**c) Consciente**: a pessoa desdobrada interage no Universo Espiritual com total consciência do que está acontecendo. Quando retorna ao corpo físico, lembra-se dos fatos com precisão, como se houvesse presenciado enquanto acordada na dimensão física. O consciente pode ser dividido em: c.1) consciente provocado pela pessoa: utilizando técnicas ou instintivamente, ela desdobra-se e sai do corpo físico, quando pode viajar para regiões do mundo espiritual ou caminhar pela casa, bairro ou regiões da própria cidade; c.2) consciente provocado por Espíritos amigos: eles realizam procedimentos magnéticos para que a projeção ocorra. Neste caso, a consciência do que está ocorrendo pode despertar logo após a projeção ou em determinados lugares do mundo espiritual para onde foi levado pelos amigos espirituais.

**d) Sonambúlico**: a pessoa desdobra-se e assume a consciência do seu eu imortal, isto é, a consciência que possui lembrança contínua desde a última vida no mundo espiritual e que foi esquecida no processo de reencarne. Esse desdobramento costuma ser provocado por amigos espirituais com o objetivo de viabilizar a visita a entes queridos que ficaram no mundo espiritual ou a execução de trabalhos na espiritualidade planejados antes da reencarnação. Quando retorna ao corpo físico, não se lembra do que vivenciou.

Nos demais capítulos iremos explicar a importância de todo desdobramento ser sempre realizado com a presença dos amigos espirituais, sua ajuda, orientação e proteção. Mas, no “consciente provocado pela própria pessoa”, o desdobramento é realizado por deliberação consciente do Espírito encarnado, que se utiliza de técnicas para provocar o fenômeno e no segundo, “consciente provocado por Espíritos amigos”, pode ocorrer mesmo sem um planejamento prévio da pessoa, ou seja, os Espíritos amigos a buscam no momento do descanso do corpo físico, realizam o processo de desdobramento e a levam para a viagem em regiões do mundo espiritual.

## 7.3 – Êxtase

Como a nossa proposta é entender os fenômenos que envolvem a saída do Espírito do corpo físico, em sintonia com o conhecimento que está nas obras básicas da Doutrina Espírita, precisamos

entender o que é o êxtase, assunto tratado nas questões 439 e seguintes do “O Livro dos Espíritos”.

Para melhor compreensão, vamos relembrar que o desdobramento pode ocorrer de várias formas:

**a) Corpo físico em repouso**: o Espírito projeta-se e continua utilizando-se do corpo mental, perispírito e duplo etérico para manifestar-se. Em razão de a projeção ter sido realizada com o duplo etérico (conjunto de princípios vitais)[4], o projetista sente-se tão pesado quanto se estivesse acordado e não consegue se afastar do corpo físico. Trata-se de fenômeno comum quando o projetista realiza o desdobramento em sua casa por meio das técnicas específicas ou durante reuniões mediúnicas.

**b) Corpo físico e duplo etérico em repouso**: o Espírito desdobra-se utilizando o corpo mental e o perispírito. O duplo etérico permanece justaposto ao corpo físico[5]. Dessa forma, o Espírito, liberto dos corpos moldados para a vida física, sente-se mais leve, com possibilidade de volitar e visitar regiões diversas do mundo espiritual. Agora, a consciência converge os corpos mental e perispirítico para que se manifestem em alguma das esferas do Universo Espiritual. É a espécie de desdobramento mais comum quando provocada por amigos espirituais que despertam a consciência lúcida do encarnado em determinado momento da projeção.

**c) Corpo físico, duplo etérico e perispírito em repouso**: trata-se de desdobramento raro. O Espírito desdobra-se apenas com o corpo mental. O corpo mental está em uma frequência vibratória muito mais sutil do que a do perispírito. Ele passa a ser o veículo

principal de manifestação da consciência imortal quando ela atinge o nível evolutivo de viver em dimensões tão diferentes da nossa que não é possível compreender como a vida se expressa. Para nós, o corpo mental não tem forma específica. Isso porque não podemos compreender qual seria, pois ele vibra na quinta dimensão da matéria.

O êxtase ocorre quando o Espírito realiza o desdobramento apenas com o corpo mental. Assim, permanece em repouso o corpo físico, duplo etérico e perispírito.

Com isso, podemos entender melhor as respostas dos Espíritos nas questões 439 e 440 de “O Livro dos Espíritos”:

> 439. Que diferença há entre o êxtase e o sonambulismo?
> “O êxtase é um sonambulismo mais apurado. A alma do extático ainda é mais independente.”
>
> 440. O Espírito do extático penetra realmente nos mundos superiores?
> “Vê esses mundos e compreende a felicidade dos que os habitam, donde lhe nasce o desejo de lá permanecer. Há, porém, mundos inacessíveis aos Espíritos que ainda não estão bastante purificados.”

O termo “purificado” se refere à evolução espiritual. Conforme o Espírito evolui, desenvolve as potencialidades divinas e deixa para trás hábitos infelizes, como o materialismo, as paixões destruidoras e os vícios diversos. Com isso, manifesta-se em dimensões nas quais a matéria está em composições incompreensíveis para nós,

desfrutando de um estado de felicidade constante, inclusive pela sintonia permanente com as Leis Divinas.

O Espírito mais evoluído possui a mente trabalhando em alta frequência vibratória e, por isso, molda um corpo mental mais sutil e torna-se desnecessário o corpo espiritual para manifestar-se. Assim, habita dimensões onde o seu veículo de manifestação é apenas o corpo mental. São dimensões muito evoluídas, das quais possuímos poucas informações. Apenas sabemos que existem e que lá o Espírito continua sua caminhada evolutiva.

## 7.4 – Outros fenômenos

Vejamos outros conceitos e fenômenos sobre a emancipação da alma.

I – **Consciência Cósmica**: ocorre quando a pessoa consegue fazer a projeção apenas com o corpo mental e, por alguns instantes (segundos ou minutos), entra em um estado de profunda conexão com o Universo Divino. Nesse desdobramento, queda-se inerte na cama o corpo físico, o duplo etérico e o perispírito. O Espírito fica envolvido apenas pelo corpo mais sutil que conhecemos e que recebe o nome de corpo mental. A intensidade do fenômeno varia conforme o nível evolutivo do Espírito projetor, mas é sempre marcante quando ocorre, porque faz com que a pessoa atinja um nível de satisfação e felicidade incompreensível para quem nunca sentiu. Durante o fenômeno, a pessoa sente-se conectada a tudo e a todos, em perfeita sintonia com a Providência Divina. Mesmo que dure apenas poucos segundos, é o suficiente para deixar profunda

marca em sua memória e ajudá-la a desenvolver uma vida mais espiritualizada. Em razão da dificuldade em realizar o fenômeno, o que inclui desdobrar-se apenas em corpo mental, o normal é que o processo seja realizado pelos mentores espirituais. Mas, aqueles que se dedicam a disciplinar a mente poderão atingir este estado de consciência por meio da meditação.

II – **Bilocação Física ou Bicorporeidade**: fenômeno raríssimo e que Eurípedes Barsanulfo fazia com facilidade. Trata-se de realizar o desdobramento deixando o corpo físico inerte e, em outro local, materializar o corpo espiritual, tornando-se visível para todos, inclusive interagindo. Na realização deste fenômeno pode ocorrer de a materialização do corpo espiritual não ser completa e, assim, assustar aquele que o vê, já que enxergará uma forma vaporosa ou às vezes um corpo humano incompleto. Em seu livro “Projeciologia”, Waldo Vieira cita os estudos envolvendo a médium Natuzza Evolo, italiana, que praticou vários fenômenos paranormais, dentre os quais a bilocação física. Citamos também o vídeo (que pode ser assistido no *YouTube*) em que o médium Divaldo Pereira Franco narra a visita que recebeu do guru Sathya Sai Baba (que também era conhecido por realizar a bilocação física em qualquer ponto do planeta Terra).

III – **Clarividência**: trata-se de a pessoa entrar em profundo estado de concentração, desdobrada ou não – em regra precedido de uma oração e meditação –, para então conseguir descrever fatos, lugares e pessoas que estão em outros locais. A pessoa em concentração consegue visualizar em sua tela mental e assim descrever o que está ocorrendo em outro espaço-tempo, rompendo

as barreiras de espaço, tempo e dimensão. Em regra, trata-se de prática guiada. Exemplo: na reunião mediúnica, o dirigente diz o nome de uma pessoa a ser visitada e seu endereço, com isso, quem irá praticar o fenômeno se concentra, imaginando-se estar no local, e inicia a descrição do que vê. Importante entender que a clarividência não quer dizer que a pessoa se desdobrou e, projetada, foi até o local. Em verdade, pela ampliação e sintonização mental, consegue absorver as vibrações do que está ocorrendo naquele local, mas ela e seus veículos de manifestação continuam na sala da reunião mediúnica. Pode ser um fenômeno anímico (sem ajuda de amigos espirituais) ou mediúnico (com ajuda, inclusive magnética, de amigos espirituais). Como toda atividade mental, é passível de desenvolvimento ao longo dos anos por meio do treinamento, que poderá ser realizado em sua própria casa, confirmando-se depois o que foi visualizado por meios diversos. Um exercício mental simples para desenvolver esta faculdade consiste em entrar em estado de concentração e, de olhos fechados, começar a visualizar a própria casa ou ambiente em que está. Com o tempo, pode ser pedido que alguém altere algo em outro cômodo e a pessoa em exercício tenta relatar o que foi alterado.

Não é raro que se confunda os fenômenos da clarividência e do desdobramento. Isso porque é comum que a pessoa em exercício de clarividência consiga fazer o desdobramento, indo ela mesmo ao local[6]. Nesse caso, com experiência e treinamento, a pessoa perceberá a decolagem, a projeção e o deslocamento, mesmo que rápido, conseguindo diferenciar quando foi um desdobramento e quando foi uma clarividência. Outra característica que diferencia os

dois fenômenos: na clarividência a pessoa é apenas espectadora, narrando o que vê, enquanto no desdobramento ela pode interagir com Espíritos desencarnados e, inclusive, atuar em prol dos encarnados, manipulando energias benéficas (passes).

Por fim, no caso de projetores experientes, é comum o fenômeno de realizar o desdobramento, projetando-se para fora do corpo físico, mas permanecer ali, no mesmo local. Assim, livre do veículo mais denso, a pessoa consegue com mais facilidade romper as barreiras que limitam a mente e, concentrada, realiza o fenômeno da clarividência, descrevendo o local desejado. Temos que a pessoa está desdobrada, realizando a clarividência e descrevendo os fatos por meio do aparelho físico. Trata-se de prática difícil, mas perfeitamente executável por médiuns experientes e todo aquele que se dedica ao desenvolvimento responsável de suas faculdades mentais.

Uma das explicações possíveis da clarividência é que a pessoa realiza um rápido desdobramento apenas do seu corpo mental e que, portanto, a consciência está no local que descreve, mas em outro espaço(dimensão)-tempo. Trata-se de teoria que ainda depende de comprovação e maior aprofundamento em estudos. Mas seria uma explicação de como a consciência rompe a barreira do espaço-tempo e descreve fatos, pessoas ou lugares que estão a quilômetros de distância de forma simultânea.

IV – **Vidência**: designa a capacidade de algumas pessoas encarnadas, em estado de vigília (acordadas), ver Espíritos desencarnados, ou seja, pessoas vivas que estão habitando algumas das esferas do Universo Espiritual. Em regra, trata-se de

faculdade anímica, ou seja, a pessoa tem a capacidade mental de ver quem está na esfera espiritual entrelaçada à nossa dimensão física. Pode ocorrer, também, de a pessoa desdobrar-se e ingressar no plano espiritual conscientemente, ver e interagir com Espíritos desencarnados; aqui também teremos uma faculdade anímica, mas de desdobramento. Por fim, a vidência também pode ser uma faculdade mediúnica, quando o Espírito desencarnado atua sobre a organização perispiritual do encarnado, combinando fluidos para tornar-se visível a este.

Em muitas passagens da literatura espírita vemos que o conceito de “vidência” está inserido no conceito de “clarividência”. Nesse sentido, quando a pessoa consegue, por meio da concentração mental, ver Espíritos que estão em outros locais, temos a vidência e a clarividência.

Por fim, ressalta-se que a pessoa não enxerga pelos olhos e sim pela mente. Assim, formam-se telas mentais e ela consegue ver o que está ocorrendo, seja à sua volta, seja em outros lugares da dimensão física ou espiritual.

V – **Aparições**: ocorrem quando o Espírito desencarnado, utilizando-se do fluido perispiritual do médium, torna-se plenamente visível na nossa dimensão, podendo ser visto até por mais de uma pessoa. Veja que se trata de fenômeno que lembra a bilocação física, com a diferença de que, nesta, quem se materializa é uma pessoa encarnada que está desdobrada e, na aparição, é uma pessoa desencarnada.

VI – **Dupla vista**: conforme definição que encontramos nas Obras Básicas de Allan Kardec, dupla vista é a capacidade que o

Espírito possui de enxergar além das barreiras impostas pela matéria densa do mundo físico. Logo, é um nome genérico para designar todos os fenômenos que se referem a esta faculdade do Espírito encarnado. Também recebe o nome de “segunda vista”. Importante entender que a intensidade da faculdade varia ao infinito, isto é, cada Espírito desenvolve uma capacidade própria de enxergar além dos limites da matéria do mundo físico, seja por clarividência, vidência, sonambulismo, desdobramento etc.

Necessário compreender que se trata de definições didáticas para fins de estudos e que muitas vezes, em um único desdobramento, ocorrem vários fenômenos juntos. Mas, por meio do estudo, classificação e entendimento dos fenômenos, torna-se possível analisar e assimilar melhor qual foi a experiência ocorrida.

---

4. Nota do autor: neste caso, sempre permanece no corpo físico um lastro de energias vitais, com o objetivo de manutenção da vitalidade.
5. Nota do autor: agora inverte-se, isto é, apenas um pequeno lastro de duplo etérico envolve o corpo espiritual.
6. Nota do autor: em “O Livro dos Espíritos”, Allan Kardec cita a clarividência sonambúlica, que ocorre justamente quando a pessoa se desdobra e se desloca até o local que descreve. Isso é diferente do fenômeno unicamente de clarividência. Como visto anteriormente, em Kardec, o fenômeno do “desdobramento” está inserido no conceito de “sonambulismo”.

# Capítulo 8 - Sonhos e desdobramentos

A maior dificuldade de todos aqueles que iniciam os estudos e práticas do desdobramento é conseguir diferenciá-lo dos sonhos oníricos, ou seja, saber o que foi imaginação e o que foi de fato vivenciado em uma projeção lúcida da consciência. Neste capítulo vamos estudar essa questão e ofertar alguns instrumentos que, aplicados, ajudarão a diferenciar os sonhos oníricos dos desdobramentos.

Vamos primeiro relembrar a classificação dos desdobramentos: sonambúlico, inconsciente, semiconsciente e consciente.

Quando a pessoa realiza o desdobramento sonambúlico, o Espírito projeta-se com a consciência, que ultrapassa os limites da atual vida física. Mas, ao retornar ao corpo físico, de nada se lembra. Os fatos ficam armazenados no inconsciente e podem ressurgir como intuição, se forem úteis.

No desdobramento inconsciente, o projetista não se lembra do que vivenciou. Logo, não há como ter confusão com sonhos oníricos. Os fatos ficam armazenados no inconsciente da pessoa e, ao longo dos dias, se forem úteis e necessários, ressurgem como intuição, auxiliando em decisões e momentos importantes da vida física.

Quando o desdobramento é consciente, o indivíduo desdobrado tem total lucidez do que está ocorrendo e, quando retorna para o corpo físico, as lembranças são claras e intensas, possuindo características totalmente diferentes de um sonho onírico.

Assim, temos que o problema ocorre quando o desdobramento é semiconsciente, isto é, a pessoa se lembra de alguns fatos, mas não com a lucidez e transparência do desdobramento consciente.

Primeiro, precisamos entender que todas as pessoas sonham e também se desdobram. Quando repousamos o corpo físico, a mente produz sonhos e, além disso, a ligação fluídica com o corpo físico diminui, ocasionando a projeção.

Essa projeção pode ocorrer sem que a pessoa desperte na dimensão espiritual. Assim, ela se projeta e permanece dormindo acima do corpo físico ou levemente entrelaçada a este. Nesse caso, a mente produz sonhos oníricos e imaginativos.

É importante compreender que, ao longo da noite, o estado de consciência pode passar por vários níveis, vale dizer, ao longo de uma mesma noite podemos fazer desdobramentos conscientes, semiconscientes, inconscientes e ainda produzir lembranças oníricas, criadas pela mente. Isso tudo pode estar junto numa mesma lembrança, fazendo com que a pessoa recorde nitidamente dos fatos quando estava inteiramente lúcida, mas tenha dúvidas para analisar os demais fatos que constituem a lembrança, pois a lucidez era menor, e percebe que também há imagens oníricas.

Por isso, todo aquele que quer desenvolver e dominar a faculdade do desdobramento, precisa exercitar as práticas

propostas neste livro (em especial a Parte III), até que consiga fazer a identificação das espécies de lembrança com maior facilidade.

Existem algumas técnicas que auxiliam na análise da lembrança, para verificar se houve um sonho onírico (imaginação) ou desdobramento efetivo.

Quando vamos examinar uma recordação, devemos verificar se os fatos são lógicos e racionais. Nesse sentido, se a lembrança é de que a pessoa está jogando a final de uma Copa do Mundo de futebol, obviamente que tal fato não ocorreu na dimensão espiritual. Claro que se trata de um exemplo exagerado para entendermos o raciocínio proposto, mas é o que devemos fazer na análise dos fatos que compõem a lembrança. Dessa forma, quando a recordação é racional e lógica, aumenta a probabilidade de se ter vivenciado um desdobramento.

Além disso, deve ser examinado o sentimento a respeito da lembrança. Quando a sensação é intensa e envolve até mesmo a recordação de aspectos táteis, como um abraço em um ente querido, possivelmente trata-se de um desdobramento.

Vou narrar um desdobramento muito especial para mim, que exemplifica isso que estamos a dizer. Eu acordei em minha cama, sensação desperta, sem o peso de acordar com sono. Sabia que havia acabado de vivenciar um desdobramento, mas não me lembrava com exatidão dos fatos. Foi um desdobramento semiconsciente. Ocorre que em meu íntimo eu sabia que havia tido um encontro especial. Então forcei minha memória, utilizando-me dos treinos por meio do caderno de anotações[7], e comecei a lembrar-me de alguns fatos. Primeiramente, acessei fatos

claramente ilógicos e oníricos. Como sabia que não eram verdadeiros, eu os desconsiderei. Nessa parte da lembrança eu estava numa fazenda, mas tudo era confuso. Continuei realizando a busca pelas recordações e, dessa forma, nesse processo, a mente começa a resgatar os fatos de trás para frente, isto é, uma recordação puxa a outra e, de repente, estava no refeitório da Comunidade Eurípedes Barsanulfo, que é uma entidade espírita de Marília, cidade onde vivo. A partir daqui os fatos passaram a ser lógicos. Eu me lembrei de ter subido a rampa de acesso à sala de palestra e sentei-me para assistir a uma exposição de um convidado para a noite. Quando estava sentado, ouvi alguém brincando comigo, provocando-me de forma saudável, dizendo-me: “não vai nem me cumprimentar?” Essa pessoa estava sentada atrás de mim. Eu me virei e era minha avó materna, Antônia, que possuía o apelido carinhoso de Vó Tunica. A minha felicidade foi imensa, porque em razão do desencarne do meu pai, ainda quando eu era bebê, fomos morar com essa minha avó (dizem que sou mimado...). Ocorre que nos desdobramentos anteriores sempre a vi bastante adoecida, sem aceitar a desencarnação que havia ocorrido há muitos anos. Ela estava com muitas dificuldades em aceitar ficar longe da família que deixou no mundo físico e de adaptar-se ao mundo espiritual. Nesse dia, verifiquei que ela estava feliz e rejuvenescida. Seu corpo espiritual, atendendo aos comandos da mente, assumiu a aparência de quando ela possuía cerca de 40 anos (ela desencarnou aos 92 anos). Conversei com ela e percebi que estava muito bem. As lembranças após a conversa voltaram a ficar confusas. Nesse caso, analisando-as, consegui afastar as

imagens oníricas e ilusórias, recordando dos fatos verdadeiramente vivenciados durante o desdobramento semiconsciente. Fiz com segurança porque exercito as práticas ora propostas há muitos anos. Com a experiência, não é difícil analisar as lembranças e ter a convicção do que foi efetivamente vivenciado em projeção consciente e o que é mera imagem criada pela mente.

Algumas características que ajudam na diferenciação:

1º – Lógica: conforme explicado, quanto mais racional for a lembrança, maior a possibilidade de ter ocorrido um desdobramento, com fatos vivenciados pelo projetista.

2º – Sensações: a lembrança tátil de um abraço, um beijo, um aperto de mão, de sentar-se em algum lugar, também ajuda a identificar o desdobramento, porque, projetado, o Espírito utiliza o corpo espiritual, o qual também possui órgãos, incluindo pele e cérebro. As impressões sentidas no momento da projeção são registradas pelo cérebro do corpo espiritual e repassadas ao cérebro do corpo físico, em razão da forte conexão entre os corpos. Por isso, a lembrança tátil de algo que ocorreu tende a corresponder a um desdobramento vivenciado.

3º – Início: no caso de desdobramento provocado desde a saída do corpo físico, a lembrança conterá imagens dessa saída ou do quarto onde o projetista deixou o corpo físico. Na hipótese de ser um desdobramento consciente, o projetista perceberá a decolagem do corpo físico, sensação única e muito marcante.

4º – Direção dos fatos: nos sonhos oníricos, os fatos tendem a ocorrer sem interferência direta da pessoa, a qual fica como mera espectadora do que ocorre. No desdobramento, o projetista decide o

que fazer em cada instante. Por isso, se a lembrança contém momentos em que a pessoa tomou decisões de onde ir, com quem conversar, o que fazer, aumenta a possibilidade de ter ocorrido um desdobramento.

5º – Análise crítica: durante um sonho onírico, a pessoa não possui consciência de que está dormindo e aceita os fatos mais ilógicos e absurdos como algo normal. Porém, se a lembrança possui momentos em que a pessoa tinha consciência de que estava dormindo, projetada, bem como que analisava os fatos criticamente, tende a ser um desdobramento.

6º – Fatos comuns de uma projeção: existem algumas lembranças que são naturais de um desdobramento, tais como volitar, atravessar paredes e portas, passar por portais dimensionais e encontrar com entes queridos que já desencarnaram. Essas lembranças costumam ser de um desdobramento.

7º – Qualidade das lembranças: no sonho onírico, as imagens surgem sem organização e nitidez. No desdobramento, a lembrança é nítida e seria possível até mesmo descrever alguns lugares e situações.

8º – Repetição: no sonho onírico, é comum que haja a repetição de fatos, pois se trata de informações fixas na mente da pessoa. No desdobramento, não há repetição de fatos e lembranças, porque são momentos únicos vivenciados pela pessoa fora do corpo físico.

9º – Exames laboratoriais: segundo explica Waldo Vieira em seu livro “Projeciologia”, as experiências realizadas nos laboratórios demonstram estados de consciência bem diferentes entre o sonho onírico e o desdobramento. No desdobramento, as leituras dos

aparelhos demonstram diminuição ou cessação completa dos movimentos dos olhos fechados, mas no sonho ocorre o contrário, ou seja, aumento dos movimentos rápidos dos globos oculares. Tal informação é importante assinalar e divulgar, porque um leitor pode vir a ser também um pesquisador da área.

10º – Fim das lembranças: no desdobramento, é comum que a pessoa desperte na cama com plena consciência de que vivenciou alguns fatos fora do corpo físico. No sonho onírico, a pessoa desperta sem essa sensação e com poucas lembranças.

Algumas técnicas que devem ser usadas para aumentar a capacidade de o projetista diferenciar sonhos oníricos de desdobramentos:

– Diário de lembranças: mantenha um caderno, uma caneta e algo que possa iluminar apenas o suficiente para escrever sem grandes despertamentos, como a lanterna do celular ou um abajur com luz fraca. Quando acordamos, a mente, aos poucos, vai despertando e volta para a vibração em frequência beta. Porém, é mais fácil acessar as lembranças na frequência alfa, quando a mente ainda vibra em uma frequência menos acelerada. Comece escrevendo sua última lembrança. Aqui você verá um fenômeno interessante: é como uma pesca, uma lembrança puxa a outra e você escreve a história de trás para a frente. Depois passe a limpo, colocando na ordem natural. Com esse exercício, você acostumará seu cérebro a resgatar as lembranças que ficam armazenadas no corpo mental. Além disso, analisando as informações, você conseguirá verificar o que foi sonho e o que foi desdobramento. Com a experiência adquirida, você perceberá claramente a

diferenciação, até porque cada vez mais sua mente estará condicionada a acessar as lembranças logo que você acorda.

– Controle dos sentimentos: ao realizar a projeção, lute contra os sentimentos de medo e repulsa e emita pensamentos positivos, motivando a lembrança. É possível realizar uma oração durante a projeção, elevando o pensamento a Deus. Quanto mais tranquila, serena e elevada a pessoa estiver durante o desdobramento, mais facilmente irá recordar-se ao acordar no corpo físico.

– Durante o desdobramento: quando estiver projetado, fixe a atenção em objetos, placas, pessoas, nomes, procure elementos do plano dimensional em que você está e tente fixá-los em sua mente. Se necessário, repita em voz alta o que você está vendo ou lendo, ou quando alguém apresentar-se a você.

– Durante a vigília: além da reforma íntima com mudança de hábitos, é importante desenvolver a capacidade de percepção do espaço-tempo do mundo físico. Então, acostume-se a consultar o relógio durante o dia, projete o tempo que você vai levar para as atividades do dia, aproveite o tempo de forma produtiva, esteja sempre ciente do dia da semana e do mês em que você está. É importante ter o controle do tempo em sua mente. Assim, você condicionará sua mente a sempre procurar localizar-se no espaço-tempo onde você está e o mesmo ocorrerá durante o desdobramento, quando você frequentemente estará se deslocando em outro espaço-tempo.

Com essas técnicas, é possível aumentar a capacidade de diferenciar o desdobramento dos sonhos oníricos.

7. Nota do autor: ver capítulo 25 desta obra.

# Capítulo 9 - Mediunidade e reuniões mediúnicas

A faculdade do desdobramento consciente pode ser muito útil durante as reuniões mediúnicas. Mas, antes de entrarmos nesse tema, vamos conversar um pouco sobre a mediunidade e as reuniões mediúnicas, pois existe muito misticismo e é importante desconstruir as ideias erradas que atrapalham o desenvolvimento das capacidades psíquicas das pessoas e o crescimento como Espírito imortal.

De início, é importante compreender que não existe morte da pessoa. O que morre é o corpo físico, ou seja, o veículo de manifestação do ser imortal na dimensão tridimensional, conhecida como física. A pessoa, imortal, continua viva, agora em outro plano de manifestação.

Assim, há apenas e tão somente vida.

Vida no mundo espiritual.

Vida no mundo físico.

Vida no Universo Espiritual.

Vida no Universo Físico.

Vida na quarta dimensão da matéria.

Vida na terceira dimensão da matéria.

Portanto, não há comunicação entre mortos e vivos. Há comunicação entre os viventes do mundo físico (terceira dimensão) e os viventes do mundo espiritual (quarta dimensão).

Essa comunicação, em sua forma natural, ocorre diariamente, pois, conforme estudado, há um ponto de contato entre os Universos, isto é, existem duas realidades coexistindo em dimensões diferentes.

O Universo Espiritual possui inúmeras esferas vibratórias, mas uma está entrelaçada diretamente com a nossa realidade, recebendo o nome na literatura espírita de “crosta terrestre” ou “crosta”.

Nesse sentido, existem milhões de pessoas vivas na quarta dimensão da matéria (mundo espiritual) coexistindo com as pessoas que estão vivas na terceira dimensão (mundo físico).

Ocorre que nossa mente, o mais avançado instrumento existente em todo o Universo conhecido, consegue executar muitas tarefas ao mesmo tempo, o que inclui enviar e receber energias, as quais surgem pela manutenção de um pensamento em determinado tema e o Espírito faz isso pelo uso da vontade, gerência esclarecida.

Assim, todos têm a capacidade de emitir pensamentos, os quais chegam ao alvo, não importando a distância física ou o espaço-tempo, pois vibram, em essência, na quinta dimensão da matéria, possuindo natureza psíquica ou mental e comunicando-se diretamente entre os corpos mentais (causais). Esses pensamentos emitidos, caso encontrem sintonia equivalente, podem ser absorvidos pela pessoa alvo e influenciá-la nesse ou naquele ato, surgindo a indução mental.

Daí a afirmação de que todos somos médiuns.

Trata-se de afirmação no sentido de que todos nós podemos influenciar e ser influenciados pelas vibrações mentais dos encarnados e dos desencarnados.

Aliás, frisamos que existe a influência de encarnado para encarnado, encarnado para desencarnado e desencarnado para encarnado – e não somente esta última, como normalmente se supõe.

Essa é a mediunidade passiva. Todos a têm. É regra da natureza. Todos podemos sofrer influências.

Do que foi explicado até o momento, já é possível entender que a mediunidade é uma capacidade psíquica inata ao Espírito. Todos podem receber e influenciar outras pessoas pelos pensamentos emitidos.

Desse conceito, também podemos entender que o que chamamos de ato mediúnico é apenas uma comunicação entre mentes de pessoas que não estão na mesma dimensão naquele momento.

O chamado médium ativo, ostensivo (nas obras de Allan Kardec recebe o nome de facultativo) é aquele que conscientemente consegue comunicar-se com viventes do Universo Espiritual, ou seja, possui capacidade psíquica para comunicar-se com pessoas que vivem em outra dimensão da matéria.

Na essência, não existe incorporação, como costuma ser dito a respeito da mediunidade de psicofonia. Isso porque o corpo físico do médium está ligado somente ao Espírito dele. Mas, por meio da sintonia mental, os corpos espirituais do médium encarnado e da

pessoa viva no mundo espiritual (desencarnada) entram na mesma frequência vibratória, possibilitando ao Espírito desencarnado mandar mensagens e comandos para a mente do médium encarnado, e este os executa, concretizando o ato mediúnico.

Conforme a capacidade psíquica do médium e do Espírito desencarnado, esse fenômeno pode ser mais ou menos intenso. Isto é, a transmissão da mensagem ou ato será mais cristalina conforme a capacidade mental do médium e do Espírito desencarnado.

Disso, podemos entender que todo ato mediúnico é um ato mental pela sintonização das mentes e dos corpos espirituais do médium encarnado e do Espírito desencarnado. Logo, sempre teremos a contribuição dos pensamentos do médium. Quanto maior a capacidade psíquica do médium, mais conseguirá captar a mensagem ou ato e executá-lo sem contaminá-lo com seus próprios pensamentos.

Podemos entender, também, que o ato mediúnico envolve sempre o intercâmbio entre viventes de dois Universos, Físico e Espiritual.

Portanto, na essência, temos que o desdobramento não é um ato mediúnico. Trata-se de uma faculdade anímica do Espírito, pela qual consegue projetar-se para fora do corpo físico e interagir em alguma das esferas do Universo Espiritual.

Agora, precisamos conversar um pouco sobre reuniões mediúnicas.

Primeiro, é importante compreender que o Espiritismo é apenas um, o codificado por Allan Kardec. Assim, os centros umbandistas

ou de candomblé, não obstante nosso enorme respeito, não são centros espíritas. São religiões espiritualistas que nasceram do sincretismo (mistura, fusão) entre a religião católica (em especial os santos católicos) e as tradições africanas. Seus adeptos também acreditam em Espíritos e na possibilidade de comunicação entre as dimensões, mas seguem linha diversa de filosofia, ciência e religião.

Aliás, pela atribuição equivocada do nome Espiritismo a diversas religiões espiritualistas, surgiram os termos Kardecismo e Espiritismo Kardecista. Em verdade, Espiritismo é só o de Allan Kardec.

Pois bem, nos centros espíritas que estudam seriamente a doutrina codificada por Allan Kardec, portanto, à luz do Evangelho de Jesus, há a organização de reuniões mediúnicas. Mas, o que seria isso?

Trata-se de reunião de pessoas encarnadas, em um ambiente reservado, para, por meio da comunicação mental, interagir com as pessoas que estão vivendo na dimensão espiritual. Mas, isso não é feito por curiosidade ou brincadeira. Em regra, é um atendimento fraterno. Muitas pessoas desencarnam em estado de sofrimento e, quando chegam à dimensão espiritual, não conseguem entender o que está acontecendo. Assim, este Espírito desencarnado é trazido para a reunião, colocado próximo ao médium que possui a capacidade mental da psicofonia desenvolvida e, com a sintonização vibratória da mente e dos corpos espirituais do médium e do Espírito desencarnado, torna-se possível conversar com ele e esclarecê-lo. Isso poderia ser feito sem o médium encarnado? Sim, sem dúvidas, mas o procedimento é mais fácil por meio do médium,

porque este Espírito está com sua mente fechada para a realidade espiritual. Além disso, dessa forma os médiuns trabalham e são instrumentos da misericórdia divina, aprendendo a servir e recebendo os benefícios de fazer o bem.

Além desses Espíritos desencarnados, temos também o atendimento a Espíritos obsessores. E o que seria um Espírito obsessor? Quando imaginamos o quadro de obsessão mais comum (desencarnado obsedando encarnado), temos que o obsessor é uma pessoa que está desencarnada, vivendo no mundo espiritual, com um profundo desequilíbrio espiritual e emocional. Em determinado momento, ela encontra as pessoas que causaram o que ela julga ser alguma injustiça em sua última vida física. Essas pessoas estão encarnadas e, assim, o obsessor passa a tramar planos e a influenciar negativamente suas vidas, atrapalhando o convívio familiar e profissional.

Primeiro, torna-se importante compreender que não existem vilões e vítimas na história. O fato de o Espírito obsessor abandonar absolutamente tudo, desistir de viver a sua vida e apenas dedicar-se a prejudicar aquele que está encarnado, significa que este fez algo negativo para ele. Então, quem é vítima hoje, foi agressor ontem.

Nesse sentido, nos centros espíritas, deve-se tratar o Espírito obsessor com muito amor, luz e carinho, buscando atendê-lo como um Espírito adoecido e, assim, viabilizar a conciliação entre o encarnado e o desencarnado.

Durante a reunião mediúnica, o Espírito obsessor é levado e, por meio do médium, conversa com o dirigente da reunião. Ao longo da conversa, recebe as boas energias dos demais médiuns e o

atendimento fluídico da equipe espiritual que comanda a reunião. Além disso, é esclarecido sobre o Evangelho, as Leis Divinas, como ação e reação, reencarnação etc. Com esse atendimento, que poderá demorar algumas reuniões mediúnicas, o Espírito obsessor compreende o que aconteceu com ele e consegue perdoar o encarnado. Dessa forma, à luz do Amor Divino, socorrem-se os dois doentes sem nenhuma nova agressão.

Claro que existem Espíritos obsessores endurecidos e renitentes na maldade. Nesse caso, deve-se ser firme, impedindo atos que poderiam desequilibrar a reunião mediúnica, mas sem nunca esquecer que é um irmão em sofrimento que necessita de amor, luz, esclarecimento e carinho.

E como a faculdade do desdobramento pode auxiliar na reunião mediúnica? Primeiro, é comum que a equipe espiritual utilize o projetor para ir buscar os Espíritos que serão atendidos. Pois, conforme explicado, são Espíritos que estão com a mente densa e fechada para a realidade espiritual. Além disso, aquele que se desdobra pode ir narrando o que está ocorrendo na dimensão espiritual. O dirigente da reunião recebe as intuições da equipe espiritual, mas obter a descrição diretamente do projetor o ajuda a tomar as melhores decisões.

Quando o projetista controla a faculdade do desdobramento de forma satisfatória, consegue desdobrar-se, viajar até regiões do mundo espiritual ou da crosta terrestre e narrar, por meio do aparelho físico (corpo físico), o que está vivenciando. Com isso, também é possível auxiliar em tratamentos diversos. Na reunião mediúnica, é comum o dirigente dizer um nome que foi trazido por

algum participante da reunião para que todos vibrem boas energias para esta pessoa. Durante esse procedimento, o projetista pode desdobrar-se e visitar essa pessoa, narrando as impressões que percebe, tanto física quanto espiritualmente. O projetista não precisa ter medo, porque conta com a ajuda da equipe espiritual, que o acompanha ao longo das viagens a serviço da reunião mediúnica.

Pode ocorrer também de haver o desdobramento pelo qual o projetista ajuda em algum processo de atendimento fraterno, mas ao retornar ao corpo físico, não se lembra do que ocorreu. Trata-se de procedimento adotado pela equipe espiritual por entender que não seria produtivo, para aquele que se projetou, lembrar-se dos fatos vivenciados, em regra por serem quadros dolorosos e que poderiam trazer desequilíbrios emocionais ao projetista. Nesse caso, a equipe espiritual atua em sua mente, evitando que ele se lembre com exatidão do que ocorreu. Tal fato também ocorre em desdobramentos diversos quando o projetista, em sua casa, deita-se para dormir.

Por fim, o médium experiente pode desdobrar-se, sair do corpo físico, receber o Espírito comunicante, conversar e envolvê-lo em boas vibrações, facilitando uma sintonia entre suas mentes e corpos espirituais para, depois, iniciar um ato mediúnico, como a psicofonia, psicografia etc.

Vemos, então, que a faculdade do desdobramento é anímica, pois não se trata de um ato mediúnico em si, mas, por meio dela, é possível trabalhar ativamente nas reuniões mediúnicas e ser um instrumento importante da equipe espiritual, auxiliando de diversas maneiras.

# Capítulo 10 - Durante um desdobramento consciente

É necessário estudar e condicionar a mente. Assim, quando o projetor estiver fora do corpo físico, naturalmente adotará alguns procedimentos que o ajudarão a relembrar os fatos vivenciados.

Recordemos que, no desdobramento plenamente consciente, a pessoa se lembra perfeitamente do que aconteceu, porém, é comum ao longo da noite alternarmos estados de consciência. Assim, quanto mais treinamos a faculdade de projetar-se para fora do corpo físico, mais fácil se torna o desdobramento e o controle do que se vivencia. Com isso, mesmo o desdobramento semiconsciente passa a ser produtivo no que se refere às lembranças para o Espírito.

O início do desdobramento poderá ocorrer de duas formas:

a) Decolagem: trata-se de uma sensação única. O projetor literalmente decola do corpo físico e flutua acima dele. Nesse caso, o início do desdobramento ocorrerá no local em que está o corpo físico.

b) Despertar: nesse caso, é comum que a pessoa desperte em algum lugar do mundo espiritual ou da dimensão espiritual da crosta.

O que fazer?

Primeiro, devemos falar da importância de que toda pessoa que possui a faculdade do desdobramento, desenvolvida ou em desenvolvimento, adote a prática da oração e meditação diária, em especial antes de deitar-se, pois, assim, elevará seu padrão vibratório, banhará o local de repouso de boas energias, afastará influências negativas e viabilizará a ajuda dos amigos espirituais.

Em regra, sempre que o projetor é alguém que se preocupa em fazer a reforma íntima e estudar o Evangelho, o desdobramento é acompanhado pelo Espírito-guia ou um Espírito amigo que exerce a função de tutor.

Pois bem, desdobrado, fora do corpo físico, primeiro deve-se verificar como está a iluminação do ambiente. Na dimensão espiritual da crosta terrestre temos que sempre haverá alguma luminosidade, mesmo que seja um quarto escuro. Não se trata de uma luz irradiada, mas sim de uma capacidade do Espírito de enxergar os objetos materiais. Isso ocorre porque a matéria tridimensional (chamada de física, do mundo físico) está banhada de princípio espiritual, que lhes dá a luminosidade perceptível pelo Espírito.

Claro que pode ocorrer de o projetor sentir-se incapaz de enxergar ou com sérias dificuldades, mas isso decorre do descontrole emocional por estar vivenciando uma experiência nova. Portanto, deve acalmar a mente, inclusive orando e rogando ajuda do amigo espiritual. Com isso, sua percepção do ambiente aumentará e passará a enxergar normalmente.

Após verificado o ambiente em que está, o projetor pode identificar o veículo de manifestação que está utilizando: corpo mental, corpo espiritual ou corpo espiritual e duplo etérico, com a ressalva que nunca haverá desdobramento apenas do duplo etérico.

Quando o desdobramento ocorrer próximo ao corpo físico e com grande volume do duplo etérico, poderá surgir uma sensação de "câmera lenta" ou *"slow motion"*. A pessoa, desdobrada, se movimenta com muita dificuldade e se sente muito pesada. Nessa hipótese, deve-se mentalizar por alguns minutos o fluido vital retornando ao corpo físico e depois verificar como ficou a sensação de mobilidade. Caso necessário, deve-se voltar ao corpo físico.

De outro lado, se o projetor perceber que está conseguindo se mexer com facilidade ou que está em outro ambiente do mundo espiritual, inclusive a dimensão espiritual da crosta terrestre, o veículo utilizado será o corpo espiritual.

O desdobramento realizado pelo corpo mental é claramente percebido pela consciência, porque sente-se uma liberdade indescritível, uma sensação plena de vida que não pode ser concebida quando encarnado.

Com a consciência plena do desdobramento, o projetor deve esforçar-se para controlar os sentimentos, não deve ficar muito emocionado ou com medo. Se isso ocorrer, deve acalmar os pensamentos e focar sua vontade na ideia de concentrar-se ao máximo. Caso tenha uma meta, como visitar um local, deve focar nisso.

Ademais, é interessante buscar uma orientação espaço-tempo, isto é, tentar analisar a dimensão em que está. Fará isso olhando

em volta, entrando nos estabelecimentos, pegando objetos na mão, lendo placas, rótulos etc. Pode-se buscar relógios nas paredes, analisar as conversas das demais pessoas na dimensão. Caso verifique estar na dimensão espiritual da crosta, pode-se deslocar para regiões diferentes do globo terrestre. Mas, caso perceba que está em outra esfera do Universo Espiritual, deve-se buscar apreender o máximo de informações em sua mente, analisando tudo o que está vendo. Assim, será possível concluir se visitou uma esfera espiritual mais desenvolvida ou mais atrasada. Claro que, se o desdobramento ocorrer numa esfera espiritual além das esferas umbralinas, o sentimento de alegria e gratidão será tão grande, que claramente se notará que se trata de numa esfera mais sutil e mais evoluída. Mas, regra geral, os desdobramentos são realizados nas esferas próximas da crosta terrestre e, assim, a diferenciação não é tão fácil de ser realizada pelo simples sentir. Dessa forma, a observação do ambiente ajudará na identificação.

Se desdobrado perceber que está em algum local desagradável ou que julga ser perigoso, deve lembrar-se de que seu guia espiritual está com ele. Portanto, deve elevar seu pensamento para seu amigo espiritual, rogando ajuda para que tenha equilíbrio emocional e consiga aproveitar ao máximo a projeção para obter conhecimento. Aliás, importante ressaltar que é comum o projetado não enxergar o seu guia espiritual, pois em regra este vibra em frequência mais sutil do que a capacidade de enxergar do encarnado desdobrado. Porém, com o treino e a experiência, a presença do amigo espiritual é claramente perceptível.

Na hipótese de participar de um socorro espiritual para algum Espírito doente, encarnado ou desencarnado, o desdobrado deve colaborar mantendo sempre o pensamento sereno e focado no amor, evitando qualquer julgamento ou sentimentos negativos como raiva, ódio, preconceito, desdém, indiferença, desprezo etc.

Caso o desdobramento ocorra na própria casa, a pessoa deve aproveitar e explorar os cômodos, tentar volitar e transpor objetos físicos. Após, mantida a consciência, pode dirigir-se para a rua ou então volitar para cima do telhado, sempre buscando guardar o máximo possível de informações. Com a ressalva de sempre mentalizar o guia espiritual e rogar ajuda durante o desdobramento.

Interessante recordar que a matéria do perispírito é **tetradimensional** e, enquanto estamos encarnados, assume características próprias que viabilizam a formação do corpo físico e a vida nesta dimensão. Quando estamos desdobrados, algumas dessas características podem assustar e o candidato à projeção deve conhecer e condicionar a mente para explorar essas peculiaridades que podem surgir, tais como: a) leveza (no caso de pouco lastro do duplo etérico); b) ser translúcido (pouco duplo etérico e preparação para projeções em outras esferas fora da crosta terrestre); c) elasticidade (sensação de alongamento de pernas e braços); d) alguma deformidade, como um braço maior do que o outro (se a projeção foi espontânea ou provocada sozinha, a mente em treinamento pode não conseguir formar um corpo espiritual perfeito); e) cores diferentes em regiões diferentes do corpo (cada chacra possui uma cor própria e pode tornar-se visível); f) os chacras em si, além de filamentos e o cordão de prata (existem

diversas ligações entre o corpo físico e espiritual, além do cordão de prata e é possível vê-los, podendo assustar porque muda o aspecto do corpo); g) emissão de luz própria (a formação de corpo espiritual com baixo lastro de duplo etérico viabiliza, por sua alta frequência de vibração das moléculas, a emissão de luz própria); h) mudança da forma física, como rejuvenescimento (pela plasticidade inerente, se o comando mental for intenso, torna-se possível); i) travessia de objetos tridimensionais (o momento da transposição traz uma sensação diferente e pode assustar; eu particularmente acho muito agradável e por demais interessante); dentre outros.

Lembremos sempre: se a faculdade está sendo desenvolvida em sintonia com os amigos espirituais, não há o que temer. Na hipótese de encontrar com Espíritos infelizes, é uma oportunidade de conversar com eles, conhecer sua história, enviar boas vibrações e mentalizar muita luz. Caso a pessoa perceba que está ficando com medo, basta orar e rogar ajuda para o guia espiritual.

O que não recomendamos que seja feito: a) brigas, xingamentos, discussões (quando agredimos, mesmo que verbalmente, abaixamos nosso padrão vibratório e descarregamos energias elétricas em direção à pessoa-alvo e, estando desdobrado, a pessoa-agressora sentirá sensações desagradáveis, como espécie de dor, além de sintonizar com Espíritos infelizes em plena projeção); b) espiar vizinhos ou seja quem for (se o desdobramento foi feito por motivo fútil ou durante o desdobramento as intenções se tornarem fúteis, rapidamente o padrão vibratório altera-se e temos a sintonia com Espíritos infelizes, trazendo sensações desagradáveis); c) assédio sexual ou qualquer ato similar (quando

desdobrado, pela liberdade que se sente, se a pessoa possuir distúrbios sexuais e procurar satisfazê-los, assediando outros Espíritos, encarnados ou desencarnados, atrairá rapidamente a sintonia com Espíritos igualmente doentes e a sensação será desagradável). Além das sensações indesejáveis, temos que aquele que utiliza a faculdade de desdobramento para a prática de atos fúteis ou maldosos, acaba por sintonizar ativamente com Espíritos ainda renitentes na maldade. Com isso, se torna alvo fácil de obsessão, vampirização e, no futuro, quando desencarnar, dificilmente conseguirá seguir viagem longe dessas companhias.

Precisamos entender que um mesmo fato poderá ser descrito de diversas formas por inúmeras pessoas, porque cada um descreve o que viu conforme seu conhecimento sobre a vida. Imaginemos que um Espírito muito evoluído apareça para um espírita e um católico. Cada um verá e descreverá o fato de forma diferente. O espírita o chamará de “Espírito de Luz”, o católico de “santo” ou “anjo”. Por esse motivo, não tenhamos ansiedade de narrar tudo o que vemos em desdobramento consciente, pois para muitos a narrativa não fará sentido e poderá causar incredulidade ou tédio.

Além disso, muitos desdobramentos somente serão compreendidos no futuro, quando a pessoa amadurecer e adquirir maior nível de conhecimento sobre a Doutrina Espírita.

Também é muito importante não ser arrogante e orgulhoso. Entender que todo trabalho no bem significa trabalho programado e em equipe. Assim, aquele que consegue desenvolver a faculdade do desdobramento a contento e de forma útil, passará a integrar algum trabalho em companhia de amigos espirituais. Esse trabalho

não significa, necessariamente, missão espírita; pode muito bem ser um trabalho dedicado à família ou ao trabalho profissional em si, à comunidade em que vive ou qualquer outro. Mas, o importante é confiar nesses amigos espirituais e deixarmos nos guiar nas trilhas do bem.

Nesse sentido, se não chegou o momento de encontrar com determinado ente querido desencarnado, visitar determinado local ou participar de determinada ação, a pessoa deve confiar e seguir as orientações. Nós, encarnados, mesmo desenvolvendo as faculdades psíquicas, possuímos inúmeras limitações (morais, intelectuais, emocionais, materiais e fisiológicas) e não seguir as orientações dos amigos espirituais é o mesmo que uma criança de 3 anos que briga com o pai querendo escolher o melhor caminho da viagem, sem saber dirigir e sem conhecer os perigos da estrada, locais de repouso, abastecimento etc.

# **PARTE II -** RELATOS E ENSINAMENTOS

# Capítulo 11 - Infância

A minha faculdade de desdobramento se desenvolveu naturalmente durante a minha infância. Inúmeras foram as vezes em que eu estava no meu quarto, adormecia, abria os olhos, sentia algo diferente, corria para o quarto da minha mãe e me deitava na cama dela, mas, de repente, abria os olhos e estava novamente no meu quarto. O que realmente acontecia: eu me projetava espontaneamente para fora do corpo físico e, desdobrado, corria para o quarto da minha mãe e me deitava na cama dela em razão do medo das sensações diferentes que sentia. Isso ocorria quando eu tinha cerca de 5 a 7 anos de idade. Em algumas oportunidades, acontecia de ser puxado de volta para o corpo físico, mas entrava em estado de catalepsia projetiva e não conseguia me mexer.

Na catalepsia projetiva, o projetor não está plenamente desdobrado e fica com a sensação de imobilidade. Pode acontecer no início do desdobramento ou no final. A sensação é muito desagradável e deve ser controlada com a experiência, pois basta acalmar o pensamento para terminar a projeção ou a reentrada no corpo físico. Como eu era uma criança, acordava desesperado.

Perceba-se a importância de utilizarmos o conhecimento espírita em nosso cotidiano. Minha família, espírita, soube orientar-me,

levando-me ao centro espírita para tomar passes e frequentar um ambiente harmônico. Caso fosse uma família materialista, poderia entender que eu estava alucinando e, até mesmo, internar-me para tratamentos psiquiátricos.

A ciência, a medicina e os remédios são importantes aliados em inúmeros tratamentos mentais, incluindo depressão, ansiedade, síndrome do pânico e diversos outros. Porém, a faculdade do desdobramento deve ser disciplinada e não necessita de remédios ou tratamentos psicológicos. Ao contrário, é uma porta que se abre ao Espírito.

Mas, o que devemos fazer quando uma criança começa a desenvolver a faculdade e projetar-se sem controle?

1º passo – Ambiente familiar: a família precisa conservar a harmonia do lar. Assim, deve adotar a prática do evangelho no lar. Uma vez por semana, a família se reúne em ambiente reservado, lê uma passagem do Evangelho ou de algum outro livro com mensagens edificantes, conversa positiva e rapidamente sobre a passagem lida, faz uma oração agradecendo a semana que viveram, rogando proteção e luz para todos da casa, bem como para a nova semana que se inicia.

Nosso lar é nosso templo. Devemos zelar por sua conservação, nas dimensões física e espiritual. Portanto, analisar quem é convidado, o tipo de evento que é sediado, o tipo de alimentos e bebidas que são consumidos. Claro que não estamos a falar que se deve buscar um isolamento social, longe disso, pois o Espiritismo nos ensina a viver a vida e evoluir pela interação com todos. Porém, devemos zelar e estar atentos, buscando harmonia, evitando brigas

desnecessárias, consumos de drogas, bebidas alcoólicas (se houver, que não seja abusivo) e todos os atos negativos.

Desse modo, conseguimos manter uma atmosfera psíquica agradável, afastando Espíritos infelizes e viabilizando a ajuda dos amigos espirituais que querem nosso bem.

2º passo – Hábitos da criança e do adolescente: a criança deve ser envolvida em muitas energias positivas e, aos poucos, ir adquirindo conhecimento da Doutrina Espírita. Porém, esse conhecimento deve ser ensinado de forma lúdica, respeitando-se a idade e a fase em que a criança está. Assim, recomendamos que os pais procurem um centro espírita que siga efetivamente as obras de Allan Kardec e a matriculem na evangelização, pré-mocidade ou mocidade, conforme a sua idade.

Dessa forma, junto com outros jovens, a criança aprenderá as bases da Doutrina Espírita e isso a ajudará a compreender melhor o fenômeno do desdobramento consciente, deixando para trás medos e angústias.

Os pais também devem frequentar o centro espírita, estudando as obras de Allan Kardec, e todos devem receber o passe espírita (costuma ser oferecido ao final de cada palestra ou grupo de estudos).

Além disso, torna-se importante ensinar o hábito da oração diária, em especial, antes de dormir. Da mesma forma, ensinar sobre a importância de reservar alguns minutos do dia para recolher-se e meditar. Com essas duas práticas, a criança manterá o padrão vibratório elevado e estará em sintonia com os amigos espirituais, afastando entidades infelizes. Outro efeito benéfico é o

fortalecimento da mente da criança, pois aprenderá desde cedo a controlar o fluxo de pensamentos, facilitando o uso da vontade.

A vontade é a gerência esclarecida do Espírito. É por meio dela que o Espírito controla a sua mente e, consequentemente, seus atos. Não podemos confundir vontade com estímulo.

O estímulo pode vir de Espíritos encarnados, desencarnados ou do próprio subconsciente da pessoa. A vontade, ao contrário, é a deliberação, é o livre-arbítrio sendo executado, aceitando ou rejeitando o estímulo recebido.

Aquela pessoa que cultiva a prática da meditação e da oração em sua rotina diária, naturalmente possui a mente fortalecida e se torna menos suscetível a influências negativas. Dessa forma, consegue deliberar melhor a respeito dos estímulos recebidos e, com maior facilidade, seguir aquilo que realmente quer (vontade).

A criança ou adolescente deve evitar, em especial no período noturno, assistir a filmes ou seriados com conteúdo denso, ou seja, de terror ou suspense, que impregnam a mente de imagens assustadoras. Se o fizer, ficará com a mente saturada de imagens negativas, derrubando o padrão vibratório e atraindo Espíritos infelizes, que estarão presentes no momento de um desdobramento consciente ou, até mesmo, poderão querer agir para que o desdobramento ocorra a fim de imputar medo e terror ao projetista.

O ideal é ensinar o hábito saudável da leitura edificante no período próximo ao do sono. Assim, a criança ou o adolescente desenvolve uma sequência de hábitos saudáveis: leitura edificante, meditação e oração antes de dormir. O resultado é que terá um sono mais reparador e dificilmente sofrerá de insônia na fase adulta.

Além disso, não ocorrerão desdobramentos indesejados e estará apta a desenvolver a faculdade caso tenha interesse, pois estará em maior sintonia com seu amigo espiritual.

Por fim, apesar da obviedade, deve ser ensinado à criança desde cedo que bebidas alcoólicas e drogas fazem mal ao Espírito como um todo. Primeiro, é preciso aceitar que o álcool é uma droga como qualquer outra; a única diferença é ser aceita pelos hábitos da sociedade e considerada legal pelo Estado em que vivemos. Porém, as drogas (lícitas ou ilícitas) causam a alteração do estado de consciência, derrubam as defesas espirituais e tornam nossa vibração mental densa. Nossa atmosfera espiritual se torna impregnada de elementos tóxicos, que são consumidos por Espíritos viciados nesse tipo de energia deletéria e parte desses fluidos são absorvidos pelo nosso corpo espiritual e passados para nosso corpo físico, adoecendo as células.

Portanto, o consumo de álcool ou outras drogas faz com que o desdobramento seja muito desagradável. O projetor estará em sintonia com as piores regiões do Universo Espiritual e ficará em companhia de Espíritos infelizes, muito deles vampirizadores em busca desse tipo de fluido.

Imaginamos que uma criança não será estimulada a consumir álcool. Mas, infelizmente, muitos pais ensinam o(a) filho(a) adolescente a consumir álcool. Além de ser essencialmente negativo em todos os sentidos, para o desdobramento será muito prejudicial e lançará o adolescente em projeções desagradáveis, que poderão causar perturbações mentais diversas.

Em suma, todo consumo de bebidas excitantes, drogas e vícios deve ser evitado. De outro lado, uma vida saudável, com alimentação balanceada e prática de exercícios físicos regulares, ajudará o adolescente a manter a mente equilibrada, contribuindo para conservar o padrão vibratório elevado e afastar as más influências espirituais.

Relato: quando eu tinha 17 anos de idade, fiz um desdobramento consciente marcante para a minha vida. Como de costume, coloquei o colchão na sala de minha casa e fiquei assistindo à TV. Depois de um tempo, adormeci e minha consciência despertou quando eu estava na sala de palestras do centro espírita que frequento desde que nasci, Núcleo Espírita Amor e Paz. Porém, era no prédio antigo, localizado na Rua Sete de Setembro. Eu percebi uma movimentação intensa nas salas do interior do centro, me dirigi até onde era a sala de passe e vi que ali havia uma escadaria na dimensão espiritual (ou seja, não existia na dimensão física). Desci essa escada e cheguei numa espécie de ambulatório, onde vários Espíritos doentes estavam sendo tratados em macas. Fui recebido pelo Espírito Mãe Cristina, que era um Espírito orientador da casa, compondo a equipe de Espíritos trabalhadores desencarnados do NEAP. Eu estava muito feliz e sorridente. Ela estava séria e fixou o olhar em mim.

– Breno, você entende o que está ocorrendo? – questionou-me Mãe Cristina.

– Claro, estou desdobrado, meu corpo físico está lá na sala de casa – falei com um sorriso no rosto, todo orgulhoso e feliz.

– E daí? O que de produtivo você tem feito nos últimos anos?

Em menos de dois segundos despertei no corpo físico com a lembrança total do desdobramento e bem fixa na minha mente estava a pergunta da Mãe Cristina.

De fato, eu não estava fazendo nada de produtivo espiritualmente. Estava indo à escola e só. Havia deixado a mocidade espírita, não ia ao centro espírita, não estava mais frequentando nenhuma campanha de caridade, não estava trabalhando nem fazendo nenhum curso profissionalizante.

Em razão da minha faculdade de desdobramento, mediunidade e compromissos assumidos antes da reencarnação, o trabalho na seara espírita e nas campanhas de caridade deveria ocorrer desde minha adolescência, a fim de me ajudar a percorrer, pelo menos de forma satisfatória, o caminho traçado.

Naquele mesmo ano, voltei a frequentar os cursos do NEAP, a estudar as Obras Básicas de Allan Kardec e a participar de campanhas de caridade diversas.

Na prática, percebi que os desdobramentos se tornaram mais agradáveis e passei a enfrentar melhor as dificuldades da adolescência.

O fato narrado ocorre comumente. Os Espíritos amigos aproveitam o momento de repouso do corpo físico para conversar conosco, orientar, socorrer e até advertir (como foi meu caso). Eu consegui me lembrar em razão de estar em um desdobramento consciente, mas normalmente a pessoa não tem lembranças (desdobramento inconsciente) ou somente alguns fragmentos (desdobramento semiconsciente). Porém, a orientação não se

perde, fica armazenada no íntimo do Espírito e surge ao longo dos dias em forma de intuição.

Então, sempre que estivermos necessitando de orientação e ajuda, devemos orar a Deus pedindo luz para iluminar o caminho a ser percorrido. Não tenhamos dúvida de que Espíritos amigos irão nos ajudar e teremos a intuição do melhor a ser feito.

# Capítulo 12 - Materialidade do mundo espiritual

Narrarei uma sequência de desdobramentos conscientes que ajudarão a entender as considerações sobre a materialidade do mundo espiritual. Ao longo desta vida física, fiz inúmeros desdobramentos conscientes e visitei as esferas espirituais próximas, vibracionalmente, da que está entrelaçada com a dimensão física. Foram esses desdobramentos que me fizeram questionar a tese de que o mundo espiritual é um estado de consciência (algo abstrato), além de diversas outras questões equivocadas repetidas ao longo do tempo.

Hoje compreendo que o estado de consciência revela o nível evolutivo do Espírito e sua paz interior (ou tormento), mas ele necessita habitar um espaço-tempo do Universo Divino. O estado de consciência estabelece a sintonia com determinada região do mundo espiritual. Vamos aos relatos.

## 12.1 – Primeira esfera espiritual negativa

Minha consciência despertou e eu estava num ônibus circular de uma grande colônia em uma esfera espiritual da Terra. Logo entendi que estava em desdobramento consciente. Por esse motivo, passei

a fixar a atenção e mentalizar tudo o que estava vendo para facilitar a memorização. Olhei pelas janelas e vi construções feitas de tijolos, mas inacabadas, a rua era esburacada e a calçada bem estreita. Assemelhava-se a um bairro pobre de alguma cidade do Brasil. Porém, eu estava numa das esferas espirituais do Universo Espiritual. Com essas informações, mais o que foi esclarecido depois pelo meu guia espiritual Heitor, soube que estava na primeira esfera espiritual mais densa do que a que está entrelaçada à dimensão física (crosta), isto é, estava no plano espiritual denominado na literatura espírita de trevas ou abismos.

Ocorre que não eram abismos; era uma cidade e muito grande. Reparei nas pessoas dentro do ônibus e todas estavam conversando sobre o local para onde estávamos indo. Elas comentavam que lá havia promessa de tratamento espiritual que ajudava a melhorar a saúde de todos e que toda a ajuda era gratuita. Diziam que o lugar era coordenado por um Espírito muito evoluído.

Quando chegamos ao local, era como uma grande rodoviária e vários ônibus estavam estacionados. Eu esperei minha vez e desci do veículo. Logo que saí do ônibus, fui interpelado por um Espírito desencarnado. Ele era bastante franzino, baixo, calvo, sobrancelhas grossas, nariz alongado e olhar rude.

Ele me disse:

– Você é encarnado. Não deveria estar aqui. O atendimento é para desencarnados. Você está preparado para ver o que há lá dentro? Nossa recomendação é no sentido de não permitir que encarnados entrem ou conversem com o nosso líder.

Nessa espécie de desdobramento, eu sei que sempre estamos acompanhados de nossos guias espirituais. Eu sabia que Heitor estava lá comigo. Ocorre que ele se manteve invisível para todos, pois seu corpo espiritual vibra em frequência e dimensionalidade diversas do plano em que estávamos e, se não houver utilidade direta, ele não se faz visível. Por isso, esperei um pouco a intuição do que fazer e respondi que eu compreendia as advertências, mas que estava acompanhado de um amigo mais elevado e que ele iria me orientar e proteger, se necessário.

O Espírito não gostou muito da resposta, mas me deixou passar. Entrei no local que era um grande prédio térreo. O lado externo era rodeado por uma cerca de ferro e no interior havia várias salas. Quando entrei, passei pela recepção, onde vi várias filas de atendimento. As pessoas estavam sendo registradas, catalogadas e ficavam sentadas aguardando atendimento.

No meu caso, recebi a intuição de que deveria pedir para conversar com o líder, apesar de não saber quem era. Os funcionários me disseram para esperar alguns instantes e logo eu fui encaminhado para a sala desse Espírito.

No caminho até a sala, passei por alguns salões onde vi vários Espíritos deitados em macas sendo atendidos. Alguns atendimentos me chamaram atenção. Em um deles, o Espírito estava todo deformado e retorcido, recebendo magnetismo dos médicos. Em outro atendimento, o corpo espiritual estava deitado na maca, mas acima o corpo mental estava desdobrado e os médicos realizavam a sua magnetização. Ficou claro para mim que eram procedimentos cirúrgicos, mas dentro da realidade do mundo espiritual. Alguns

médicos utilizavam aparelhos elétricos e outros as próprias mãos, das quais saíam intensa luz verde.

Ao chegar à sala, fui muito bem recebido por esse Espírito. Ele me pediu para sentar-me e conversamos:

– Olá, Heitor. Tudo bem? Então iniciou as viagens astrais do nosso amigo Breno. Acredita que ele já atingiu a maturidade na vida física para suportar de forma produtiva o conhecimento da vida interdimensional?

Nesse instante, Heitor se materializou e eu entendi que ele fez isso para mim e não para o outro Espírito, que conseguia vê-lo com facilidade.

– Sim – respondeu Heitor. – Apesar de ser necessário aparar algumas arestas, ele está apto a iniciar essas viagens dimensionais de forma consciente. Elas ajudarão a despertar a consciência e a romper as barreiras mentais que ainda possui na atual encarnação, tal como achar que o mundo espiritual é um lugar abstrato e imaterial. Ele iniciou o estudo aprofundado das obras do amigo André Luiz e isso viabilizou o desdobramento consciente de hoje e outros que faremos. Agora a consciência encarnada dele já consegue entender um pouco mais a respeito do que será visto.

– Realmente eu achei fantástica toda a organização do ambiente da instituição, assim como o fato de ter chegado de ônibus, mas verifiquei que estamos numa região pouco desenvolvida, não é isso? Olhei pelo ônibus e vi construções inacabadas, algo como barracos e favelas. Não imaginei que haveria pobreza no mundo espiritual. Pensei que havia ou regiões lindas e maravilhosas ou locais com lama e barro, sem desenvolvimento nenhum. Aqui já

entendi que estou numa esfera espiritual menos desenvolvida, mas em uma grande cidade, com enormes construções, apesar de pobres. Aliás, é-me permitido saber quem é você? – indaguei ao Espírito.

– Você sabe quem eu sou, apenas nesse nível consciencial não está se lembrando. Convivemos muitos anos aqui nesse plano, quando te recebi vindo de outra esfera para trabalhar e estudar. Mas, veja, meu nome não é importante. Nomes criam problemas. Esse desdobramento será narrado no livro que você escreverá e aí temos que ou os encarnados começarão a idolatrar o Espírito e o médium, ou simplesmente não acreditarão. Estou aqui em missão de fraternidade em nome da colônia espiritual da esfera em que eu morava. Ela se localiza na terceira esfera espiritual positiva. Isso significa que é a terceira esfera espiritual mais sutil do que a que está entrelaçada com a dimensão física, mesmo plano espiritual em que está localizada a famosa colônia Nosso Lar. Lá eu sou um mero Espírito em luta pela evolução e aprimoramento. Mas, aqui, em razão do nível evolutivo desse plano espiritual, eles me veem como um enviado de Deus. Por isso, prefiro não me identificar.

– Entendi. Mas qual o motivo de você se autonomear líder?

– Não me autonomeio. Foram eles. Sou apenas o dirigente atual da instituição. Ocorre que, nesta esfera espiritual, os Espíritos ainda estão muito presos a crenças e naturalmente mitificam e mistificam as pessoas e fatos. Aqui é uma instituição de caridade e somente isso. Prestamos assistência material fornecendo alimentos e remédios para as pessoas pobres, além de tratamento espiritual e de saúde para todos que nos procuram. Lembremos que o corpo

espiritual é um veículo físico formado por matéria perecível, apenas em dimensionalidade diferente do corpo físico. Nesse sentido, os Espíritos desse plano adoecem e necessitam de ajuda – esclareceu-me o Espírito.

– Mas como existem pobres? Quer dizer que existem ricos?

– Logo você entenderá. – disse-me o Espírito.

– E na região não há Espíritos agressivos? O Espírito André Luiz sempre narrou sistemas defensivos em razão de ataques que as instituições sofriam – pontuei ao meu interlocutor.

– A nossa instituição é de caridade fraternal. Não interferimos em assuntos que não sejam esses. Assim, não incomodamos e não somos incomodados. Existem, sim, inteligências cruéis que dominam essas regiões. Elas exploram os que habitam essas comunidades. Exploração social, econômica, energética e espiritual.

Conversamos mais um pouco sobre o funcionamento da instituição e depois eu fui levado diretamente para o corpo físico. Acordei com plena consciência do desdobramento, coração acelerado (sintoma típico da junção dos corpos) e anotei as lembranças em meu diário, como modo de fixar em minha mente os acontecimentos.

Comentários: na época, estava iniciando os estudos aprofundados sobre as treze obras do Espírito André Luiz e ainda não compreendia com perfeição que o Universo Espiritual é formado por inúmeras esferas espirituais, que coexistem em espaços-tempos diferentes. Casa esfera espiritual pertencente ao planeta Terra constitui um plano diferente, formando dimensões paralelas. Comecei a entender que a descrição da existência de abismos,

trevas e do próprio umbral era mitificada (mito) e mistificada (com inverdades), pois existem, sim, regiões muito infelizes e feias nas esferas inferiores, mas tais mundos não estão restritos a isso. Na verdade, como são esferas habitadas por humanos, alguns com bom nível intelectual (apesar de baixo nível moral), naturalmente há cidades, sistema econômico, social e tudo o mais que surge quando pensamos em humanidade. Assim, passei a entender que em tais mundos existem locais bonitos e outros desagradáveis, pessoas que dominam e são dominadas, famílias ricas e famílias pobres materialmente, na respectiva esfera onde o materialismo ainda é reinante, como entenderemos a seguir. A palestrada ministrada por Heitor e narrada no início deste livro ficou em meu inconsciente e, conforme os estudos foram sendo realizados, fui compreendendo e acessando as lembranças daquela noite em que fiz um desdobramento semiconsciente (lembrava-me da palestra, dos amigos espirituais, de uma conversa com meus guias, mas não a exatidão dos fatos).

## 12.2 – Primeira esfera espiritual positiva
## Umbral denso

Este desdobramento teve início no meu próprio quarto. Fiz a decolagem (saída do corpo físico) e volitei instintivamente para o alto, ultrapassando a laje e o telhado de minha casa e parei acima dela.

A sensação de volitar é algo indescritível. É algo tão bom e agradável que muitas vezes, ao longo do dia, em estado de vigília, me lembro dela para fixar em minha mente que os prazeres materiais desregrados estão longe de trazer real felicidade ao Espírito. Existem muitas outras sensações agradáveis e que vamos descobrindo com a evolução.

Em razão de ter conseguido volitar com facilidade, sabia que estava desdobrado apenas em corpo mental e corpo espiritual, isto é, o duplo etérico (quantidade principal) permaneceu junto ao corpo físico.

Heitor estava me esperando e foi por isso que tive facilidade no processo. Quando um Espírito amparador auxilia nos procedimentos de desdobramento e volitação, tudo se torna mais fácil.

– Boa noite, Breno – saudou-me Heitor. – Hoje teremos várias viagens e iremos conversar mais sobre a vida no mundo espiritual.

– Certo. E o que faremos primeiro? – questionei, curioso.

– Vamos primeiro treinar sua volitação. Você, em seu Espírito desencarnado (eu imortal), já possui a faculdade bem desenvolvida, mas a sua consciência encarnada precisa deixar aflorar essas habilidades. Então, siga a sua intuição. Quero que você volite até o antigo prédio da TELESP, localizado na frente da sua antiga casa, onde você morou por 20 anos.

Nesse momento, eu mentalizei o caminho e a direção até o prédio indicado por Heitor e, em poucos segundos de deslocamento no ar, estava flutuando acima do prédio. Naturalmente, eu sabia a localização dos lugares e sabia que mentalizando, chegaria rapidamente. Heitor já estava novamente ao meu lado.

– Muito bem, é assim mesmo que volitamos – comentou Heitor. – Mas, veja, aqui você tem maior facilidade porque estamos numa dimensão espiritual muito densa. Esse plano espiritual entrelaçado com a dimensão física possui uma atmosfera pesada vibracionalmente. Como o seu corpo espiritual foi sutilizado pelos passes que te dei na hora em que se deitou, você teve facilidade. Agora vamos para a primeira esfera espiritual positiva. Ela é mais sutil do que esta, mas é catalogada como umbral denso na literatura espírita, por formar uma das três esferas umbralinas do Universo Espiritual.

– E como iremos?

– Lembre-se, Breno, de que existem vórtices dimensionais naturais, pelos quais qualquer Espírito com consciência desenvolvida pode passar, e vórtices dimensionais criados pelo próprio Espírito. Neste último caso, o Espírito precisa saber fazer a mudança entre as esferas. Eu farei a mudança de nós dois.

Não sei explicar como isso ocorreu em detalhes, mas como num piscar de olhos, em poucos segundos, eu estava noutra cidade. De pronto, tentei volitar entre dois prédios, mas era como se eu escorregasse pelo ar e não conseguisse parar e, por isso, continuei a volitar sem conseguir entender direito o que estava ocorrendo, até que cheguei no topo do prédio mais alto. Heitor estava ali me esperando. Percebi que ele me ajudou com seu magnetismo e consegui sentar-me ao seu lado.

– Não entendo. Aqui não consigo volitar com segurança e também não vejo ninguém nas ruas – lamentei.

– São dois problemas naturais do seu estado de consciência. Primeiro, como eu disse há pouco, estamos agora numa outra dimensão espiritual e aqui a atmosfera espiritual é mais leve, fluídica e formada unicamente por matéria tetradimensional, logo, impõe menos resistência e o controle mental do Espírito tem de ser maior. Em regra, os habitantes dessa esfera espiritual não levitam, utilizam meios comuns de transporte, igual no mundo físico, pois ainda não dominam essa faculdade do Espírito.

Após breve pausa, Heitor continuou:

– A outra questão, a de você não estar enxergando as pessoas, é porque na verdade você não está enxergando quase nada dessa dimensão. Lembre-se dos cursos que você fez. O Universo Espiritual é a quarta dimensão da matéria e possui inúmeras variações. Cada esfera espiritual é uma variação vibratória dessa dimensionalidade e esta é uma das características da quarta dimensão da matéria. Sua consciência está encarnada e condicionada a enxergar apenas a tridimensionalidade da matéria. Aqui estamos imersos na quarta dimensão. Você consegue ter alguma percepção pelo fato de que é um Espírito que já havia desenvolvido essa capacidade, mas é como um míope. Veja a mudança. Feche os olhos e esvazie a mente em meditação.

Nesse momento, eu fechei os olhos, mas percebi que Heitor aproximou suas mãos de minha cabeça. Após alguns minutos, pediu que eu abrisse os olhos e parecia que eu havia mudado de cidade novamente (mas estava no mesmo local). Agora via incontáveis prédios e a cidade perdia-se no horizonte. As ruas estavam

movimentadas e eu via milhares de pessoas a distância, pequenininhas como formiguinhas.

– Eu magnetizei sua região da mente para liberar sua visão tetradimensional. Por isso você consegue enxergar melhor a dimensão em que estamos – explicou-me Heitor.

– Impressionante. Mas, o que mais me assusta é que estou vendo uma cidade normal. São prédios e mais prédios, ruas e mais ruas, pessoas indo e vindo.

– Claro, Breno. Você queria que fosse como? Um grande jardim? O ser humano, Espírito, filho de Deus, onde encontrar-se no espaço-tempo irá aglutinar-se entre afins e desenvolver-se moral e intelectualmente. Aqui estamos num mundo ainda atrasado do plano espiritual, onde o sistema econômico favorece o domínio e a perpetuação de poder. Nessa esfera existem guerras horríveis entre seus habitantes, mas, também, há locais agradáveis, considerando esse nível evolutivo, claro.

– Não entendi a questão do sistema econômico e social.

– Vamos viajar um pouco mais. Vamos para a periferia dessa cidade – convidou Heitor.

Com a ajuda de Heitor, passamos a volitar. Abaixo via uma cidade sem grande organização em seu crescimento. Eram realmente muitos prédios e as ruas eram estreitas. A movimentação lembrava os piores horários de trânsito de cidades grandes, como São Paulo. No centro da cidade, os prédios eram velhos, mas bem conservados. Mas, conforme nos afastávamos do centro, os prédios eram velhos e malconservados.

Chegamos num núcleo habitacional formado por inúmeros prédios iguais e entramos em um dos apartamentos. Heitor me explicou que durante o passe havia alterado também a vibração da matéria do meu corpo espiritual, assim nós éramos invisíveis para os moradores daquele apartamento.

Tratava-se de um apartamento muito pequeno. Havia uma cozinha pequena, na qual havia fogão e geladeira, com alguns armários. Todos móveis velhos. Na própria cozinha ficava a mesa que os moradores utilizavam para as refeições. A sala era muito pequena e com apenas um sofá. Havia um quarto com colchões jogados no chão. Eu me aproximei do fogão e vi que havia algo sendo preparado para alimentação. Em volta da panela havia espécies de moscas e o alimento era bastante estranho, não tendo palavras exatas para descrevê-lo, mas era como uma grande massa negra. Aquela cena me trouxe grande choque, porque percebi que iriam se alimentar daquela pasta negra que estava sendo preparada e envolvida em espécies de moscas (digo espécies porque não eram moscas como estamos acostumados a ver no mundo físico, mas claramente eram pequenos insetos e faziam o mesmo movimento de moscas em volta de comida estragada).

Heitor me disse que era hora de irmos embora. Com sua ajuda, volitamos de volta até a dimensão física, no jardim de minha casa. Apesar da distância, tudo foi feito em menos de um minuto. O deslocamento é muito rápido e se torna difícil descrever utilizando a consciência encarnada.

Sentamo-nos no jardim de casa e conversamos sobre tudo que eu vi.

– Aquela cena me assustou – comentei. – Vi um quadro de real miséria e no plano espiritual. É como uma favela de nosso país e nossa dimensão. Tenho muitas perguntas.

– Eu sei e justamente por isso fizemos essas viagens – tranquilizou-me Heitor. – Você se lembra do desdobramento quando visitou uma instituição de socorro na primeira esfera espiritual negativa? Cada esfera espiritual está num grau de adiantamento, moral e intelectual. A primeira esfera negativa e a primeira positiva possuem muitas semelhanças com a vida na dimensão física. Primeiro, porque há uma pequena diferença na passagem de tempo. Como você aprendeu em alguns cursos que eu te levei, a matéria de cada esfera espiritual causa uma curva na dimensão tempo e, quanto mais sutil, menor essa curva. Assim, nas esferas mais evoluídas, nas quais a matéria vibra em alta frequência, assumindo outras características, o tempo passa mais rápido se comparado às esferas menos evoluídas, onde a matéria está mais densa e a curva na dimensão temporal é maior. As esferas vibracionalmente próximas da dimensão física possuem uma similaridade temporal. Mas, cada uma tem seu próprio espaço-tempo e as suas características próprias.

Heitor prosseguiu:

– Dentre essas características, incluem-se os modelos econômicos e sociais. Nessas duas esferas (primeira negativa e primeira positiva), assim como na dimensão física, predomina o materialismo, isto é, os Espíritos viventes ainda não entenderam, em sua maioria, que são seres imortais e que devem tentar viver em sintonia com as Leis Divinas. A maioria da população de tais esferas

busca os prazeres inferiores e o poder. Na primeira esfera negativa estão Espíritos entregues a vícios e más paixões, sem a mínima consciência da Lei Divina do Amor. Em sua maioria praticaram atos dolosamente ruins em nome dessas paixões e não buscam mudar e evoluir. Defendem que seguir o Evangelho de Jesus ou buscar Deus é um discurso dos fracos, de mentes místicas e que o ser humano é o senhor do Universo. Utilizam a ciência da pior forma, como ferramenta para consolidar seus sentimentos materialistas. São céticos. Ali, inteligências desenvolvidas, a mando dos Dragões, escravizam os moradores e tentam manter a dimensão física sem grandes evoluções morais, para que os Espíritos não evoluam e não despertem para a necessidade de viver em sintonia com o Evangelho, pois, dessa forma, atingiriam capacidade espiritual para viver em dimensões mais evoluídas e seus projetos de dominação e poder iriam acabar.

Procurava assimilar aquelas orientações tão precisas enquanto Heitor continuava sua explicação:

– Dentro desse cenário, essas inteligências cruéis governam, dominam e escravizam as esferas inferiores. Assim, são também detentoras da dominação econômica de tais planos de vida, isso incluindo a utilização dos recursos naturais, os quais são explorados e vendidos. Com isso, de forma similar ao que ocorre na dimensão física, existem famílias e grupos ricos materialmente em tais planos e que subjugam os Espíritos que não possuem essa riqueza. Em tais planos, as leis vigentes favorecem a exploração e não há a mínima preocupação em melhorias de vida para todos os Espíritos viventes. Eles são socorridos materialmente pelas instituições

mantidas por Espíritos elevados, que vão até tais planos prestar socorro. Até que um dia, seja por intercessão de um ente querido ou por missionários com essa função, são retirados e levados novamente para reencarnação. Disso você pode começar a entender os ricos e pobres no mundo espiritual.

– É difícil para mim quebrar essa barreira mental – comentei. – Pois, se existem ricos e pobres no mundo espiritual, como posso entender que a riqueza e a pobreza não têm ligação com a evolução do Espírito? Sempre entendi que a pessoa pode ser pobre na vida física e muito evoluída e aí ter uma boa vida no mundo espiritual...

– Mas, Breno, pense, não estou falando diferentemente disso! Vamos pegar seu exemplo. Uma pessoa teve uma vida física materialmente difícil, isto é, foi pobre. Porém, dentro de suas dificuldades, procurou seguir o Evangelho, aproveitou as oportunidades de evolução, resistindo às provas e passando pelas expiações necessárias. Ora, ao desencarnar, não irá para essas esferas espirituais dominadas, ainda, por conceitos materialistas. Ela irá para a terceira, quarta, quinta ou, quem sabe, sexta esfera espiritual positiva. Como veremos em novas viagens, a partir da terceira esfera espiritual a humanidade já atingiu o nível evolutivo de um mundo de regeneração e em tais locais não há mais o materialismo acentuado. Em tais esferas procura-se viver fraternalmente e o acúmulo de riquezas e poder não possui mais sentido. Assim, essa pessoa viverá em um plano do Universo Espiritual onde será infinitamente mais feliz do que aquele que está na primeira esfera espiritual negativa e ali exerce poder e domínio. Veja e medite: riqueza material, poder, domínio e prazeres inferiores

são ilusões. Se você conversar com um político corrupto de seu país, que roubou milhões da população e é uma pessoa extremamente poderosa, ele lhe dirá que é feliz e está aproveitando a vida. Mas isso não é uma ilusão? Percebe? Em seu íntimo, lá no fundo, vibra a essência divina e, mesmo que em nível inconsciente, sem que ele desperte para isso, haverá o confronto entre o que está praticando (materialismo desregrado e atos em desacordo com a Lei Divina) e o que realmente o faria feliz (Lei Divina do Amor). Em seu íntimo, sabe que está infeliz. Mas, por enquanto, enfrenta a cegueira do materialismo. Em um futuro breve, passará pelos dissabores do que está praticando, vivendo em regiões ainda infelizes do mundo espiritual e sofrendo de remorso, angústias, depressão, estresse, ansiedade e doenças diversas, mesmo que no mundo espiritual.

– Entendo, em um visão limitada eu poderia dizer que ele é feliz, mas numa visão ampla, considerando a verdade, ele é infeliz e vive em condições de vida infelizes, pois seja na dimensão física, seja nas esferas inferiores, terá que suportar sentimentos ruins, limitações da matéria, doenças físicas, mentais e espirituais e todas as mazelas que deixam de existir nas esferas superiores – concluí.

– Exato, e você somente consegue viver nas esferas superiores quando evolui o bastante moralmente. É necessário ter despertado como Filho de Deus, Espírito imortal e viver a vida física e espiritual em sintonia com essa realidade. Isso não significa se tornar um Espírito perfeito da noite para o dia, mas sim entender que possui defeitos a serem lapidados e guiar a vida à luz do Evangelho, não praticando atos dolosamente ruins, contribuindo na edificação do

bem e buscando evoluir nos hábitos mentais, com eliminação de vícios.

– Mas, então, temos que nas esferas negativas e na primeira positiva há ricos e pobres materialmente falando?

– Sim – respondeu Heitor –, pois existem Espíritos que dominam e governam, estabelecendo meios de controle econômico, social e exploração dos recursos naturais de tais locais.

– Mas há perpetuação de poder e riqueza?

– Eles tentam, mas aí temos o trabalho de intercessão dos Espíritos mais evoluídos, que trabalham de diversas formas procurando auxiliar esses irmãos a despertarem como Espíritos imortais, filhos de Deus. Quando analisamos sob a óptica deles, sim, eles entendem que estão se perpetuando no poder. Procuram direcionar reencarnações de seus líderes e familiares para regiões do globo terrestre físico e famílias que entendem ser produtivas para os fins que almejam (domínio e poder). Ao mesmo tempo, quando esses membros desencarnam, estão à sua espera para os trazerem ao seu lar na esfera espiritual. Então, na visão deles, que não conseguem enxergar no horizonte da imortalidade e da Lei Divina, estão se perpetuando no poder entre as duas dimensões e assim procuram direcionar a vida na dimensão física. Dentro desse cenário permanecem por muitos séculos em reencarnações inferiores, sofrendo todos os males da vida em desacordo com a Lei Divina.

– Porém, há Espíritos evoluídos que direcionam essas reencarnações e inclusive estabelecem programação de vida para que outros Espíritos auxiliem na vida física e espiritual, através de casamentos, filhos e amizades que se formam. Além de provas e

expiações, que acabam despertando esses Espíritos em vida física. Ao desencarnarem, estarão em sintonia com regiões mais evoluídas do plano espiritual e assim rompem a ligação com os Espíritos infelizes.

– Exatamente, Breno. Vejo que suas barreiras mentais estão começando a ceder e você está acessando seus arquivos mentais, pois em vida espiritual nos preparamos para esse trabalho de desmitificação da vida após a morte do corpo físico. Lembre-se sempre: são irmãos nossos que vivem uma profunda ilusão. Vamos fazer mais uma viagem, eu achei que não seria possível hoje, mas como estamos avançando, creio que será produtiva.

Nesse momento, Heitor me pediu que ficasse de pé e fechasse os olhos. Quando os abri, percebi que estávamos andando em um condomínio de luxo, com ruas impecáveis, grama bem cuidada e enormes mansões.

Heitor sumiu. Mas, entendi que ele estava com o corpo espiritual em outra vibração para ficar imperceptível e ao meu lado. Disse-me mentalmente que estávamos andando num condomínio de luxo na primeira esfera espiritual positiva.

Eu continuei a andar, fixando tudo que via para que minha consciência encarnada se lembrasse com maior facilidade. Acabara de chover e a grama das casas luxuosas estava molhada. Cheguei à entrada de uma mansão que possuía um jardim muito bonito. Ao lado da mansão, havia uma espécie de cartaz com a fotografia de alguém muito famoso em nosso país (Brasil). Na porta de entrada da casa, havia uma pessoa que se identificou como empregada do morador da casa e disse que ele estava me aguardando.

Heitor me disse mentalmente que havia visitado aquele Espírito em outra oportunidade e contado que um dia me levaria para conhecê-lo, pois era muito seu fã e que isso ajudaria a compreender melhor a vida no mundo espiritual.

Eu entrei pela porta lateral e acessei a parte detrás da casa, havia uma linda piscina e o Espírito estava deitado, descansando. Eu me aproximei dele e quando o reconheci fiquei emocionado, porque realmente era seu fã e ficara chateado com seu desencarne inesperado. Ele abriu um sorriso e me abraçou, disse que estava bem e que visitava a dimensão física periodicamente. Contou-me que, inclusive, na companhia de Heitor, havia-me visitado e acompanhado a elaboração de um dos meus textos do livro “Depressão, o que fazer?”. Relatou que estava muito bem no mundo espiritual e que estava estudando para melhor compreender a vida imortal. Naquele momento, lembrou-se do desencarne e eu percebi uma grande alteração em seu campo mental, que em seguida repercutiu no corpo espiritual, alterando sua densidade. Toda sua atmosfera psíquica ficou densificada e sua expressão facial se alterou. Disse-me que ainda tinha dificuldade de aceitar o desencarne acidental e que esse era o maior problema na adaptação à nova realidade. Mas, também, me contou que estava em tratamento médico e evoluindo. Acreditava que logo poderia iniciar cursos e estudos para ascender às esferas mais desenvolvidas.

Em razão da perturbação do Espírito, a fim de evitar maiores desgastes ao amigo em recuperação espiritual, Heitor me aconselhou mentalmente a despedir-me e que fôssemos embora.

Foi o que fiz, ainda emocionado, agradeci a recepção e fui embora. Já do lado de fora, sob sugestão de Heitor, fechei os olhos e novamente estava no jardim de minha casa.

– Obrigado pela oportunidade, fiquei muito feliz de ter conhecido essa pessoa – agradeci. – Poderia contar e narrar o encontro para os amigos encarnados?

– O encontro sim, mas quem é a pessoa não vemos como construtivo – alertou Heitor. – A tendência das pessoas é duvidar e esquecer a essência do ensinamento e aqui nosso foco é a lição.

– Como posso compreender o que vi? Era um condomínio de luxo e o Espírito não era uma pessoa ruim quando encarnada. Era uma figura pública, como fã conheço sua história. O que ele está fazendo na primeira esfera? Pensei que poderia viver em dimensões mais evoluídas.

– Essa é uma das grandes diferenças entre a primeira esfera negativa e a primeira esfera positiva. Na primeira esfera negativa temos pessoas que negam Deus, praticam atos dolosamente ruins e estão entregues aos vícios materiais do Universo Espiritual e do Universo Físico, buscando até mesmo o processo de vampirização. Na primeira esfera positiva, conhecida como umbral denso, teremos parte dos moradores ainda renitentes no mal, mas muitos moradores que acreditam em Deus e não praticam o mal dolosamente. Porém, são Espíritos ainda muito arraigados à vida física e seus vícios, ou então tomados de enormes remorsos pelas oportunidades de vida perdidas quando encarnados – explicou-me Heitor.

– Eu sempre aprendi que o umbral era uma região destinada a expurgar os fluidos materiais do Espírito, para depois conseguir viver no mundo espiritual em regiões melhores. Como André Luiz que ficou um tempo no umbral e depois foi viver em Nosso Lar.

Heitor, pacientemente, explicou:

– Vamos analisar isso de forma mais técnica? Umbral é um rótulo para designar as esferas de passagem do Espírito imortal, porque, na atual fase da humanidade, não é uma morada definitiva. Assim, o Espírito desencarna, passa um tempo na esfera umbralina e depois reencarna ou consegue evoluir para ir viver em esferas espirituais mais desenvolvidas. Além disso, lembremos que atualmente possuímos três esferas umbralinas, com diferença de evolução entre elas. Mas, ainda, moradas transitórias do Espírito imortal. André Luiz ficou sete anos na esfera umbralina densa, que é a primeira esfera espiritual positiva. Após esse período, diante dos sofrimentos que sentia diariamente, passou a orar e pedir socorro espiritual. Foi resgatado por uma equipe de Nosso Lar e levado para esta colônia, que também está localizada numa esfera umbralina (na terceira esfera espiritual positiva).

Heitor prosseguiu:

– No início do seu famoso livro “Nosso Lar”, André Luiz narra a vida espiritual que teve enquanto morador da primeira esfera espiritual positiva. Como vemos, era como um mendigo da dimensão física, passando fome, sede e desenvolvendo enfermidades diversas, além do medo da violência que via entre os Espíritos habitantes dessa esfera. Isso ocorreu com ele porque sua mãe queria que o sofrimento agisse como agente catalisador e

André Luiz relembrasse da sua essência espiritual. Ela sabia que ele se tornaria apto a residir em Nosso Lar, até porque foi de lá que ele veio antes de reencarnar como médico na última vida física. Temos que a vida na primeira esfera positiva funcionou como adaptação e expurgo dos piores sentimentos e energias de André Luiz. Porém, ele, como morador de Nosso Lar, após alguns anos de adaptação e trabalho na colônia, poderia evoluir ainda mais, deixando para trás hábitos de vida mais materiais e desenvolvendo mais aptidões do Espírito, habilitando-se a viver na quarta esfera espiritual positiva, local onde sua mãe residia naquela época dos fatos. Esse era o plano de sua mãe.

– Mas e a riqueza que vi? Por que este Espírito, famoso na dimensão física, conseguiu tal riqueza na dimensão espiritual? – questionei, intrigado.

– Porque em razão de ainda estar arraigado à vida física e ter hábitos mentais materialistas, foi viver numa esfera espiritual (primeira positiva) na qual seus habitantes, tal como ocorre na dimensão física, ainda acreditam que a melhor forma de se viver é acumulando patrimônio e poder. Ocorre que ele, por ser uma pessoa famosa no mundo inteiro, recebeu inúmeros presentes e ainda recebe pagamentos diversos para comparecer em locais públicos e atender a população, inclusive em entretenimentos. Assim, aqui também ele conseguiu receber e acumular patrimônio, correspondentes a esta realidade de vida.

– Mas e seus parentes? Não procuram ajudá-lo?

– Primeiro, ele está no grau evolutivo correspondente ao seu Espírito e, utilizando-se do livre-arbítrio, optou por continuar nesse

estilo de vida. Ele, e não tenha dúvidas de que a maioria da população desse plano, assim como ocorre na dimensão física, recebeu os ensinamentos do Evangelho e sabe o que deve fazer para conseguir evoluir e ir viver em dimensões mais evoluídas. A questão é que não quer, seja pelos vícios, materialismos ou irresignação pelos fatos ocorridos na última vida física. Além disso, ele, como todos, possui entes queridos em diversas posições evolutivas, mais atrasadas ou mais evoluídas. Os mais evoluídos procuram alertar sobre as necessidades de mudanças e os benefícios de se viver em dimensões mais desenvolvidas. Mas, novamente, caímos no livre-arbítrio.

– Realmente, no mundo físico temos que, mesmo com as lições de Jesus, Espíritos de luz e tudo o que estudamos nos centros espíritas e demais escolas religiosas, as pessoas escolhem continuar a viver nos vícios materiais desregrados ou não fazer a reforma íntima, deixando de lapidar defeitos como o orgulho, irritação, vaidade etc. – ressaltei.

– Exato, Breno, e quando desencarnarem suas mentes estarão densas e não estarão aptas a morar em esferas mais evoluídas. Ficarão, assim, no umbral denso, que é esta esfera aqui, em que estamos. Mas, sem mitos ou mistificações. Esse mundo também é local de desenvolvimento, com complexa sociedade, onde o Espírito pode aprender, evoluir, trabalhar, estudar, ter relacionamentos e, conforme sua evolução e vontade, reencarnar para novos resgastes ou tornar-se apto a ir para esferas mais sutis.

– E na primeira esfera espiritual negativa seus moradores são Espíritos que praticam o mal dolosamente, não querem nem mesmo

estudar religião ou negam expressamente Deus e Jesus. É isso? – indaguei.

– Sim. É uma forma didática de compreender o que faz um Espírito vir morar aqui ou lá. Aqui já deram um passo adiante, apesar de faltar ainda uma longa jornada. Lá, estão estagnados. Para os católicos, as esferas negativas compõem o chamado inferno e as primeiras esferas positivas, o chamado purgatório. São rótulos místicos necessários para a fase de evolução consciencial da humanidade. Mas, logo se iniciarão as descobertas científicas e irão compreender que em verdade o Universo Divino é formado por dimensões paralelas e que somos viajantes imortais do espaço-tempo.

– Mas, e como funciona o deslocamento entre as esferas, é possível?

– Sim, pelos vórtices energéticos formam-se portais dimensionais e o Espírito consegue trafegar entre as esferas – esclareceu Heitor. – Porém, não é algo muito fácil de se fazer. Em regra, o Espírito mais avançado intelectualmente consegue fazer o procedimento entre esferas próximas, mas é sua evolução moral que vai determinar até que esfera consegue chegar. Portanto, um Espírito muito avançado intelectualmente, mas pouco moralmente, não conseguirá acessar os portais para esferas evoluídas, pois eles estarão em outras escalas vibratórias e dimensionais. Porém, como eu te disse, entre as primeiras negativas e primeiras positivas não há grande salto vibratório e evolutivo. Assim, os Espíritos que possuem conhecimento conseguem trafegar entre elas.

– Então um morador da primeira esfera negativa consegue chegar à primeira esfera positiva?

– Sim e, em especial, na crosta terrestre.

Após breve pausa, Heitor continuou:

– Breno, as forças inferiores, infelizmente, possuem um comando central, os conhecidos Dragões, que são irmãos nossos enraizados na maldade há milhões de milênios. Foram recebidos por Jesus e, com seu intelecto ajudaram, mesmo que sem vontade expressa, no desenvolvimento da humanidade, governando as esferas inferiores, onde exerceram e exercem poder e domínio. Seus comandados estão em constante disputa de poder, mas não ignoram o comando central. A principal guerra deles é contra a evolução espiritual da humanidade. Assim, utilizam de todos os instrumentos para manter os Espíritos inconscientes da sua natureza e da necessidade de evolução. Depois falaremos sobre onde vivem e o que fazem. Mas, citei-os para explicar que os Espíritos que estão conscientes e governam as esferas inferiores do mundo espiritual trabalham ativamente para manter a humanidade atolada nos vícios e no materialismo. Nesse cenário, é comum viajarem até a dimensão física para influenciar e escravizar as consciências encarnadas, assim como tentam manter o domínio sobre essa esfera espiritual.

– Essa esfera, a primeira positiva, seria então a que mais se assemelha à dimensão física na questão evolutiva? – questionei, buscando um parâmetro.

– Exato. Aqui teremos Espíritos comandados pelos Dragões e que trabalham ativamente na maldade, praticando crimes diversos contra a humanidade. Existem irmãos que não estão diretamente

comprometidos com os Dragões, mas também não querem saber de uma evolução verdadeira, pois preferem os vícios materiais dessa dimensão a evoluir; inclusive buscam acumulação de patrimônio e poder para repassar a seus entes queridos, não são maus, mas também não acordaram para a necessidade de evoluir e viver em sintonia com Deus. Ainda temos aqueles que já entenderam a necessidade de evolução e estão trabalhando para isso, realizando a reforma íntima e mudanças de hábitos. Esses últimos são os que estão expurgando os fluidos densos da vida encarnada e poderão ascender a esferas mais desenvolvidas.

– E ainda temos inúmeras instituições voltadas para atender e socorrer os irmãos que estão doentes e aqueles que querem evoluir, certo?

– Essas instituições existem em todas as esferas que ainda precisam delas. Aqui são mantidas por Espíritos que moram nessa esfera e outros que vieram de esferas mais evoluídas – concluiu Heitor.

Após essa longa conversa, Heitor me ajudou a voltar ao corpo físico e me disse que grande parte do desdobramento vivenciado seria relembrado com facilidade, mas detalhes da conversa seriam trazidos à tona no momento da elaboração deste livro, com sua ajuda.

## 12.3 – Segunda esfera espiritual negativa

Minha consciência encarnada despertou e eu estava à porta de entrada de uma instituição muito grande. Era como um grande

educandário, com portões, grades e muros altos. Heitor estava ao meu lado.

– Breno, dessa vez te trouxe em estado de consciência diferente durante a viagem, porque a passagem até essa esfera espiritual é um pouco complexa e poderia te impressionar. Aqui estamos na segunda esfera espiritual negativa. Trata-se de um mundo espiritual muito atrasado do planeta Terra. Seus moradores são Espíritos verdadeiramente adoecidos na maldade e na ignorância.

– Na literatura li que são trevas e abismos – aludi.

– É que, em regra, o médium consegue captar somente informações sobre os aspectos negativos marcantes dessa esfera. Como dito, é um mundo, com locais mais desenvolvidos e outros menos desenvolvidos. Porém, este é realmente atrasado. Os recursos naturais são escassos e dominados pelas inteligências, que escravizam as demais. Se o Espírito não é um dominante, torna-se automaticamente um escravizado. A natureza sofre a influência negativa dos pensamentos densos de seus habitantes, tornando-se hostil, incluindo os seres irracionais que aqui habitam. Além disso, muitos de nossos irmãos sofrem profundas metamorfoses em seus corpos espirituais e experimentam formas desagradáveis e monstruosas, tudo originado do adoecimento mental e espiritual.

– Conforme venho estudando, o Espírito não retrocede, mas pode adoecer e isso refletir no veículo de manifestação, no caso, o corpo espiritual. É isso?

– Exatamente, Breno. Não é porque um Espírito adoeceu e sua forma aparente se tornou deformada, e até mesmo animalesca, que

ele regrediu na sua evolução. Apenas seu corpo está respondendo ao comando de sua mente. Amanhã, após ser socorrido e restabelecida sua saúde mental e espiritual, ele voltará a expressar-se numa forma física saudável.

– Percebo que a atmosfera é densa e a sensação é de que está escuro o tempo todo, não obstante a iluminação artificial que percebo existir – observei.

– Sim, como eu disse, esse mundo é muito atrasado e suas condições naturais não são boas. Os líderes constroem palacetes e vivem neles como reis, mas grande parte da população desse plano está adoecida energeticamente. Espiritualmente, alimentam-se das energias liberadas pelo ódio e pela revolta. Mentalmente, estão entregues a ilusões de domínio e poder. Materialmente, possuem alimentação deficitária do pouco que conseguem com seus dominadores.

– Mas, e seus governantes, são os Dragões?

– Não, são líderes que recebem ordens diretas dos Dragões. Porém, estes vivem ainda em outra esfera, a terceira negativa. Segundo relatos, a presença destes irmãos não é mais permitida pelas forças superiores nos demais planos de existência da Terra, seja nas dimensões espirituais, seja na física. Exercem sua governança por meio de comunicação mental com seus comandados – explicou-me Heitor.

– E essa instituição? O que fazemos aqui?

– Sua consciência encarnada não se lembra, mas séculos atrás você foi tratado aqui. Após inúmeras reencarnações inferiores e uma reencarnação na qual você se envolveu em uma guerra de

grandes proporções, você veio, por afinidade, viver nesse plano de vida. Em razão de sua atuação nas guerras, foi bem recebido pelos governantes desse plano. Mas, alguns fatos que ocorreram na sua vida física, em especial o início do estudo do Cristianismo, fizeram com que, após alguns anos, duvidasse que o caminho era este. A percepção da existência da imortalidade da alma e do local infeliz em que estava, ainda dominado pelo mal, te fez entender que, se existia tal local, também existiriam lugares felizes e que realmente existe um Pai e um mestre a serem seguidos.

– Realmente, Heitor, não me lembro de nada, apenas percebo que a edificação é familiar, como se eu estivesse em um *déjà-vu*.

– Como essa instituição, existem outras similares, espalhadas por toda a segunda esfera espiritual negativa e visam, justamente, a auxiliar aqueles irmãos que iniciam um despertar e buscam ajuda. Você foi um deles. Vamos entrar.

Entramos pelo portão da frente. Observei que Heitor o destrancou com um comando mental. Apesar de possuir uma consistência diferente, era algo similar aos portões de ferro da dimensão física. Caminhamos por alguns metros e chegamos à porta de entrada da instituição. A porta se abriu e fomos recebidos por um colega de Heitor, o Espírito responsável pela instituição, e ele passou a mostrar o local para nós. Chamava-se Lucas.

– Ele não vai se lembrar do que vivenciou aqui, Lucas, até por isso estamos fazendo essa viagem. Fará parte das narrativas que relatará em um livro sobre viagens interdimensionais – comentou Heitor.

– Imaginei que não se lembraria, o véu do esquecimento é muito pesado nessa fase da evolução em que nos encontramos. Venha, vamos caminhar pela instituição – convidou Lucas que, voltando-se para mim, prosseguiu:

– Breno, aqui tratamos de Espíritos que estão adoecidos pelo ódio que experimentam há vidas e vidas, mas querem iniciar um processo de mudança. Mas, veja, toda mudança é muito penosa e demorada. Você poderá ver algumas imagens que irão te impressionar.

– Entendo, mas creio que seja necessário para melhor compreender e relatar – ponderei.

Adentramos por um corredor iluminado por luzes artificiais e chegamos a um pátio onde havia muitos Espíritos no chão, deitados, utilizando uma espécie de camisa de força. Eles se contorciam e demonstravam sentir muita dor. Aquela cena realmente me impressionou. Lucas, em tom áspero, disse a eles:

– Veja, estamos com visitas, esse é um irmão nosso que no passado também precisou ser socorrido por esta instituição. Hoje vive uma reencarnação programada com a ajuda de amigos espirituais. Percebem como vale a pena o esforço? Como devem lutar contra esses sentimentos e vícios? Lutem, irmãos! A liberdade está a um passo de esforços persistentes.

Ao término, ouvi lamentações e gemidos. Mas fui direcionado a subir uma escada até o próximo andar. Lucas me mostrou salas onde os Espíritos estudavam, se alimentavam, dormiam e recebiam fluidoterapia. Percebi que aqueles no térreo eram recém-chegados e os que estavam mais aptos já frequentavam as demais salas sem

nenhuma espécie de sofrimento. Heitor, percebendo meus pensamentos, disse:

– É apenas aparência. Tratam-se de Espíritos endurecidos e aqui passam por diversas etapas de sofrimento mental, espiritual e físico. Estão em depressão, sofrem crises de pânico e de abstinência de seus vícios. Porém, já conseguem controlar e, com os cursos e o tratamento, estão se tornando aptos a programar uma nova vida física, agora buscando uma vida de resgastes, provas e trabalho no bem.

– Mas já? – indaguei, surpreso. – Daqui desse plano já conseguirão programar uma vida física em detalhes?

– Não eles, os emissários do bem o farão por eles, por conhecerem as maiores necessidades e possuírem melhores condições de fazê-lo. Ao longo da vida física, naturalmente terão de colher muitos frutos amargos do que plantaram. É da Lei. Mas, conseguindo suportar de forma produtiva, romperão o ciclo negativo em que se encontram – esclareceu Heitor.

– O estado dos irmãos no pátio me chocou, por que deixam eles assim? Parece desumano – observei.

– Primeiro, estamos dentro de uma dimensão atrasada e com enormes limitações, inclusive tecnológicas. Assim, nossas maiores ferramentas são a fé e a oração. Esses irmãos estão ali, aparentemente abandonados, mas se você conseguisse ver, enxergaria uma constante chuva de partículas de luzes azuis e rosas caindo sobre eles, banhando seus corpos. São irmãos que possuem inúmeras chagas em seus corpos espirituais, inclusive larvas, bactérias e vírus próprios dessa dimensão. Estão, também,

em fortes crises de abstinência do consumo das drogas que eram fornecidas por seus dominadores desse plano. Por fim, estão aterrorizados, sabendo que são considerados traidores pelos amigos que estão do lado de fora e que não querem nenhuma espécie de socorro – argumentou Heitor.

– É um profundo descontrole mental, espiritual e físico. Eles estão no início do tratamento. Em breve iremos levá-los para outros processos, menos penosos. Agora, é um banho fluídico para eliminar as impurezas. As espécies de camisa de força que utilizam é para evitar se ferirem ainda mais em razão dos ataques de fúria e pânico que estão sofrendo. A minha fala mais dura foi para despertar em seus íntimos a vontade de mudar e vencer essa etapa – complementou Lucas.

– Mas todos vencerão essa etapa? – questionei.

– Claro – respondeu Lucas –, se estão aqui é porque foram selecionados para receber ajuda. Estão aptos. De outro lado, após essa fase, já senhores parcialmente de suas consciências imortais, poderão, pelo livre-arbítrio, desistir do processo de despertar e renovação e escolher voltar a viver sob o comando dos Dragões e seus líderes.

– Isso ocorre? Alguém escolhe deliberadamente tal infelicidade? – inquiri.

– O que é infelicidade para você pode ser estado de euforia para o Espírito que ainda tem afinidade com essa espécie de vida – justificou Heitor. – Ele não consegue entender que seria mais feliz em outros planos de vida, prefere a excitação momentânea dos sentidos que cobra um preço muito alto, trazendo desequilíbrios

físicos, mentais e espirituais. Mas, após se ver livre das chagas que carrega e conseguindo raciocinar melhor, dificilmente algum irmão escolhe voltar à antiga vida. O que é mais comum é pedir o reencarne o mais rápido possível, a fim de que o esquecimento temporário sirva de instrumento para ajudá-lo a vencer os sentimentos que ainda o incomodam.

– Sim, é o caminho mais natural, o reencarne – concordou Lucas. – Ocorre que procuramos preparar ao máximo o Espírito atendido em vida espiritual para que possa sedimentar os ensinamentos em sua mente e, assim, melhor capacitar-se para viver novamente na dimensão física, buscando uma vida produtiva e não mais destrutiva.

Heitor, por fim, nos fez um convite:

– Lucas, quero mostrar ao Breno o meio de comunicação com a equipe de socorro.

Caminhamos pelos corredores da instituição e a melhor comparação para descrevê-la é realmente como um grande educandário, mas sem árvores e áreas verdes, com uma atmosfera densa e sombria. Heitor me explicou que se trata da atmosfera natural daquela esfera e, por isso, os relatos mediúnicos sempre a expõem como trevas. A natureza, em todos os planos, sofre a influência direta dos viventes da respectiva dimensão e a matéria tetradimensional, mesmo em vibração densa como daquela esfera, possui características diferentes da tridimensional, o que inclui estar mais sujeita às vibrações mentais dos seres vivos.

Chegamos à sala, onde havia uma mesa que me parecia ser de madeira. Em cima da mesa havia uma pequena caixa semelhante a

um rádio, mas com apenas dois botões redondos, um vermelho com a letra A e outro preto com a letra B. Do pequeno equipamento saía um fio e em sua ponta havia um dispositivo para fala. Lucas explicou:

– Neste momento possuímos duas equipes de socorro, buscando irmãos aptos a serem socorridos. Alguns estão intimamente orando e pedindo socorro. Outros estão adoecidos, mas entes queridos tiveram méritos para conseguir sua intercessão e eles estão em condições de receber a ajuda.

Lucas parou na frente do aparelho, apertou o botão A e disse:

– Equipe A, estamos na escuta, quais suas condições? Conseguem conversar rapidamente? Estamos com um irmão encarnado aqui e ele quer dizer algumas palavras.

Na hora eu pensei: “Como assim? Eu lá sei o que vou dizer?” Nisso, Heitor riu e eu me lembrei de que os pensamentos são lidos facilmente pelos Espíritos mais desenvolvidos. Realmente a matéria densa nos traz um conforto muito grande em nosso nível evolutivo, pois esconde nossos pensamentos, sentimentos e entorpece nossos sentidos. Por isso a evolução não dá saltos e precisamos nos aclimatar a cada nova espécie de vida.

Após alguns minutos de chiados, ouvimos uma resposta:

– Olá irmão Lucas, estamos em condições de conversar sim. Estamos fazendo uma pausa para alimentação, orações e descanso.

Lucas me orientou a pegar o equipamento e falar à vontade. Eu segurei o dispositivo de fala, uma espécie de *walk talk* com fio. Percebi que o som saía da pequena caixa, como um telefone viva-

voz. Tratava-se de um equipamento extremamente rústico e ultrapassado, o que me surpreendeu.

Com um pouco de vergonha e meio sem jeito, me apresentei e perguntei onde estavam e como estava sendo executado o trabalho. Sem apresentações, foi dito:

– A situação aqui não é favorável, estamos em uma área muito hostil, em busca de um irmão que estava sendo monitorado por nossa instituição em razão de pedidos de entes queridos que vivem em esferas mais desenvolvidas. Vimos uma oportunidade de resgate para levá-lo à instituição. Mas vamos precisar ficar mais um dia inteiro para conseguir retirá-lo do covil onde está, pois vive com um grupo de mais de 30 Espíritos que são considerados criminosos nessa colônia e já tiveram sua pena decretada pelos governantes, execução sumária. Por isso, não está fácil o acesso. Vamos tentar pegá-lo durante um deslocamento que estão planejando para hoje ou amanhã.

Eu agradeci o contato e encerrei a conversa. Heitor e Lucas me orientaram nesse sentido. Após, pedi um pouco de explicações sobre o que me foi dito.

– Breno, lembre-se, aqui estamos em uma esfera espiritual, um mundo espiritual, uma dimensão onde vivem milhões e milhões de Espíritos. Assim como nas outras esferas que você visitou e na própria dimensão física, os seres humanos, Espíritos imortais, filhos do mesmo Pai, são seres sociais. Não importa o nível evolutivo, moral ou intelectual, os seres humanos irão buscar a vida em sociedade – esclareceu Heitor.

– Em toda sociedade será necessário um comando e espécies de leis – continuou Lucas. – Aqui, nessa esfera, temos muitas colônias e elas são dirigidas por Espíritos extremamente endurecidos no mal. Essa esfera é muito atrasada, inclusive materialmente, você pode perceber que nossos equipamentos são rústicos, assim como nossas construções. Na primeira esfera negativa, já temos um nível tecnológico parecido com o do mundo físico. Mas, aqui, ainda estamos bastante atrasados. As colônias são espécies de vilas, algumas pequenas, outras maiores, mas todas com governantes e senhores. As leis estabelecidas nessas colônias são duras e visam a manter os atuais líderes no poder, os quais seguem os ditames dos Dragões. Existem algumas características dessa sociedade que não podemos narrar aos irmãos encarnados, pois muitos ficariam negativamente impressionados, mas informe em seu livro que são sociedades onde o mais forte explora o mais fraco, até extenuar totalmente suas energias vitais e, após, esse Espírito sofre uma desconstituição de seu corpo espiritual, como espécie de segunda morte. Em corpo mental, os chamados ovoides são utilizados em quadros diversos de obsessão no mundo físico, mas também em esferas negativas do Universo Espiritual.

– É realmente um plano muito triste, onde o sentimento fraterno não existe e as Leis Divinas são deliberadamente negadas – lamentou Heitor. – Todas as esferas superiores procuram auxiliar os irmãos que aqui estão, com orações, vibrações e trabalho árduo, mas, infelizmente, cada Espírito estará onde sua sintonia o levar e o livre-arbítrio é respeitado. Ninguém pode tomar o remédio pelo

outro; por mais que você ame alguém, é este alguém que precisa se medicar e acordar.

– Mas e com a mudança do planeta para a fase de regeneração? O que acontecerá com estes Espíritos? – questionei.

– Os que estão sendo socorridos e levados para reencarnações possuem condições de despertar em vida física e atingir nível evolutivo para interromper o endividamento com a Lei Divina. Os demais serão levados a mundos em estado evolutivo adequado para recebê-los – esclareceu Lucas.

– O mundo de regeneração, como o próprio nome sugere, é formado por Espíritos que estão se regenerando – concluiu Heitor. – Veja, não são Espíritos Superiores, mas sim Espíritos que já entenderam a imortalidade e utilizam o livre-arbítrio para seguir o Evangelho, mesmo com as imperfeições que carregam. Não praticam o mal deliberadamente. Querem evoluir. Imagine que a maioria reencarna hoje e, ao final da vida física, desencarna mais endividada com a Lei, ou seja, não só não resgatam tudo o que foi planejado, como praticam ainda mais atos deliberadamente maus e aumentam suas dívidas perante a Lei Divina.

– É necessário atingir a estabilidade cármica, isto é, passar a ter reencarnações produtivas, nas quais o Espírito consegue passar pelas provas, resgatar algumas dívidas, evoluir moral e intelectualmente e ainda não praticar nenhum novo ato mau deliberado – elucidou Lucas.

– E irei conhecer a terceira esfera negativa? – indaguei aos mentores.

– Não será possível – respondeu Heitor. – Trata-se de mundo com condições de vida inapreciáveis para você e os irmãos encarnados e habitado por Espíritos extremamente endurecidos no mal, isso há milênios. Somente têm acesso a essa esfera Espíritos lá levados por sintonia e os Espíritos Superiores, que visitam este plano de vida por caridade e amor.

– É o lar dos chamados Dragões? – repliquei.

– Sim – continuou Heitor –, mas lembre-se: é apenas um nome. São Espíritos como eu e você. Dragões é um nome místico criado e propagado por eles próprios para aumentar o fascínio sobre as mentes jovens e ainda imaturas. São Espíritos que há milênios e milênios seguem céticos, acreditando que não é necessário ao Espírito evoluir moralmente, como se bastasse o desenvolvimento intelectual.

– Por mais que sejam céticos, sabem que os Espíritos de Luz possuem ascendência irresistível e poderiam facilmente abatê-los em um combate direto. Mas, por óbvio, os Espíritos de Luz vivem em sintonia com a Lei Divina do Amor e nunca entrariam em combate com irmãos adoecidos na maldade. Ao contrário, oram para eles e trabalham para que um dia eles despertem e evoluam. De outro lado, os Espíritos de Luz mantêm a ordem e estabelecem uma programação de evolução do planeta, o que inclui limitar a presença física dos Dragões nas demais esferas espirituais da Terra – complementou Lucas.

– Mas esses Espíritos, os Dragões, governam todos os planetas atrasados? – interroguei.

– Não! Apenas as dimensões inferiores do planeta Terra. Outros mundos atrasados possuem os seus Espíritos atrasados e são milhares de mundos no Universo Divino. Da mesma forma que existem outros Espíritos Crísticos governando as galáxias – disse-me Heitor.

– São irmãos nossos – aclarou Lucas. – Com seu bom desenvolvimento intelectual e na busca por poder e domínio nesse planeta, ajudaram no desenvolvimento da humanidade[8]. Mas, desde a vinda de Jesus Cristo, iniciou-se uma nova era e o poder desses irmãos foi limitado. Com Jesus, iniciamos o ciclo de transição para o mundo de regeneração. Os Dragões não reencarnam nessa fase evolutiva do planeta para não atrapalhar os planos da Espiritualidade Superior, mas suas influências são sentidas por todo o planeta, na dimensão física e nas dimensões espirituais ainda abertas a essa influência, que seriam as esferas negativas e até a terceira esfera positiva. Eles orquestram guerras diversas, influenciam as mentes afins na propagação do ódio, violência, intolerância, uso de drogas e vícios diversos (alimentação, sexo, ociosidade).

– Mas tenho curiosidade sobre esse mundo. Não poderei nada ver, nem mesmo visitá-lo? – inquiri.

– Não é possível. Você não tem constituição física suficiente para aguentar a insalubridade do local, muito menos suportar a influência espiritual que há lá. Somente Espíritos Superiores conseguem visitar o local sem danos. Nós mesmo não conseguimos – explicou Heitor.

– Heitor, por que você não leva o Breno para conhecer uma central de controle? – convidou Lucas.

– Boa ideia, faremos isso. Mas outra noite. Breno, antes de irmos, te levarei a um local onde você entenderá um pouco do porquê temos tantos cuidados com você – ponderou Heitor.

Despedimo-nos e, do lado de fora, Heitor pediu que eu fechasse os olhos; em poucos segundos eu estava volitando na frente de um casarão muito grande. Toda a construção era muito escura, com aspecto de construções da época da revolução industrial, tomada por fuligem negra. Acima, nuvens negras tornavam o ambiente mais escuro, apesar de eu perceber que ali era dia e por detrás daquelas nuvens havia o sol. Ainda estávamos na segunda esfera espiritual negativa.

Outro dia Heitor me explicou que a segunda esfera espiritual negativa possui um espaço-tempo diferente da dimensão física, pois a sua curva gravitacional na dimensão tempo possui bastante diferença da dimensão física. O tempo passa de forma diferente nos dois planos de vida.

Heitor pediu que eu esperasse. Ficamos ali, volitando em cima daquele casarão, até que eu ouvi um grito muito estridente, e um Espírito de tamanho agigantado, algo como 2,50 metros de altura, saiu na varanda do segundo andar e olhou para as nuvens como a orar. Sua face era magra e deformada, olhos e cabelos negros. Ele levantou sua mão direita para o alto e gritou sons que não sei descrever.

Eu me assustei e quis parar de ver a cena. Mas, Heitor me disse que era necessário para eu entender o que veríamos depois. Com

muito custo, pois me senti dentro de um filme de terror, continuei a ver a cena.

Percebi pelas janelas que a casa era habitada por dezenas de entidades, mas todas aguardavam o retorno dessa que havia saído no terraço.

Depois de alguns instantes, o Espírito retornou para dentro da casa e gritos altos foram ouvidos.

Heitor me fez sinal para fechar os olhos novamente. Com alívio eu o fiz e quando abri estávamos no jardim de minha casa. Ele me explicou o que ocorrera:

– Breno, acabamos de ver como os Dragões mantêm a conexão com seus comandados. Aquele Espírito na varanda estava orando, isto é, se conectando-se às inteligências que comandam as forças inferiores. Pode ser que ele tenha se conectado diretamente com um dos Espíritos chefes, os ditos Dragões, ou algum outro que recebe o comando deles.

– O mesmo ocorre do lado do bem, certo? Quando eu oro e busco a sintonia, me conecto com você e outros amigos espirituais e vocês recebem orientações de Espíritos mais elevados, os quais seguem as Leis Divinas e os ensinamentos de Jesus.

– Exatamente, lembre-se dos seus estudos, você já leu sobre isso nas obras do Espírito André Luiz. E veja: os gritos que você ouviu naquela casa no plano espiritual eram de comemoração, pois receberam ordens para se deslocar até a crosta terrestre e influenciar irmãos encarnados a praticarem atos horríveis. Infelizmente, os irmãos que estão nessa condição trabalham dessa forma, praticando o mal deliberadamente. Não tenhas dúvidas: para

cada ato horripilante praticado por alguém encarnado, há legiões de Espíritos trevosos influenciando e regozijando-se, inclusive da energia liberada.

– E como vou voltar a dormir depois de ver, ouvir e saber disso tudo? – argumentei.

– Vou ajudar no seu processo de retorno, mas foram viagens muito lúcidas. Você acordará com lembranças vivas, outras serão relembradas no momento certo – tranquilizou-me Heitor.

Quando voltei ao corpo físico, acordei com o coração e a respiração acelerados, com milhares de pensamentos em minha mente; lucidamente via aquela casa e aquele Espírito agigantado. Com o objetivo de não esquecer, escrevi por meio do aplicativo *WhatsApp* ao meu tio Emanoel, irmão do meu pai, e contei todos os fatos de que me lembrava. Ele sempre me ajudou a entender meus desdobramentos.

Porém, apesar das imagens horripilantes, estava tranquilo. Logo em seguida, acalmei os pensamentos e voltei a dormir, agora apenas um sono de repouso, sem desdobramentos. Isso ocorreu porque Heitor estava ao meu lado e me ministrou passes.

## 12.4 – Segunda esfera espiritual positiva

Minha consciência despertou e eu estava andando numa colônia da primeira esfera positiva. Quando ocorre esse fenômeno, é porque Heitor me ajudou no processo de desdobramento e já me aplicou passes magnéticos para despertar meus sentidos e percepções da consciência encarnada.

Logo que percebi o desdobramento consciente comecei a focar a atenção no máximo de detalhes possíveis, para depois relembrar tudo com mais facilidade.

Era uma rua estreita, com calçadas também estreitas, início da noite (lembre-se de que o espaço-tempo é diferente entre as esferas) e eu comecei a caminhar pelas calçadas admirando o comércio que ali existia.

Percebi que estava no centro comercial da colônia e que existia de tudo, igual ocorre nas cidades da dimensão física. Havia restaurantes, lojas, bares, pequenos cafés e até mesmo farmácia.

A farmácia me chamou muita atenção. Por isso, eu entrei e comecei a olhar os produtos nas prateleiras. Peguei alguns e tentei ler os rótulos. Porém, era uma língua desconhecida para mim.

Quando voltei para a rua já era noite e Heitor estava me esperando. Cumprimentamo-nos com um abraço e ele me explicou que estava comigo desde o início, mas que agora era produtivo tornar-se visível.

– Breno, aqui não é seguro para você ficar caminhando. A noite nesta colônia é perigosa. Trata-se de cidade pouco desenvolvida da primeira esfera positiva. Há muita violência e, apesar da minha proteção, qualquer confronto seria desagradável. Vamos, quero levá-lo para a segunda esfera, aqui foi só uma aclimatação da sua consciência. Mas não feche os olhos, eu quero que você veja o procedimento.

Nesse instante, Heitor levantou a mão direita e desenhou um grande círculo imaginário no ar; repentinamente eu passei a ver imagens como uma televisão de alta definição.

– Abri um vórtice entre as duas esferas, agora basta caminhar e passar – disse-me Heitor.

– Simples assim? – indaguei, surpreso.

– Conforme o Espírito desenvolve suas capacidades mentais e espirituais, a matéria não impõe mais resistência. Tenho, ainda, inúmeras limitações como Espírito imperfeito que sou, mas em razão do meu empenho no trabalho no bem e reforma íntima, desenvolvi algumas faculdades mentais. Sem a abertura dessa fenda vibratória entre as esferas seria necessário procurar as naturais e, infelizmente, em torno delas, aqui nas esferas ainda próximas da crosta terrestre, permanecem Espíritos infelizes procurando ultrapassá-las, criando uma atmosfera psíquica muito densa e prejudicial.

– É o que foi descrito pelo Irmão Jacob no livro “Voltei”, do nosso querido Chico Xavier?

– Exatamente. Lembre-se também do Espírito André Luiz no livro “Os Mensageiros”. Logo no início é explicado para ele que existem dois caminhos da colônia Nosso Lar até a crosta terrestre, ou seja, o mundo físico. O primeiro caminho é a passagem pelos vórtices vibratórios naturais, o que exigiria dias de caminhada e viagens entre as esferas, a primeira e a segunda positivas. O segundo caminho, rápido, seria abrir uma fenda vibratória entre as esferas e em segundos deslocar-se da terceira esfera vibratória para a crosta terrestre. Mas, conversaremos mais depois. Agora, passe pelo vórtice aberto.

Nesse instante, algo simples e inacreditável aconteceu. Eu caminhei e em segundos estava na sala de um apartamento, um

local totalmente diferente.

Era um apartamento muito bonito. A matéria bem trabalhada e elaborada, os móveis sofisticados e existiam inúmeros aparelhos eletrônicos, alguns parecidos com os do mundo físico, em especial a televisão. Quanto aos demais aparelhos, eu não saberia descrever quais seriam suas funcionalidades.

– Onde estamos? – perguntei a Heitor.

– Na minha humilde residência. Atualmente, estou desenvolvendo muitos trabalhos na segunda esfera positiva e, por isso, resolvi montar um apartamento neste local. Mas, minha casa efetiva se localiza na terceira esfera positiva. Meu empregador é de lá.

– Como assim? Você tem empregador?

– Vai ser difícil você entender isso, mas, veja, a terceira esfera positiva já está em outra fase de evolução da humanidade. Lá já estamos na fase de regeneração. Todos os seus habitantes têm consciência de que são Espíritos imortais e entendem a importância de viver em sintonia com o Evangelho de Jesus. Nesse cenário, o acúmulo de patrimônio não faz mais sentido. A preocupação de todos é evoluir para ascender a esferas mais desenvolvidas ou ajudar os irmãos que ainda não despertaram nas esferas inferiores e na dimensão física. Quando todas as esferas espirituais e a dimensão física atingirem esse estágio, a Terra será considerada um planeta de regeneração.

– Mas, sobre essa terceira esfera, então quer dizer que vivem num regime socialista, comunista, ou algo do tipo? Ou seria o quê?

– Não! – respondeu-me Heitor, buscando uma comparação. – Veja, não há a divisão de patrimônio da forma que estes sistemas da dimensão física preceituam e há empresas privadas, propriedade privada e diversas características que fogem das características desses sistemas econômicos. Lembre-se, também, de que se trata de outra esfera, ou seja, outro plano de existência, com características sociais e econômicas diferentes do mundo físico. Lá existem regimes próprios, mas todos desenvolvidos à Luz do Evangelho. O que mais se assemelha ao mundo físico seria o Estado de Bem-estar Social, no qual todos procuram fraternalmente ajudar os menos favorecidos, mas que garantem a individualidade, inclusive patrimonial do indivíduo e das famílias.

– Certo, a grande diferença é que perde sentido para um Espírito que vive na terceira esfera querer acumular patrimônio pela exploração de recursos naturais ou de outros irmãos. Ele busca ter o necessário para bem viver e evoluir. Isso?

– Sim, e como cada indivíduo é um mundo, esse “necessário para bem viver” ainda é variado, isto é, o que um considera o suficiente para bem viver e evoluir, outro considera pouco. Mas, são dessas diferenças que todos vão se ajudando para evoluir. De qualquer forma, todos, sem exceção, já entenderam que sem ajudar o próximo e sem a reforma íntima é impossível ser feliz.

Heitor fez breve pausa e continuou:

– Por conta disso, ao longo da evolução da terceira esfera, as grandes corporações que existiam inicialmente se tornaram grandes empresas de benemerência, distribuindo recursos em toda a esfera. Lá existem organizações que mantêm educandários e diversos

sistemas de caridade, assim como instituições gigantes que atuam em diversos meios, desde a proteção do meio ambiente e dos animais, até o desenvolvimento do ser humano. Na terceira esfera positiva, o Estado age em sintonia com a população, inclusive essas instituições. Eu sou ligado a uma dessas entidades, a qual recebe orientação espiritual de grandes líderes, Espíritos mais evoluídos e que habitam esferas mais sutis. Mas, ainda, existem sim empresas, comércio, lojas, *shows* com ingressos pagos, pessoas que desenvolvem atividades econômicas. Volto a dizer, o que muda é a forma como isso é feito.

– Eu sempre ouvi dizer que o Espírito poderia moldar a matéria como quisesse no plano espiritual... – comentei. – Não perde o sentido, se há tudo o que você está narrando?

– Breno, é necessário ter uma visão crítica e racional. Faz sentido para você imaginar que, logo após o desencarne, Espíritos ainda em desenvolvimento consigam transformar a matéria como querem apenas com a força do pensamento? Por óbvio, conforme o Espírito vai evoluindo e depurando-se, torna-se apto a viver em esferas mais desenvolvidas, onde a matéria e a conceituação de vida estão em condições inapreciáveis para nós, Espíritos ainda imperfeitos e com tantas limitações intelectuais e morais. Porém, as primeiras esferas espirituais são habitadas por Espíritos como nós. Não obstante haver enormes diferenças com a dimensão física, ainda há similaridades. Onde existe ser humano, com capacidades intelectuais diversas e exploração de recursos naturais, haverá sociedade, leis e alguma forma de comércio.

– E eu, antes dessa reencarnação, vim da terceira esfera? – inquiri.

– Não, você está em seu antigo lar. Você veio da segunda esfera positiva. Depois de algumas reencarnações planejadas por institutos de socorro, como aquele que visitou na segunda esfera negativa, você atingiu condições de viver nesse plano. Vamos fazer algumas viagens e vou te explicar melhor.

Com a orientação de Heitor, volitamos até a calçada e passamos a caminhar. Percebi que alguns Espíritos volitavam, mas a maioria não. Era uma grande cidade, mas muito bem cuidada, avenidas largas com canteiros cheios de plantações verdes no meio, separando os lados, calçadas organizadas e muitas construções modernas na minha concepção. A matéria era bem trabalhada, com cores sutis em alguns prédios e vibrantes em alguns comércios. Nas lojas havia sempre muitas luzes e percebi que muitas utilizavam tecnologia similar a hologramas para apresentar produtos e promoções.

– Aqui estamos na segunda esfera positiva – comentou Heitor. – Lembre-se, ainda não é a terceira, sobre a qual conversamos agora há pouco. Nesta esfera, a segunda, a sociedade já entende a importância de construir um mundo mais fraterno e equilibrado, mas muitos ainda não conseguem libertar-se da necessidade de viver uma vida mais material. Assim, há consumismo, acumulação de patrimônio, pessoas ricas e outras mais pobres.

– Esta é uma colônia de algum país desenvolvido?

– Não. Esta é uma colônia espiritual de Marília e região. No mundo físico as cidades estão em desenvolvimento e distantes

alguns quilômetros umas das outras. Aqui, além de ter-se iniciado antes a formação das colônias, o tempo passa mais rápido e, com isso, foram surgindo cidades maiores. No mundo físico, Marília é uma pequena cidade do interior paulista. Aqui, temos uma grande colônia espiritual com milhões de habitantes.

Eu notava que tudo era muito organizado e limpo. Era agradável caminhar e conhecer a cidade. Mas perguntei se, em razão do materialismo reinante entre os viventes daquela esfera, ainda existia pobreza na colônia. Heitor respondeu:

– Nesta colônia e na grande maioria das colônias dessa esfera, não existe mais miséria. Apenas diferenças de condições. Todos os Espíritos ricos dessa dimensão fizeram e fazem grandes doações materiais e existem milhares de instituições voltadas para o atendimento dos menos favorecidos. Além disso, a esfera recebe orientação e ajuda das esferas superiores, que auxiliam na capacitação dos seus governantes. Com isso, temos que todos possuem uma vida digna. Aqueles que despertam de forma mais efetiva para as realidades espirituais, aspiram a viver em esferas mais desenvolvidas. Assim, programam reencarnações produtivas de resgastes, provas e trabalho no bem. Alguns, por mérito de trabalhos desenvolvidos aqui nessa esfera e nas inferiores, conseguem aptidão para viver na terceira esfera positiva. Porém, muitos ainda preferem viver aqui mesmo, nesta esfera.

– Qual o motivo de a grande maioria dos Espíritos não querer viver na terceira esfera positiva? – questionei.

– É sempre o mesmo motivo: ainda não despertaram efetivamente. Entendem que as condições de vida dessa dimensão

é que trazem felicidades e deixá-las seria abrir mão das fontes de prazer atuais. A cada esfera espiritual mais sutil, temos mudanças nas condições de vida, incluindo corpo espiritual, alimentação, sistema econômico e social. Para alguns irmãos dessa dimensão, é inaceitável viver numa dimensão onde não será possível acumular patrimônio ou alimentar-se como queira, inclusive utilizando-se de bebidas excitantes, que na dimensão física são o álcool e similares. Conforme o Espírito vai despertando e sedimentando os conhecimentos do Evangelho, consegue alterar hábitos em sua rotina diária, percebe que os hábitos materialistas não trazem real felicidade e que os hábitos saudáveis é que dão origem ao verdadeiro bem-estar, inclusive com sensações muito mais prazerosas do que o materialismo desregrado.

– E a violência, existe?

– Como todo agrupamento humano, existem leis e governantes, inclusive sistema de julgamento, recursos e até prisão – esclareceu Heitor. – A violência daqui surge das imperfeições do Espírito que, em momentos de irracionalidade, sucumbe aos instintos inferiores. Na segunda esfera espiritual ainda há violência, seja de Espíritos visitantes de outras esferas mais densas, seja da imperfeição dos seus próprios moradores. Porém, em nada se compara às esferas mais densas e à dimensão física. Até porque se trata de uma colônia muito bem organizada, e todos que aqui cometem crimes sabem que serão julgados e cumprirão as respectivas penas, as quais, diga-se, são voltadas para a ressocialização do infrator.

Após caminharmos por cerca de 20 minutos, chegamos a uma grande instituição. Era um prédio muito alto e formado por uma

matéria que não consigo especificar exatamente qual era, mas o prédio era branco, com vidros espelhados. Entramos e na parte de dentro também predominava a cor branca, com móveis sofisticados e muitos painéis eletrônicos e digitais. Percebi que algumas pessoas olharam para nós como que nos reconhecendo e algumas acenaram para Heitor.

– Aqui, junto com uma equipe, na qual eu me incluo, estabelecemos e planejamos trabalhos a serem desenvolvidos na dimensão física, inclusive este livro – explicou Heitor. – Aliás, você e diversos de seus companheiros de jornada em atividades diversas se preparam aqui.

– Não consigo me lembrar do local, apesar de me sentir muito bem aqui – relatei.

– É uma instituição voltada para o desenvolvimento da dimensão física, que também presta assistência às demais esferas. Eu estou vinculado a ela e nos reunimos muitas vezes nessa esfera. Perceba que a ajuda das dimensões mais sutis para as mais densas é organizada e obedece a um roteiro pré-determinado. Eu sou morador da terceira esfera, mas venho aqui trabalhar e ajudar os moradores dessa esfera a desenvolver os trabalhos aqui e nas dimensões inferiores, inclusive a física.

Caminhamos pela instituição e subimos alguns andares utilizando elevadores. Achei tudo muito curioso. Inclusive me foi explicado um sistema de evacuação em cápsulas, caso o prédio sofresse alguma espécie de dano, como explosões, incêndios e atentados. Por curiosidade, pedi para utilizar uma cápsula e me foi permitido. Foi algo que me lembrou parques de diversão da

dimensão física. Eu entrei na cápsula e em poucos segundos, viajando por um extenso tubo, eu estava na calçada. Em poucos segundos Heitor estava ao meu lado e sem usar a saída de emergência.

– Esse dispositivo é para ajudar os Espíritos que ainda não têm domínio da volitação – elucidou Heitor. – Quem domina não utiliza. Mas, é lei nesta colônia que toda edificação tenha dispositivos de segurança, a fim de evitar mortes desnecessárias.

– Você diz segunda morte não é, no caso, perda do corpo espiritual? – indaguei.

– Claro. O corpo espiritual nas esferas mais densas é ainda muito grosseiro e perecível. O Espírito adoece, sofre danos físicos, quase como na dimensão física, pode até mesmo sofrer uma segunda morte, quando ficará apenas em corpo mental, no formato de um ovoide, e será levado para tratamento aqui em alguma instituição ou reencarnação.

Após, saímos andando pela calçada da grande avenida. Na rua, via carros com formatos futuristas, além de transporte coletivo. Não faltavam bicicletas, motocicletas e outros aparelhos de locomoção individuais sem correspondentes no mundo físico.

Chegamos a uma praça muito bonita, cheia de árvores, mas que possuíam muitas flores e folhas verdes. Eram cores mais vivas e brilhantes do que no mundo físico.

– Estamos no centro da cidade e dessa praça partem diversas ruas. A cidade cresce de forma ordenada, buscando preservar a qualidade de vida de seus moradores. Os atuais governantes não são Espíritos de Luz, tal como ocorre na terceira esfera, mas são

cidadãos que estão cientes de sua obrigação de servir à coletividade e não buscar vantagens indevidas. Trabalham por vocação. Recebem orientações e capacitações de governantes de esferas superiores – explicou Heitor.

Nesse momento, chegou minha esposa desdobrada, acompanhada de sua amiga espiritual, e Heitor me disse que era uma ocasião especial, pois estávamos juntos na colônia de onde partimos. Abraçamo-nos e agradeci a Deus pela oportunidade de vivenciar todos aqueles fatos conscientemente. Heitor e a amiga espiritual da minha esposa falaram que iriam nos deixar a sós, e, sozinhos, caminhamos até o centro da praça, onde havia uma árvore gigantesca e suas flores emitiam intensa luz laranja. Foi a cena mais linda que já vi em desdobramento consciente. Fiquei emocionado e feliz. Havia uma longa escadaria, a qual descemos até chegar aos bancos que ficavam embaixo da linda árvore. Ali permanecemos mais alguns minutos, curtindo aquela sensação de paz e alegria. Após, os amigos espirituais retornaram e nos levaram para nossa casa no mundo físico. Acordamos e eu contei para minha esposa a experiência que havíamos vivenciado, mas, infelizmente, ela não se recordava, apesar da alegria que sentia.

Por esse desdobramento, vemos que, na segunda esfera positiva, a vida já atingiu patamares mais dignos e está entrando na fase de regeneração. Porém, ainda existem muitos Espíritos que são materialistas. Ocorre que eles não querem mais praticar o mal dolosamente e já desenvolveram noções de fraternidade e de construção de uma sociedade mais igualitária e justa.

Nessa esfera, ainda há acúmulo de patrimônio. Mas, os ricos também trabalham em prol do desenvolvimento da coletividade.

Ainda há violência, em especial de visitantes das esferas inferiores e daqueles Espíritos que ainda sucumbem aos instintos inferiores, tais como nervosismo, ira, raiva, ciúme excessivo e outros similares.

O Estado, governado por Espíritos com vocação para a função, promove o bem-estar de todos, garantindo educação, saúde e alimentação. Nesse cenário, o sistema judiciário funciona com eficácia e existem forças policiais que atuam em sintonia com a evolução da esfera, sem deixar que as pessoas mal-intencionadas se aproveitem do sistema mais evoluído. As cadeias e prisões existem, mas são educandários que têm por objetivo reabilitar aqueles irmãos que sucumbiram em sua inferioridade, incluindo programas de planejamento para reencarnações expiatórias de atos praticados na própria colônia.

## 12.5 – Terceira esfera espiritual positiva

Heitor me ajudou no desdobramento e nos encontramos para conversar no jardim de minha casa. Ele iniciou a conversa explicando:

– A terceira esfera espiritual positiva é o último plano vibratório antes de uma mudança brusca no formato em que a vida se desenvolve. Veja, um Espírito com conhecimento, vivente da primeira esfera negativa, consegue chegar à terceira positiva. Isso porque ainda é zona espiritual umbralina e possui matéria em

vibração similar, em alguma medida, com as demais esferas espirituais (umbralinas e negativas). Porém, a partir da quarta esfera positiva, a vibração da matéria é tão intensa e diferente que dá origem a condições desconhecidas por nós. Somente são acessíveis por meio de desdobramento ou pela evolução do Espírito. Se um Espírito vive na terceira esfera positiva e atinge desenvolvimento para viver na quarta ou seguintes, sofrerá uma segunda morte, engendrando novo corpo espiritual, agora apto às condições da quarta esfera espiritual positiva.

– Lembro-me da passagem do livro “Nosso Lar”, quando André Luiz narra que, após um dia de trabalho muito intenso, dormiu, desdobrou-se e foi visitar a sua mãe na quarta esfera positiva. Antes não entendia bem o que havia ocorrido, mas agora tudo faz sentido. E também o início do livro “Transição Planetária”, quando Manoel Philomeno, pelo médium Divaldo Pereira Franco, narra um desdobramento na quarta esfera espiritual – acresci.

– Na terceira esfera vivem Espíritos despertos. Todos estão trabalhando para o desenvolvimento do planeta e todos vivem em sintonia com os ensinamentos do Evangelho, buscando lapidar o próprio Espírito, desenvolver virtudes e combater vícios. Veja, não são Espíritos perfeitos, mas já entendem a importância de incorporar as lições de Jesus em nosso dia a dia. A alimentação é diferenciada, bem como diversos outros fatores que buscam preparar o Espírito para voos mais altos. Ali se vive a fase de regeneração – concluiu Heitor.

A noite estava muito bonita, com céu estrelado, e era época de lua cheia. Estávamos no jardim de minha casa e, utilizando-se do

mesmo procedimento das outras vezes, Heitor abriu um vórtice dimensional que nos levou em segundos para a terceira esfera espiritual positiva.

Chegamos a uma colônia da região espiritual de Marília e cidades próximas. Era dia na colônia e o sol estava brilhando no céu (lembre-se de que o espaço-tempo é diferente entre o mundo físico e as esferas espirituais). Assim como na segunda esfera positiva, via ali uma cidade muito grande e desenvolvida, com perfeito planejamento. Sobrevoando a colônia, notei que ela era cercada por muros e sistemas defensivos complexos e futuristas. Heitor explicou:

– Como estamos na zona espiritual umbralina, ela é ainda acessível por Espíritos infelizes que buscam até mesmo a guerra com regiões espirituais mais desenvolvidas. Aqui, o sistema de segurança garante que só adentrem a colônia aqueles Espíritos que já estão aptos a viver na forma em que a sociedade foi constituída. Mas, a colônia não está isolada nesta esfera; ela está interligada com todas as colônias que se desenvolveram, buscando comércio, troca de informações, experiências e ajuda recíproca.

– Em todas as esferas as colônias precisam desses dispositivos de segurança? – questionei.

– Não, a partir da quarta esfera não é mais necessário, pois os Espíritos atrasados não têm acesso a ela. Mas, nas esferas negativas, temos que as instituições de socorro precisam se resguardar. Nas três primeiras positivas, a segurança se torna necessária. Na primeira, a segurança é feita de forma ostensiva por muitos que acreditam ser cidadãos de bem, pois seus habitantes

ainda entendem que a violência evita a violência e as leis devem ser rígidas, algo muito similar ao mundo físico. Na segunda esfera, a segurança é feita de forma preventiva e passiva e busca-se a reeducação do Espírito que cometeu infrações. Aqui, na terceira esfera, não há mais crimes dolosos cometidos por seus habitantes. Porém, como dito, recebem visitas inesperadas de legiões de Espíritos infelizes das esferas negativas, que muitas vezes buscam atacar e destruir regiões desenvolvidas dessa esfera.

– Isso ocorre sob coordenação dos Dragões? – observei, curioso.

– Evidente – exclamou Heitor. – Lembra o que já aprendemos? Eles querem manter a humanidade estagnada, perpetuando seu poder sobre milhares de consciências. As esferas espirituais positivas trabalham no desenvolvimento da humanidade e no despertar das consciências encarnadas. Cada Espírito que desperta como ser imortal é uma consciência a menos a ser escravizada pelos Dragões.

– Então, no movimento natural de evolução da humanidade, as esferas negativas vão sendo esvaziadas e as esferas positivas vão sendo povoadas?

– Isso, e aqueles que não atingirem nível consciencial suficiente para viver nas esferas positivas serão transportados para mundos em fase evolutiva compatível – finalizou Heitor.

Sobrevoamos a cidade volitando e reparei que muitos Espíritos volitavam, criando um cenário muito diferente das demais esferas. Algo difícil de assimilar para uma consciência encarnada. Mas, no chão, via também carros, ônibus, espécies de bicicletas e outros

transportes individuais. A cidade era muito grande e bonita. Havia muito verde em todos os lugares, assim com praças grandes e bem cuidadas. A colônia era dividida por setores, havendo bairros residenciais, industriais, além de centros esportivos e de entretenimento. Havia muitos prédios, mas com características peculiares de beleza e perfeição nas curvas e desenhos. Na segunda esfera via muitos prédios tecnológicos, mas verdadeiros arranha-céus, altos e imponentes. Ali não, havia algo diferente, eram prédios elegantes, com desenhos arquitetônicos que traziam paz e expressavam perfeita harmonia. As cores que predominavam eram branco e azul, mas havia muitas construções utilizando de um material translúcido e outro prateado.

As ruas também eram revestidas de material muito diferente para sua constituição, assemelhando-se a um perfeito calçadão, mas com divisões para pedestres, ciclistas, carros e ônibus, pousavam ou se deslocavam rente ao chão.

– É uma enorme diferença de civilidade e organização, beleza e perfeição, se comparada às cidades mais desenvolvidas da dimensão física – constatei.

– Sim, é uma característica da terceira esfera – esclareceu Heitor. – Aqui, os governantes são Espíritos mais evoluídos, que poderiam viver nas demais esferas positivas, mas estão aqui, trabalhando por nós, ajudando em nossa evolução e desenvolvimento. Conforme expliquei para você outro dia, quem está aqui não trabalha mais para acúmulo de patrimônio, não obstante haver propriedade privada e patrimônio individual.

– Sim, aqui a pessoa se vale do que acumula para ajudar o próximo, até mesmo para missões de intercessão nas esferas inferiores, para socorrer entes queridos. Recordo-me dessa lição. As empresas comercializam produtos, mas o lucro, além daquilo que o proprietário precisa para uma vida digna e produtiva, é voltado para a própria sociedade, por meio de financiamentos gratuitos diversos – conclui.

– No mundo físico, vemos essa realidade começando a nascer, com muitas empresas utilizando-se de parte do lucro para socorrer a sociedade mais carente materialmente. Aos poucos, o ser humano, em todos os lugares do planeta e suas dimensões, vai entendendo que estamos no mesmo barco e somente evoluiremos juntos. Imagine a alegria que todos sentem vivendo aqui, nesse plano, onde todos têm o mínimo necessário, podem conseguir um diferencial por meio do trabalho, mas não sentem a angústia de precisar acumular patrimônio e riquezas. E pense que na quarta esfera é ainda melhor. São noções de vida totalmente diferentes e a evolução é isso – exaltou Heitor.

Heitor ainda me levou para volitar entre duas colônias espirituais daquela esfera e vi que havia estradas largas interligando as colônias e muitos vales e espaços vazios, onde havia árvores e rios. Mostrou-me um dos vórtices naturais da esfera, que a interligava à segunda esfera positiva. Ali, para minha surpresa, havia forte sistema de segurança e Heitor me explicou que funcionava como as alfândegas do mundo físico, buscando selecionar os Espíritos que teriam acesso à terceira esfera.

Nessa hora eu me lembrei do livro “Nosso Lar”, quando, durante a Segunda Guerra Mundial na dimensão física, o governador da colônia convocou um exército para resguardar as entradas da esfera, pois as entidades infelizes das esferas negativas se utilizariam das energias negativas da guerra para atacar as colônias nas esferas positivas.

Heitor percebeu meus pensamentos e me lembrou de que foram ministrados até mesmo cursos contra o medo, para ensinar os moradores de “Nosso Lar” a controlar a mente, pois o risco era real.

Após, Heitor me levou para meu corpo físico. Acordei como sempre, com o coração acelerado, respiração ofegante e muito alegre pelas viagens realizadas.

## 12.6 – Quarta esfera espiritual positiva

Minha consciência despertou e estávamos no apartamento de Heitor, na segunda esfera espiritual positiva. Ele me explicou, novamente, que antes de despertar minha consciência encarnada, eu sou meu verdadeiro eu, o Espírito cuja consciência ultrapassa os limites impostos pelo esquecimento da reencarnação (desdobramento sonambúlico). Mas, não me deu detalhes, porque disse ser importante eu me expressar na personalidade desenvolvida ao longo da atual vida física. Disse que no meu grau evolutivo eu não consigo despertar a consciência imortal sem prejuízos para meu equilíbrio emocional. Citou os queridos líderes e mestres Paramahansa Yogananda e Chico Xavier como exemplos de Espíritos mais evoluídos que conseguiram, em vida física,

despertar a consciência imortal e assumir a real personalidade do eu.

Em seu apartamento, explicou-me que iríamos visitar a quarta esfera espiritual e, para tanto, seria necessário realizar um procedimento magnético no meu corpo espiritual, tornando-o apto a ingressar nessa vibração da matéria tetradimensional. Pediu que eu ficasse deitado em uma maca que possuía e, após mais de vinte minutos aplicando fluidoterapia, disse que eu estava preparado.

Eu estava muito leve e aparentemente equilibrado de uma forma que nunca senti antes. Percebia uma harmonia em meus sentidos e pensamentos. Heitor explicou:

– Realizei alguns procedimentos magnéticos para que você se expresse mais pelo seu corpo mental e menos pelo seu corpo emocional, conhecido como perispírito. Com a evolução, o Espírito se liga mais à sua essência espiritual e passa a se expressar por corpos mais sutis. Mas, mesmo assim, nós vamos visitar a quarta esfera rapidamente, porque, apesar da minha ajuda magnética, você não suportará o clima dessa esfera por muito tempo. Você é muito sentimental e as emoções ficarão intensas. Com esse procedimento tornei possível o seu ingresso na esfera e, se você conseguir se controlar, será capaz de enxergar e perceber algo dessa esfera, mas o tempo de permanência dependerá de suas emoções e equilíbrio.

Dito isso, Heitor fez o procedimento de abrir o vórtice dimensional e em poucos segundo estávamos na quarta esfera espiritual.

Estávamos no alto de uma montanha e fomos recebidos por dois Espíritos amigos. Eles me abraçaram e eu senti um sentimento de amizade e amor incomparáveis fluindo desses amigos para mim. Eles me mostraram o horizonte e eu percebi muitas luzes intensas saindo das colônias (iluminação artificial das cidades), mas ali não havia divisão; a impressão era de que todas as colônias estavam interligadas. Era noite, mas era diferente, pois partículas de luzes caíam constantemente. Um dos Espíritos amigos me esclareceu:

– Isso está ocorrendo porque, nesse instante, todos estão orando em comunhão com Deus e Jesus. Vocês chegaram no momento da oração da qual todos os habitantes dessa esfera participam, gerando esse turbilhão de energias positivas. Nessa hora, recebemos a visita de irmãos que vivem nas esferas superiores para orientação e ajuda nas nossas questões existenciais, pois ainda estamos trabalhando muito para superar nossas fraquezas e evoluir.

O sentimento de emoção era incontrolável. Heitor tinha razão. A gratidão por conhecer uma esfera mais evoluída em desdobramento consciente era tão grande que eu chorava de emoção; ajoelhei-me e continuei a chorar, de olhos fechados. Percebi que os Espíritos amigos me abraçaram e me consolaram, mas eu não conseguia parar de chorar e não conseguia me levantar. Não suportei a vergonha das minhas imperfeições e não me sentia apto a estar ali, naquele plano. Era e sou um Espírito muito imperfeito, com vícios e descontroles mentais injustificáveis, como irritação e nervosismo. Isso me consumia. Como eu, um ser tão inferior, estava ali, num plano tão desenvolvido?

– Querido irmão Breno, não fique assim – tranquilizou-me o segundo Espírito amigo. – Esse sentimento que você experimenta é o que nós, daqui, experimentamos quando viajamos em desdobramento para esferas mais sutis. E não se engane: é o que o morador da sexta e última esfera espiritual da Terra sente ao viajar para a quinta e demais dimensões da matéria e acessar Universos completamente diferentes desse que você está visitando. Mas, isso tudo tem de servir de combustível para nascer em seu íntimo a vontade persistente de evoluir e lapidar seu Espírito. Os irmãos encarnados precisam entender que somente com a evolução da consciência deixarão de ser escravos da matéria e de irmãos ainda mais adoecidos. Não tenho dúvidas de que sua visita foi produtiva e fará diferença na sua vida encarnada.

Apesar das palavras amorosas do amigo espiritual, vivente daquela esfera, me senti ainda mais culpado, pois estava desperdiçando uma oportunidade maravilhosa e isso porque, na atual vida física, não vigiei o bastante meus pensamentos e atos. Tais imperfeições agora me consumiam. Heitor percebeu o meu sofrimento e me levou de volta para o jardim de minha casa na dimensão física.

– Isso ocorre porque sua personalidade atual está carregada dos vícios e hábitos mentais que você aceitou alimentar diariamente em sua vida física – esclareceu-me.

– Peço desculpas, foi um sentimento incontrolável.

– De qualquer forma, mesmo sem conseguir caminhar e conhecer a quarta esfera conforme planejado por nós, esse fato foi didático e você deve narrar em nosso livro. Veja que você vivenciou

e sentiu na alma o motivo de o Espírito precisar evoluir por meio da reforma íntima e, assim, estar apto a viver em dimensões mais evoluídas. Não adianta a pessoa achar que merece viver em mundos melhores. É necessário que mude os hábitos, abandone os vícios, desenvolva as potencialidades divinas, sublime o pensamento, porque não podemos nos enganar. Você sentiu a alegria e a pureza que havia na atmosfera e isso foi um choque de realidade, porque ao mesmo tempo te mostrou como sua vida está carregada de sentimentos negativos, vícios degradantes e falta de vigília dos pensamentos e atitudes.

– Esse sentimento infeliz domina os irmãos que vivem nas esferas inferiores e por isso muitos se revoltam e querem fazer o mal dolosamente?

– Sim. Acreditam que as esferas superiores sejam um favor concedido para escolhidos e não entendem que, na verdade, são planos de vida superiores e que todos podem acessar com a evolução espiritual.

Heitor fez uma breve pausa e prosseguiu:

– Os irmãos que alcançam evolução suficiente passam a viver na quarta esfera, e não precisam mais reencarnar na atual fase evolutiva da humanidade. Eles se encontram alguns passos à frente da fase do planeta. Mas, não se engane, apesar de a vida se expressar de outra forma, não ficam na ociosidade. Ao contrário, trabalham efetivamente para o burilamento íntimo e desenvolvimento das demais esferas espirituais, bem como da dimensão física. Em seus íntimos, o sentimento real da fraternidade pulsa intensamente e não conseguem usufruir de uma vida plena

sabendo que milhares de irmãos chafurdam no lamaçal e que muitos estão escravizados por outros irmãos ainda mais adoecidos na ilusão do poder. Por isso, em sintonia com as orientações que recebem das esferas superiores, trabalham ativamente para a melhoria do planeta. Não precisam mais encarnar, mas frequentemente reencarnam para resgatar entes queridos das esferas inferiores e ajudar na propagação da Verdade Divina no mundo físico.

– Sim, me lembro da mãe de André Luiz. Ela era vivente da quarta esfera espiritual e não precisava reencarnar. Mas, o pai de André Luiz vivia na primeira esfera negativa com as duas amantes da vida física. Ela programou uma nova vida física com o marido e ainda as duas amantes, as quais receberia como filhas queridas – pontuei.

– Isso mesmo, perceba a diferença de pensamento e sentimento de Espíritos que atingiram essa evolução. Os sentimentos de fraternidade e de amor eram tão grandes e intensos, que ela não alimentava ciúmes ou qualquer espécie de sentimento negativo para com o marido e suas amantes. Via como irmãos adoecidos que precisavam de socorro. A parceria e o amor que sentia pelo marido a envolviam de forma especial. Não conseguia ser feliz vendo um ente querido viver ceticamente em uma colônia numa dimensão inferior. Lutou, e provavelmente conseguiu por sua grandeza espiritual, para levá-los a uma nova vida física, a fim de despertar nos três as potencialidades espirituais suficientes para retirá-los do domínio dos Dragões e levá-los a colônias situadas nas esferas positivas.

Após essa longa conversa, Heitor me levou ao corpo físico e eu acordei, diferentemente das outras vezes, calmo, mas ainda chorando, com o sentimento mais forte até do que as lembranças daquela noite, em que minhas imperfeições foram reveladas como um grande gigante que impedia minha evolução e me retirava oportunidades. Fixei a necessidade urgente da reforma íntima e voltei a dormir.

Após algumas horas de sono natural, Arshad me despertou em novo desdobramento e me levou para conversarmos no jardim de minha casa. Disse-me o mentor:

– Heitor me contou da viagem de hoje e me disse que você estava um pouco triste. Resolvi te visitar. Amigo, não se desespere. Tudo está mais ou menos dentro do que nós programamos. Claro que você, como todos os viventes dessa dimensão física, possui inúmeros defeitos e alguns foram assimilados pela imposição dos hábitos da coletividade que lhe foram ensinados desde criança na atual vida física. Mas, já esperávamos por isso, tanto que iniciamos as viagens interdimensionais. Então, aceite-se como é, sem aflições ou angústias. Trabalhe os sentimentos revelados na noite de hoje. Examine seu íntimo e veja onde lapidar o Espírito. As tarefinhas de casa precisam ser feitas e, em nova fase da sua vida física, estudaremos um outro nível das tarefas de casa, buscando uma maior sublimação.

– Obrigado pela visita e pelas palavras, me ajudaram a assimilar um pouco melhor o que vivi hoje – agradeci, comovido.

Após a rápida, mas consoladora conversa, Arshad me levou ao corpo físico e despertei mais aliviado. Senti que ele ainda estava ao

meu lado e me intuiu para dormir. Naquele instante senti muita paz e tranquilidade, pois o querido amigo espiritual me ministrou energias em longo passe. Dormi tranquilamente e renovado no meu ânimo de ser uma pessoa melhor.

## 12.7 – Êxtase

Naquela noite, Heitor me ajudou a sair do corpo físico e, na sala de minha casa, me explicou que eu não teria condições de visitar a quinta ou a sexta esfera espiritual. Disse que, além de não conseguir acessar com a consciência encarnada desperta, não seria produtivo, pois a partir da quinta dimensão não há parâmetros para descrever a vida que lá se desenvolve. Explicou que somente daqui a alguns séculos a humanidade da dimensão física começará a ter condições de entender como é a vida na quarta, quinta e sexta esferas espirituais.

– A evolução não dá saltos – afirmou Heitor. – A humanidade terrestre, aos poucos, está aprendendo como é a vida nas esferas espirituais próximas. Aqueles que vivem na terceira esfera positiva estudam como é a vida na quarta esfera. Os habitantes desta estudam a vida na quinta esfera, compreendem alguma coisa de como é a vida na sexta esfera, mas não possuem condições de apreciar a vida na quinta dimensão, onde não há mais corpo espiritual e a matéria ganha mais uma dimensão em seu formato, proporcionando características inapreciáveis para nós. Somente quem vive na sexta esfera espiritual está apto a estudar a vida na quinta dimensão, com o objetivo de subir mais esse degrau

evolutivo, deixando para trás o corpo espiritual e passando a expressar-se apenas em corpo mental.

– O corpo mental possui formato, certo? Mas, para nós, acostumados à tridimensionalidade da matéria e para vocês, viventes do Universo Espiritual e acostumados à quarta dimensão da matéria, é como se fosse apenas um ovalado veículo de manifestação – concluí, buscando uma analogia.

– Isso mesmo, vejo que se lembra da palestra que ministrei lá no Núcleo Espírita Amor e Paz. Como o corpo mental é formado por matéria da quinta dimensão, não possui formato para nós, Espíritos desencarnados, ou para vocês, Espíritos encarnados, por isso ficou conhecido na literatura espírita pelo termo ovoide.

Por fim, Heitor requisitou:

– Bem, vamos trabalhar. Apesar de você não conseguir visitar tais esferas, faremos um desdobramento em corpo mental e buscaremos o máximo de sintonia possível com a sexta esfera espiritual. Não será possível alcançar a plena sintonia. Mas, com minha ajuda magnética, vamos sutilizar ao máximo seu corpo mental e você terá alguma sintonia com a sexta esfera e, assim, sentirá uma pequena parcela dos sentimentos dos moradores daquela esfera, vivenciando na consciência encarnada um pouco do que é o Espírito livre da matéria densa.

– E como faremos? – indaguei, curioso.

– O desdobramento durará menos de um minuto, mas, bem, você verá. Agora vamos voltar para o seu corpo físico, pois você deixará deitado na cama seu corpo físico, seu duplo etérico e seu corpo espiritual e sairá apenas em corpo mental. Você não

consegue fazer isso sozinho. Eu farei inúmeros procedimentos magnéticos para viabilizar essa espécie de desdobramento.

Dito isso, voltamos para o quarto e, a pedido do Heitor, eu despertei e me levantei. Fui até a sala e me deitei no sofá que ali existia, evitando assim interferência energética do corpo da minha esposa, bem como eventuais movimentos durante o período de desdobramento.

Eu me deitei e fiz os procedimentos que aprendi. Respirei fundo três vezes e mentalizei meu corpo físico relaxando.

De repente, o desdobramento ocorreu.

Não há palavras para descrever o sentimento que vivenciei, apenas tentarei relatar algo.

Em segundos senti meu Espírito projetando-se para o alto, subindo sem parar, com uma leveza inacreditável. A sensação de subida não terminava e, ao mesmo tempo, sentia uma liberdade imensa e uma integração com tudo o que eu conhecia. Senti até mesmo a conexão efetiva com o Pai Criador e meu eu imortal. Eu me sentia absoluto. Era um estágio de introspecção muito profundo. Nada material era importante. Nenhum fato era importante. A sensação de felicidade preenchida simplesmente por existir e estar em conexão com Deus. Nada mais era importante, nada mais era necessário. Eu era absoluto. O ser era o importante. Eu, filho de Deus, com potencialidades divinas, não precisava de mais nada para ser feliz. Nenhum patrimônio, nenhum *status*, nenhum orgulho, nenhuma vaidade, nenhuma beleza física, nada mais fazia sentido. O importante era o que eu era. Como um turbilhão de pensamentos em um espaço-tempo que seria longo, vi a banalidade das brigas,

das discussões, das inimizades, dos vícios materiais. Percebi que, na verdade, meus sentidos na vida física estavam entorpecidos pela matéria densa e a busca de vícios (comida exagerada, bebidas diversas, jogos eletrônicos, mídias sociais etc.) era para sair do tédio desse entorpecimento. Mas, para quê? Era muito melhor sentir a plenitude daquele momento. Era muito mais intenso libertar-se da matéria densa e ser simplesmente. Compreendi, mesmo que ainda dentro de minhas limitações, o motivo dos Espíritos de luz que reencarnaram não darem importância para patrimônio ou matéria, como Chico Xavier, Madre Teresa, Gandhi e tantos outros. Realmente, a matéria não é importante para a obtenção da felicidade, **somente o ser é**. Sentia-me absoluto em minhas faculdades mentais e intelectuais. Sentia-me completo. E, de repente, estava novamente na prisão de carne, de olhos abertos, em estado de êxtase pelo que vivenciara.

Foi algo tão forte e intenso que não precisei anotar. Está registrado em minha consciência e nunca esquecerei.

A sensação é que a partir daquele instante eu seria um Espírito evoluído, sem nenhum vício ou imperfeição. Mas, cá estou eu escrevendo este livro em companhia do meu amigo Heitor, lembrando-me de que esta noite ocorreu há quatro anos e continuo o mesmo Espírito imperfeito.

Pois bem, ainda naquela noite, Heitor me desdobrou para que pudéssemos conversar.

– Veja, Breno, o que você sentiu é só uma amostra do que está explicado em “O Livro dos Espíritos” quanto ao estado de êxtase. O Espírito é muito mais do que a matéria. Esta é apenas instrumento

dele e, conforme evolui e compreende esse fato, mais se liberta e vive em sintonia com sua verdadeira essência espiritual.

– É algo inacreditável. Como é possível alguém continuar materialista depois de uma experiência espiritual como essa? – perguntei, perplexo.

– Breno, novamente a lição: a evolução não dá saltos. Você experimentou o desdobramento consciente em corpo mental e sentiu um pouco das vibrações da sexta esfera porque eu te ajudei no procedimento e sintonização. Daqui a uns dias, você estará novamente lutando ativamente e muitas vezes cedendo às suas imperfeições e aos vícios[9] que trouxe e aos que adquiriu nesta vida física. Somente ao longo de várias vidas o Espírito consegue sedimentar os sentimentos e, deliberadamente, decidir por uma vida mais espiritual e menos material. Lembre-se das visitas às outras esferas espirituais, em especial às positivas. Lembre-se de que viu pessoas que são consideradas boas, mas que ainda não conseguem viver sem o conforto entorpecedor da matéria densa. Lembre-se de sua experiência chocante na quarta esfera. Aqui, neste desdobramento em corpo mental, você apenas experimentou a sensação de estar sem a matéria tridimensional (corpo físico) e tetradimensional (corpo espiritual) te aprisionando e um pouco das vibrações de uma esfera realmente evoluída, mas, veja, você está longe de habilitar-se à vida na sexta esfera ou em dimensões superiores.

– Então é necessário evoluir degrau a degrau para um dia conseguir estar apto a viver em dimensões superiores – ponderei.

– Sim. Até que um dia chegamos ao nível evolutivo de conseguir viver em perfeita sintonia com o Universo Divino e o Pai Criador, mantendo nossa individualidade, mas em conexão com Ele. Como já lhe disse, isso ocorre em dimensões inimagináveis para nós e formas de vida incompreensíveis para nossas limitações intelectuais e morais.

Após a conversa, voltei ao corpo físico. A sensação daquele desdobramento foi tão intensa que realmente, por algumas semanas, consegui viver de uma forma até então inimaginável para mim, evitando qualquer vício mental e em total paz espiritual (no meu caso, nunca alimentei nenhum vício de drogas, cigarro ou similares, mas sempre lutei e luto para controlar meus impulsos na alimentação, consumismos, ociosidade etc.). Porém, conforme previsto por Heitor, aos poucos meus instintos inferiores, minha falta de controle mental sobre atitudes e temperamentos foram voltando e, com eles, meus vícios e demais imperfeições. Realmente, a evolução não dá saltos.

O leitor amigo deve analisar sua vida cotidiana e localizar seus vícios mentais, com o objetivo de combatê-los e fortalecer sua mente e Espírito.

Conforme Arshad me ensinou e relatei no livro “Em Busca da Felicidade”, ter ciência da imperfeição faz com que saibamos no que lapidar nosso Espírito. Além disso, é possível, mesmo ao Espírito imperfeito, integrar as fileiras do bem e desenvolver hábitos em sintonia com Deus, tais como orar diariamente, estudar o Evangelho, fazer caridade, ser idôneo e correto no dia a dia, não praticar o mal dolosamente, fazer evangelho no lar, ler mensagens

edificantes, programar a semana e utilizar o tempo de forma produtiva.

Com isso, catalisamos a reforma íntima e a evolução de nossos Espíritos. Aos poucos sedimentamos essa evolução e vamos subindo degrau a degrau na jornada evolutiva.

---

8. Nota do autor: Deus nos aproveita no estágio em que estamos. Esses Espíritos, não obstante o enraizamento no mal, ajudaram a humanidade com seu intelecto. Assim, participaram do desenvolvimento de formas de sociedade, de descobertas tecnológicas, exploração do mundo etc.

9. Nota do autor espiritual (Heitor): vícios são todos os hábitos que entorpecem a mente de alguma forma e afastam o Espírito de um completo domínio mental, tais como alimentação desregrada, televisão ou entretenimento em excesso, ócio em excesso, preguiça doentia, sexo desregrado, consumo de pornografia, bebidas excitantes, cigarros diversos, drogas diversas, consumismo, jogos eletrônicos em excesso, consumo de mídias sociais de forma ininterrupta etc.

# Capítulo 13 - Vampirismo e obsessão

O desdobramento ocorreu naturalmente, mas a consciência estava desperta desde o início. Senti o deslocamento do perispírito e por isso mentalizei a decolagem, sendo perfeitamente realizada. Fiquei de pé ao lado da cama em meu quarto. A porta estava fechada. Como o desdobramento foi realizado deixando o duplo etérico no corpo físico, eu estava em uma boa densidade para locomover-me. Passei pela porta e caminhei até a frente de minha casa, atravessando as paredes e os portões. Cheguei no meio da rua, tudo estava escuro, com iluminação apenas dos postes de luz; não via até então nenhum Espírito desencarnado. Resolvi caminhar pelo bairro. Após alguns minutos caminhando, vi algo diferente; percebi a presença de um Espírito infeliz embaixo de uma árvore. Procurei aproximar-me para iniciar um diálogo. Porém, de repente, me vi cercado de entidades infelizes e me senti preso energeticamente, sem condições de voltar ao corpo físico. Nesse momento, iniciei o procedimento de orar e rogar ajuda para Heitor e demais amigos espirituais. Mentalizei a casa espírita que frequento e roguei ajuda à equipe espiritual. Contudo, permaneci imóvel alguns minutos, senti minha energia ser drenada e, com isso, muita dor por todo o corpo. As entidades possuíam aspectos sombrios e

não conversavam. Algumas sorriam ironicamente. Após, Heitor e alguns amigos espirituais chegaram e as entidades fugiram rapidamente. Sentia-me um pouco fraco. Heitor e os amigos espirituais fizeram um pequeno círculo comigo no meio e me deram passes, refazendo minhas energias. Os amigos espirituais foram embora e fiquei conversando com Heitor, que me disse:

– Eram Espíritos vampirizadores, isto é, irmãos nossos que estão viciados em energias densas dos encarnados. Não obstante você ter deixado o duplo etérico no corpo físico, por estar encarnado, carrega sempre um lastro dele e, assim, muita vitalidade no corpo espiritual. Mas isso só ocorreu porque você tem negligenciado suas atitudes. Além disso, não seguiu minha orientação de, ao desdobrar-se sozinho, rogar minha ajuda ou de algum amigo espiritual. Não é seguro caminhar pela crosta terrestre ou outras esferas espirituais sozinho. Claro que os Espíritos desencarnados não podem causar danos permanentes ou graves, mas essa absorção de energia faria com que você acordasse muito cansado e ainda achando que tinha sofrido um pesadelo. Levaria o dia inteiro ou até alguns dias para voltar ao normal.

– Eu sei, tenho deixado de fazer as orações antes de dormir – confessei. – Além disso, estou perdendo tempo útil do meu dia em grupos de conversas do aplicativo *WhatsApp*.

– Não só perdendo tempo útil, como contaminando seus pensamentos com as imagens que chegam nesses grupos. Selecione melhor o ambiente virtual que você convive, assim como o ambiente real que você frequenta.

– Tem razão, farei isso. Também vigiarei melhor meus pensamentos e voltarei a fazer as orações antes de dormir.

– Vamos aproveitar esse desdobramento e ir visitar um local onde esses tipos de Espíritos permanecem – convidou Heitor.

Em volitação, envolvido pelo magnetismo de Heitor, nos deslocamos até uma cidade maior e entramos numa casa noturna destinada a promover o sexo desregrado de seus frequentadores.

Aos olhos dos encarnados era uma casa noturna normal, com música alta, pessoas bebendo e dançando. Mas, nesse local, havia também aposentos íntimos, onde casais se encontravam para a prática de sexo casual, além de solteiros com acompanhantes pagas para essa finalidade.

Na dimensão espiritual, o movimento era muito maior. Havia complexa organização. Espíritos vigilantes controlavam a entrada e só poderia ingressar quem estivesse autorizado por eles. Dentro da casa noturna havia centenas de Espíritos. Eles envolviam os encarnados em apertados abraços, absorvendo as energias liberadas pelo uso do álcool e drogas. Muitos desses Espíritos estavam com o corpo espiritual adoecido e com alguma forma de deformidade. Tinham os olhos ensandecidos. Em algumas oportunidades havia brigas entre eles, disputando quem iria absorver a energia dos encarnados.

Heitor me explicou que a maioria chegava acompanhada, pois era obsediada e vampirizada ao longo do dia por algum Espírito e que, então, esse Espírito não aceitava que outro tentasse usar o encarnado. Era propriedade dele, do obsessor.

Estávamos, Heitor e eu, em vibração que nos permitia assistir aos fatos sem sermos percebidos. Isso só era possível em razão do magnetismo e atuação de Heitor. Naturalmente, eu seria facilmente visto, pois a vibração do corpo espiritual do encarnado é densa.

O que mais me impressionou foi a organização para a extração das energias sexuais. Nos quartos íntimos, havia equipamentos na dimensão espiritual que absorviam a energia vital e as energias expelidas pelas pessoas durante o ato sexual. Além disso, as pessoas estavam entrelaçadas a diversos Espíritos vampirizadores, que também absorviam as energias vitais e demais energias expelidas. Alguns Espíritos estavam em estado de euforia total, outros letárgicos, mas não diminuíam o abraço vigoroso em suas vítimas, as quais, também pelo ato sexual e uso de drogas, estavam entregues apenas aos sentidos do momento.

– Veja que eles estimulam o uso do álcool, drogas e inclusive remédios para que a prática sexual seja elastecida, a fim de aumentar o tempo de absorção de energias. Essas pessoas acreditam que estão aproveitando a vida. Mas, infelizmente, estão cedendo a instintos animais, deixando a razão e o sentimento serem subjugados pela busca infantil de prazer infinito – explicou-me Heitor.

– E o que são esses equipamentos? Qual a finalidade deles?

– Em verdade, a grande maioria da energia é absorvida por esses equipamentos. Essa energia vital é matéria-prima utilizada para desenvolver alimentos excitantes a serem vendidos a estes Espíritos viciados. É uma espécie de droga da dimensão espiritual. Os Espíritos viciados se vendem aceitando praticar qualquer missão

que lhe for dada. Assim, também dessa forma as inteligências que governam e escravizam esses Espíritos e as esferas inferiores conseguem organizar os complexos trabalhos de obsessão, que envolvem famílias inteiras, muitas vezes seguindo as missões dadas pelos Dragões. Existem muitos Espíritos desencarnados viciados que não conseguem se sentir saciados apenas com a vampirização e buscam outras formas de consumir essa energia. Os Espíritos mais esclarecidos, mas ainda enraizados na maldade, viram aí uma forma de domínio. É aquilo que eu sempre te falo: a humanidade, seja onde for, é humanidade. Nas dimensões ainda inferiores buscaram formas de domínio e poder. Nas esferas superiores desenvolveram instrumentos para a propagação da felicidade e do bem.

– Então essa energia também é vendida para as esferas inferiores? – indaguei.

– Sim, inclusive lá são preparados alimentos que são vendidos para os habitantes que buscam esse tipo de fluido.

– Mas, isso apenas de lugares como este? Casas noturnas, onde o sexo irresponsável é praticado?

– Não, Breno, as teias da espiritualidade inferior estão em todos os locais onde há sentimentos inferiores, absorvendo essas energias para serem trabalhadas de forma variada. Em bares diversos, locais de consumo de drogas, além de regiões onde há guerra, crime generalizado, dentre outros. Onde houver predominância do mal, haverá grande liberação de energias densas. Elas não são desperdiçadas. São absorvidas pelos Espíritos que ali convivem e armazenadas para usos diversos.

– Veja, dessa forma fico até com medo de viver entre os encarnados – refleti, assustado. – Afinal, em todos os lugares existirão Espíritos desencarnados vampirizadores ou equipamentos absorvendo energias para usos diversos na espiritualidade inferior.

– Ora, Breno, deixe de drama. A influência espiritual é uma das forças da natureza. Não é se isolando numa caverna que você vai evoluir, mas justamente no campo de batalha, lutando contra as influências, estímulos, exercendo a gerência de sua vontade e escolhendo os atos que vai praticar. Claro que o irmão encarnado deve ser cauteloso e procurar poupar-se de alguns lugares que sabe serem insalubres, tais como o que visitamos hoje. Mas, não é necessário exagerar e isolar-se, basta vigiar pensamentos, estímulos e procurar sempre guiar os atos nas trilhas do bem. A influência espiritual sempre haverá, é da Lei.

– Conforme Arshad me ensinou, mesmo sendo um Espírito imperfeito, mantendo hábitos mentais saudáveis e práticas que me ligam a Deus e Jesus, estarei em sintonia com os amigos espirituais e meu padrão vibratório mental será elevado, evitando obsessões e vampirizações, até mesmo quando eu vá a algum local onde há Espíritos infelizes.

– Claro. Exatamente isso. Os seus hábitos mentais ditarão o padrão vibratório de sua mente e, para que haja influenciação espiritual, é necessário sintonia. Hoje, no início da noite, você recebeu a influência e foi ao encontro daqueles irmãos infelizes porque você estava em sintonia densa. Isso porque você está negligenciando as práticas da meditação, oração, evangelho no lar e não está controlando os ambientes virtuais. Lembre-se de que é a

mente do Espírito que ditará onde ele está. Isso inclui os ambientes reais e os virtuais, porque mesmo nos ambientes virtuais sua mente se fixará naquilo que você está vendo e alimentando mentalmente. Não se engane, vigie isso também. Aliás, muitas pessoas revelam sua verdadeira essência no ambiente virtual. Vigie! – orientou-me Heitor.

– Entendi e passarei a vigiar melhor meus atos e os locais de convívio, inclusive os virtuais.

Ao final dessa conversa, Heitor me levou de volta ao corpo físico, quando despertei e realizei as anotações para não me esquecer dos detalhes vivenciados.

# Capítulo 14 - Casas de oração

Esse desdobramento ocorreu quando eu tinha cerca de 21 anos e ainda morava na Rua 24 de dezembro, na cidade de Marília. Estava deitado na sala de minha casa e adormeci. O desdobramento, com decolagem, ocorreu normalmente.

Eu estava em pé e pensei em sair pela janela de minha antiga casa, mas percebi uma luz muito intensa, forte, atrás de mim. Eu me virei e vi uma luz que vinha do alto e caía atrás da casa. A luz era tão intensa que, mesmo com a construção tridimensional, conseguia vê-la.

Desloquei-me passando pelas paredes da casa, até o quintal do fundo. Ali havia outras duas casas que minha avó Tunica (Antônia) alugava. Atrás delas havia um grande terreno que estava vazio. A luz caía naquele terreno. Era muito forte e intensa, com tonalidades branca e azul. Fiquei maravilhado com a imagem, parecia uma cachoeira caindo sobre o terreno.

Voltei ao corpo físico e, no outro dia, contei à minha mãe. Ela, que é muito sensitiva, disse que é provável que a espiritualidade amiga estivesse desenvolvendo algum projeto naquele local.

Depois de alguns meses, iniciou-se uma construção na dimensão física. Fiquei curioso e procurei saber o que seria construído ali,

naquele terreno. Descobri que seria uma igreja destinada a descendentes japoneses, que seguiam um rito daquele país.

Quando descobri isso, fiquei muito feliz, pois a visão do desdobramento consciente foi confirmada. Conversei na época com meu tio Emanoel e ele me explicou que, em regra, a Espiritualidade prepara projetos nas dimensões espirituais para, depois, intuir os encarnados conforme a programação de vida deles, para que sejam desenvolvidos projetos similares na dimensão física.

– Toda casa de oração voltada para o bem, independentemente da filosofia religiosa, possui ligação com as esferas positivas e recebe energias que chegam desses planos mais evoluídos. Deus, em Sua infinita misericórdia, atende a todos Seus filhos, não importando em qual plano de vida estejam, basta que busquem conexão com Ele – ensinou Heitor.

# Capítulo 15 - Sala de controle

Minha consciência despertou e eu estava em alguma igreja católica do interior de São Paulo. Iniciava-se ali um curso de volitação para Espíritos encarnados que estavam desdobrados. Heitor havia sido convidado para lecionar. Utilizando-se de uma linguagem mais católica e menos espírita, explicou um pouco sobre as dimensões espirituais, os corpos existentes além do físico e a volitação. Vi que não adentrou questões como reencarnação e outras para não ferir os dogmas católicos.

Eu assisti ao curso e foi interessante verificar os mesmos ensinamentos expostos de uma forma diferente. Ao final, conversamos um pouco, ainda na igreja.

– Não importa o rótulo e sim o conteúdo – enfatizou Heitor. – Fui convidado por alguns irmãos católicos a lecionar a aula de hoje, pois me conhecem de trabalhos fraternos que desenvolvemos juntos aqui na crosta terrestre.

– Admira-me a existência de trabalhadores desencarnados de outras religiões.

Heitor sorriu e me disse:

– É porque você tem uma visão ainda lúdica do mundo espiritual. Como você viu, é um Universo paralelo com diversos planos de

vida, tão materiais quanto a terceira dimensão. Nessas esferas espirituais positivas, temos que o Espiritismo foi bastante propagado, pois é a terceira revelação prometida por Jesus Cristo, o Consolador prometido. Mas, ainda nelas, temos diversos irmãos que seguem outros caminhos para chegarem a Deus.

– Léon Denis afirmava que não sabia se o Espiritismo seria a religião do futuro, mas sabia que seria o futuro das religiões – recordei.

– Sim, pois mesmo que a pessoa prefira seguir o caminho de outra religião, esse caminho será iluminado pelos conhecimentos que a Doutrina Espírita já propaga desde sempre, pois é a Verdade Divina.

Após uma pausa, fiquei observando aquela linda igreja nas suas dimensões física e espiritual, com raios luminosos prateados e brancos caindo de forma incessante. Heitor voltou-se para mim:

– Amigo, eu trouxe você aqui hoje para assistir ao curso, mas, além disso, quero aproveitar seu desdobramento para te levar a uma das salas de controle que a Espiritualidade Superior possui para acompanhar o desenvolvimento das esferas inferiores. Vamos volitar, ela se localiza aqui na esfera entrelaçada com a dimensão física.

Dito isso, Heitor se concentrou, envolveu-me em seu campo magnético e começamos a volitar. Saímos pelo alto da igreja e nos deslocamos numa velocidade muito rápida, em que não pude acompanhar o que havia embaixo de nós. Em menos de um minuto estávamos na frente de uma grande represa em solo norte-americano.

É uma enorme construção na dimensão física. Volitamos para o seu interior e depois para o subsolo. Heitor fez o procedimento de magnetização de minha mente para que eu pudesse enxergar com facilidade as construções da quarta dimensão. Quando isso ocorre, realmente é algo maravilhoso e de difícil explicação; é como se as construções se entrelaçassem, a tridimensional e a tetradimensional.

Com a visão apurada, pude notar a presença de centenas de Espíritos trabalhando no local. No interior da represa, havia grandes salas com centenas de computadores e em cada um deles havia um Espírito trabalhando. Na dimensão física, a construção era normal de uma grande represa, mas na dimensão espiritual era como uma gigante sala de controle.

Volitamos até o subsolo e notei que não havia mais construção na dimensão física, somente na dimensão espiritual. Além disso, verifiquei que havia mais algumas das enormes salas com inúmeros computadores e trabalhadores.

– Este é um dos centros de controle da Espiritualidade comprometida com a evolução da humanidade – comentou Heitor. – Com tecnologia avançada, conseguem imagens de todas as esferas inferiores e também das organizações do mal nas esferas umbralinas. Fique junto a um trabalhador.

Volitando, fiquei atrás de um Espírito desencarnado que estava sentado olhando uma grande tela de seu computador. Por sugestão de Heitor, fixei minha atenção na tela e, para minha surpresa, vi que eram exibidas imagens de algum povoado na terceira esfera

negativa. As imagens não eram nada agradáveis. Espíritos deformados, alguns em formatos reptilianos e monstruosos.

– São seguidores dos Dragões. Procuram o mal pelo mal. Irmãos nossos em sofrimento constante – explicou-me Heitor. – Devemos ter um olhar fraternal. Porém, enquanto não acordam do terrível pesadelo que é estagiar no mal deliberado, devemos trabalhar para que não destruam as construções do bem e não desviem a humanidade de sua evolução.

– Mas, teriam poder para desviar a humanidade de sua evolução? – cogitei.

– No aspecto geral, não. A humanidade habita todo o Universo Divino e está em constante evolução. Porém, o bem precisa trabalhar de forma organizada para garantir a mais rápida evolução de todos os irmãos que estão neste planeta, em todas as suas dimensões. As informações colhidas aqui são repassadas para grupos de Espíritos Superiores que decidem como devem ser as ações positivas para neutralizar e evitar os danos planejados pelos Espíritos infelizes. Trata-se de um jogo de xadrez, é uma verdadeira guerra, com a diferença que só um dos lados quer ferir, pois a Espiritualidade Superior quer ajudar os irmãos infelizes.

Logo após essas explicações, acabei por despertar repentinamente no meu corpo físico em razão de estímulos recebidos (minha filha pequena pulou sobre mim e me acordou). Como ela voltou a dormir, fiz anotações, deitei-me e tentei desdobrar-me novamente, mas mentalmente Heitor me disse que o objetivo da viagem já havia sido atingido e que eu deveria repousar sem novas viagens.

# Capítulo 16 - Desencarnação e a vida espiritual

Ao longo dos anos, fiz diversos desdobramentos conscientes nas colônias das esferas umbralinas. O que mais me surpreendeu foi verificar a existência de grandes cidades e como as pessoas continuam o fluxo de estudos, trabalhos, entretenimento e vida social.

Nas três esferas umbralinas pude ver que existem locais para os Espíritos viajarem e descansarem de longos períodos de trabalho, como hotéis em praias ou no campo. Claro que a terceira esfera positiva possui uma natureza mais equilibrada do que a segunda esfera, esta é melhor do que a primeira e assim sucessivamente. Quais mais evoluída é a esfera espiritual, melhor é a integração entre o ser humano e meio ambiente.

Mas, em todas elas, vi humanidade em desenvolvimento. Caminhei por ruas, entrei em enormes prédios, onde funcionavam escritórios e consultórios diversos. Visitei bairros residenciais, com inúmeras casas e lindos jardins. Fui até hotéis em lugares paradisíacos. Vivenciei grandes tempestades nas esferas inferiores, causadas pelo desequilíbrio desses planos.

A vida no mundo espiritual é intensa e pulsante, é vida!

Hoje tenho a segurança de saber que a vida é imortal e continua após o descarte do corpo físico. Esse sentimento fortalece a fé e traz maior resignação e tranquilidade. Por isso, o desdobramento consciente, feito de forma segura, é interessante instrumento de despertar da consciência imortal.

Nesse sentido, precisamos alterar inclusive a forma com que vivenciamos a despedida de um ente querido no momento do desencarne. É necessário maior equilíbrio.

Em certo dia, Heitor me buscou em casa; era no período da tarde e eu estava descansando um pouco de um dia muito cansativo. Em desdobramento consciente, me levou para acompanharmos um velório.

A pessoa que havia desencarnado estava acompanhando a despedida dos entes queridos. Percebi que ela possuía consciência dos fatos, mas, em razão do intenso desequilíbrio dos encarnados, não conseguia se acalmar e interagir com os Espíritos amigos que estavam ali para auxiliar.

Heitor foi até o falecido e ministrou alguns passes. Depois me chamou e juntos ficamos aplicando energias. Em razão da minha condição de encarnado, minhas vibrações, inclusive a doação de princípio vital, podem ajudar no refazimento das energias de alguém recém-desencarnado e que está em condições de desequilíbrio. Como consequência desse procedimento, pude sentir um pouco os sentimentos daquele irmão. Ele estava muito triste e angustiado. O sentimento de saudade era muito intenso e até perturbador. Conforme os parentes externavam desequilíbrios com gritos de lamento ou choro compulsivo, esses sentimentos se intensificavam.

Absorvi essas vibrações por apenas 10 minutos, mas foram o suficiente para marcar em minha alma a dor que aquele irmão estava sentindo.

Depois, Heitor me disse algumas palavras:

– Breno, perceba como os irmãos encarnados ainda não conseguem compreender o mínimo das verdades do Espírito. A dor e a angústia, até mesmo a revolta pelo desencarne do amigo que conhecemos, se devem ao fato de que foi uma morte repentina, em um acidente de carro. Porém, se tivessem o conhecimento espírita e o vivenciassem efetivamente, saberiam que ninguém desencarna antes da hora e que somos herdeiros de nós mesmos. O irmão desencarnou conforme atos praticados por ele nesta e em outras vidas. Caso os parentes e amigos encarnados alimentassem os sentimentos de resignação, fé, paz e alegria por terem vivido momentos marcantes com o ente querido que se vai, com o desenvolvimento de um equilíbrio emocional, o irmão que acaba de desencarnar estaria um pouco angustiado com a novidade da vida espiritual, mas receberia estímulos positivos que iriam auxiliá-lo na adaptação ao novo mundo que se abre, inclusive conseguiria enxergar e interagir com os amigos espirituais que estão aqui para levá-lo para a instituição de socorro, onde ele ficará até estar apto a seguir viagem para a colônia espiritual com a qual possui ligação, na segunda esfera positiva.

– Mas é muito difícil perder um ente querido e ainda ficar em paz – ponderei.

– Claro que não é fácil, a saudade é um sentimento que machuca. Aliás, o querido irmão Chico Xavier afirmava que a

saudade machuca nos dois planos, pois aquele que vai também sofre. Assim como ocorre quando um ente querido vai reencarnar, pois aqueles que ficam no mundo espiritual perdem o contato direto e sofrem. Mas, isso não pode ser desculpa para viver no desequilíbrio mental e ainda prejudicar o ente querido que segue viagem, agora em outra dimensão da vida.

– As energias que eu doei irão auxiliá-lo?

– Claro que sim. No momento do desencarne, o falecido necessita de certa quantidade de princípio vital do duplo etérico para trazer equilíbrio ao novo veículo de manifestação. Agora o corpo espiritual assume papel central, será o instrumento utilizado por essa consciência na dimensão em que ela irá expressar-se. O Espírito recém-desencarnado precisará de mais ou menos energia vital conforme seu grau evolutivo; quanto mais evoluído, menos denso o corpo espiritual e menor a necessidade dessa energia. Aqui, temos um irmão de evolução mediana, que, de início, vai habitar a primeira esfera umbralina, onde estagiará até estar apto a ir viver na segunda esfera positiva. Em razão de sua morte repentina por acidente, o corpo físico sofreu muita perda de vitalidade e a sua doação de energia vital é essencial para o refazimento mais rápido desse irmão.

Heitor fez refletiu por um instante e continuou:

– Quando o encarnado desenvolve com responsabilidade a faculdade do desdobramento, passa a integrar equipes de socorros que prestam serviços na crosta terrestre e nas esferas próximas. Com a transfusão do princípio vital denso do encarnado, ajudamos muitos irmãos desencarnados ainda adoecidos. No futuro, quando o

irmão estiver adaptado ao mundo espiritual e em condições de ascender a esferas mais evoluídas, poderá sofrer uma segunda morte, descartando então o corpo espiritual grosseiro e engendrando um corpo espiritual mais sutil, sem essas energias vitais densas.

Percebi que alguns minutos após nossos passes, o falecido começou a sentir-se mais tranquilo e, inclusive, a visualizar os Espíritos amigos com mais facilidade. Um deles era sua mãe, que veio buscá-lo e estava ajudando durante todo o processo de desencarne. Diante desse panorama, questionei:

– Os irmãos recém-desencarnados são sempre levados para postos de socorro? Existem postos também aqui, na dimensão espiritual entrelaçada à dimensão física?

– Sobre a primeira pergunta, temos que todos aqueles que ainda necessitam de uma fase de adaptação ao novo Universo, constituído de matéria em outra escala vibratória, e quando possuem mérito e sintonia para tanto, são levados para postos de socorro. Além deles, existem também os irmãos mais evoluídos que desencarnam e conseguem realizar a viagem para colônias espirituais diretamente. De outro lado, infelizmente, há irmãos que estão em sintonia com as esferas negativas ou regiões infelizes das esferas umbralinas e ainda sem méritos, ou seja, sem trabalho no bem ou busca da reforma íntima; esses irão para as colônias e esferas afins. Para esses irmãos, o socorro espiritual somente acontecerá depois que despertarem para a necessidade de viver como Espírito imortal, filho de Deus.

– Foi o que aconteceu com André Luiz – concluí. – Ele desencarnou, mas em razão da vida física materialista e hábitos desregrados, estava em sintonia com as regiões e colônias ainda inferiores da primeira esfera umbralina. Lá permaneceu por cerca de oito anos, quando passou a orar e rogar socorro. Com isso, despertou sua consciência, demonstrou real desejo de ser ajudado e tornou possível o socorro, quando, então, foi levado a Nosso Lar.

– Sim. Agora, imaginemos o homem médio. Seria aquele que ainda tem hábitos infelizes, carrega alguns vícios, mas, ciente de sua necessidade de evoluir, trava lutas internas na busca de ser uma pessoa melhor, ajuda o próximo, ora regularmente, inclusive fazendo evangelho no lar. Esse é um Espírito que poderá ser socorrido diretamente e levado para um posto de socorro. Agora, quanto à segunda pergunta, se há postos de socorro na crosta terrestre, vamos fazer uma viagem.

Dito isso, Heitor me envolveu em seu magnetismo e começamos a volitar rapidamente, a ponto de eu não conseguir perceber o que havia embaixo e não saber sequer a direção que seguíamos. Compreendi que minha volitação e deslocamento no espaço-tempo eram ainda muito rudimentares, enquanto as habilidades de Heitor eram muito desenvolvidas. Heitor, envolvendo-me em seu magnetismo, deslocava-se de forma espantosa. Lembrei-me da lição contida nas Obras Básicas de Allan Kardec, assim como nos livros do Espírito André Luiz: quanto mais evoluído o Espírito, menor resistência a matéria lhe causará.

Chegamos ao alto de uma montanha. O sol estava se pondo. No topo, havia uma grande construção que lembrava uma espécie de

hotel fazenda. A localização era realmente o cume de uma montanha, que possuía uma área de cerca de 5 mil metros quadrados. Eu caminhei pela grama, fui até a beirada, vi que estávamos muito alto e percebi a presença de cerca eletrificada em todo o entorno do cume da montanha.

– Essa construção é tretadimensional e você está conseguindo visualizar em razão da minha ajuda magnética, que despertou essa percepção em sua mente. Na dimensão física não há nenhuma construção, apenas uma área vazia, com a grama baixa – comentou Heitor.

– Qual a finalidade desse local?

– É um posto de socorro mantido pela entidade em que trabalhamos. Quando o desencarne ocorre muito repentinamente, inclusive fruto de acidente no qual ocorreu a deterioração rápida do corpo físico e de seu princípio vital, o Espírito de evolução mediana necessita permanecer nessa região espiritual entrelaçada diretamente com a dimensão física, para alcançar um equilíbrio fisiológico de seu perispírito. Aqui ele recebe inúmeros tratamentos que o auxiliam, inclusive com a visita de amigos encarnados.

Com a explicação, entendi melhor o cenário que presenciava. Havia muito Espíritos doentes, sempre cercados de atendimento carinhoso de irmãos trabalhadores, também desencarnados. Heitor prosseguiu:

– Após estagiar por certo período, a depender de sua necessidade específica, o Espírito pode seguir viagem para as esferas espirituais, onde passará a viver numa colônia espiritual, com a companhia de entes queridos que se foram antes.

– E as cercas elétricas, qual a necessidade?

– Como sempre, para resguardar o trabalho do bem. Como sabemos, muitos irmãos ainda estagiam na maldade e seguem planos infelizes. Outros tantos são escravizados pelos vícios que mantêm após o descarte do corpo físico. Assim, para evitar visitas inesperadas, inclusive de Espíritos em busca de vingança ou que visam a sequestrar aqueles que estão sob nossos cuidados, precisamos de sistema defensivo. Além da cerca, temos vigilantes em guaritas abaixo e contamos com a ajuda de colônias superiores que derramam sob nós constante luz e energias positivas, tornando o local pouco agradável para aquele irmão que estagia transitoriamente na maldade. Em toda a crosta terrestre existem milhares de postos como este, atendendo os irmãos recém-desencarnados. Nessa espécie de socorro, incluímos o preparo para a desencarnação, trazendo, em desdobramento, irmãos encarnados que em breve farão a passagem.

Após as explicações de Heitor, voltei ao corpo físico com os sentimentos ainda vivos em meu Espírito, em especial a dor do irmão que havia desencarnado e o ambiente desequilibrado que havia no velório.

# Capítulo 17 - Reunião mediúnica no mundo espiritual

A minha consciência encarnada despertou quando eu já estava no jardim de casa em companhia de Heitor. Ele me disse que iríamos acompanhar uma reunião mediúnica no mundo espiritual.

– Breno, lembre-se de que a reunião mediúnica não possui o objetivo de falar com os “mortos”, mas sim viabiliza uma comunicação interdimensional entre pessoas de planos de vida diferentes. Perceba que todos estão vivos, aqueles que habitam o mundo físico e aqueles que habitam o mundo espiritual. Por meio da reunião mediúnica, é possível a comunicação e o atendimento a Espíritos diversos de ambos os universos, físico e espiritual.

– Entendi, mas como seria possível a reunião mediúnica no Universo Espiritual? Qual a sua finalidade?

– Como vimos ao longo das suas viagens, o Universo Espiritual possui inúmeras esferas vibratórias, cada uma formando um plano de desenvolvimento da alma e entre algumas delas há grande diferença evolutiva. Assim, por meio da reunião mediúnica, Espíritos desencarnados com a capacidade psíquica desenvolvida conseguem ser intermediários na comunicação. Isso ocorre até mesmo para viabilizar manifestações nas esferas negativas ou

primeiras positivas de Espíritos iluminados que vivem na sexta esfera positiva.

– Ah, esse foi o caso de Matilde no início do livro “Libertação”[10], quando ela se manifesta em Nosso Lar por meio de uma reunião mediúnica, não é mesmo? – recordei.

– Exato. Mas, além disso, temos que há milhares de irmãos doentes, presos a formas de vida ainda inferiores, seja por vícios, ódio, destruição das defesas mentais, quedas em precipícios da depressão etc. Eles exigem longos processos de terapia espiritual. Nessas atividades, irmãos encarnados como você podem auxiliar com a doação de energias vitais mais densas. Vamos até lá.

Heitor fez um gesto e abriu um portal dimensional pelo qual passamos. Com o tempo comecei a assimilar essa situação com naturalidade. Chegamos a uma colônia localizada na primeira esfera umbralina. Lá, volitando rapidamente, nos dirigimos até uma instituição que presta assistência espiritual àqueles que a procuram. Era noite e a rua recebia iluminação artificial dos postes. Ao chegar na instituição, fomos recebidos por simpático grupo de trabalhadores.

O senhor Rubens se apresentou e disse estar feliz por contar com minha ajuda nas tarefas da noite, que seriam extensas e necessitariam de energias de Espíritos encarnados. Disse que, além de mim, outros dois irmãos encarnados participariam dos trabalhos da noite.

A instituição era uma casa de porte médio, reformada para o trabalho que realizavam. Do lado de fora, na esquina e na entrada,

percebi dois Espíritos não tão simpáticos e vestidos de forma diferente dos demais.

Eu, devo confessar, estava um pouco acanhado. Apesar dos desdobramentos feitos anteriormente e de estar na presença de Espíritos amigos, além de Heitor, me sentia um pouco fragilizado e até mesmo vulnerável. Heitor percebeu meus sentimentos e me acalmou:

– Fique tranquilo, esses sentimentos são naturais do local em que estamos. Aqui é a primeira esfera positiva, umbral denso. Como visto, local ainda dominado por entidades infelizes, mas que possui colônias e diversas instituições voltadas para o bem. Nesse plano travamos guerras espirituais diariamente, procurando ajudar aqueles que querem ser socorridos efetivamente e preservando o patrimônio do bem contra as investidas dos irmãos que ainda estagiam no mal. Aos poucos, com o início dos trabalhos, você se sentirá melhor. Não se preocupe com a segurança, temos irmãos sentinelas vigiando o local e essa colônia se destaca pela diversidade de pensamento. É governada por Espíritos que querem o poder, mas possui leis mais flexíveis. Tem muitas semelhanças com as cidades do mundo físico que ainda sofrem com corrupção, violência e insegurança.

– Ou seja, nada diferente do que vemos no Brasil, por exemplo – comentei.

– Pois é. Temos que o mundo físico e a primeira esfera umbralina possuem muitas semelhanças mesmo, apesar das diferenças naturais de outra dimensão.

O senhor Rubens nos convidou a entrar e vi que ali eram estudadas as obras de Allan Kardec e outros autores espíritas, pois

havia quadros na parede e livros em uma grande prateleira de madeira.

Entramos em um pequeno salão preparado para os trabalhos. Havia dois círculos de cadeiras, um menor dentro de outro maior. No centro havia uma cadeira.

Heitor me convidou para nos sentarmos no círculo maior e explicou que dali iríamos doar energias para os médiuns que trabalhariam ativamente no círculo menor.

Aos poucos, os lugares foram ocupados. Rubens se sentou na cadeira do centro e começou sua explanação:

– Boa noite, queridos irmãos. Agradeço em especial a presença dos irmãos encarnados em desdobramento, bem como de seus mentores. Essa noite iremos atender fraternalmente irmãos em sofrimento na segunda esfera negativa. Os médiuns desencarnados com facilidade de desdobramento irão buscar esses irmãos em corpo mental e trazê-los para a terapia. Por meio da conexão com os médiuns e irmãos encarnados, esses Espíritos doentes receberão choques vitais que ajudarão a revitalizar partes importantes de seus corpos espirituais, incluindo chacras e órgãos vitais. Trata-se de Espíritos adoecidos, muitos deles já sofreram processos de licantropia e semelhantes. Outros estão a caminho da ovoidização, pois permanecem presos ao ódio que alimentam, ou à depressão e à vontade de não mais existir como ser vivo. O atendimento da noite é fraterno. São irmãos nossos. Queridos irmãos. Estão em sofrimento inimaginável para nós. Quando um filho de Deus, detentor da essência divina, desiste de viver ou passa a guiar sua vida pelo caminho das trevas, é sempre muito triste e

devemos a eles muito amor, compreensão e luz. Ontem, éramos nós que estávamos precisando de ajuda. Hoje, mesmo ainda muito imperfeitos e, por que não dizer, ainda doentes, temos a dádiva de ser instrumentos da misericórdia divina e socorrer esses queridos e sofridos irmãos. O socorro espiritual é feito diretamente no corpo mental desses irmãos. A sintonia é pela vibração do corpo mental. Alguém possui alguma dúvida? Esse é o momento de respondermos, sem debates que poderiam atrapalhar a atmosfera psíquica do ambiente.

Nesse momento, um dos trabalhadores desencarnados levantou a mão e perguntou:

– Mas, esses irmãos sofredores irão se lembrar do tratamento?

– Não conscientemente – esclareceu Rubens. – Mas, os benefícios energéticos do tratamento espiritual passarão para o corpo espiritual, auxiliando na ativação dos chacras e órgãos que estão em franco adoecimento. E, no íntimo desses irmãos, plantaremos uma semente de esperança e luz. Aos poucos, essa semente germinará e eles entenderão que habitam um plano infeliz por sintonia e nascerá a vontade de orar a Deus, rogando perdão, ajuda e redenção. Nossas equipes trabalham de forma organizada. Alguns estão sendo monitorados no meio em que se encontram e outros já foram recolhidos em instituições ligadas à nossa.

Em outra resposta Rubens explicou que os irmãos eram escolhidos por intercessão de entes queridos, bem como pela análise dos trabalhadores da instituição. Disse também que a instituição está ligada a outras das esferas superiores e que o trabalho é desenvolvido sob orientação e proteção delas.

Esclareceu que alguns Espíritos selecionados são recolhidos na segunda esfera negativa e levados a instituições de socorro. De lá, são realizados procedimentos de desdobramento do corpo mental, para serem levados até a instituição em que estávamos e que isso facilita o tratamento, pois as energias da primeira esfera positiva, apesar de não serem de alta frequência e elevação, são superiores e medicamentosas para quem vive na segunda esfera negativa.

Heitor me pediu para entrar em estado mental meditativo e que mentalizasse muitas energias saindo do meu chacra frontal em direção ao médium que estava sentado à minha frente. Foi o que fiz.

De repente, senti uma forte aproximação. Era densa. Senti meu corpo espiritual pesado. Parecia que havia perdido o controle sobre ele. A sensação era de que eu estava incorporando o Espírito atendido. Minhas mãos pareciam se contorcer. Elas deixaram de ser mãos e se transformaram em garras de um lobo. O mesmo ocorreu com meu pé. Depois senti meu corpo se contorcer, minha vontade era cair no chão e rolar. Senti uma dor que não era física. Era uma profunda e intensa sensação de ódio por tudo e por todos. Senti-me deslocado para uma tenda onde era praticada magia negra e em volta todos dançavam e gritavam. O chão era de terra batida, havia outros como eu, contorcendo-se e gritando. Tudo era muito desagradável. Aos poucos, foi voltando a consciência, minhas mãos e meus pés estavam normais, todo o sentimento negativo sumiu e agora eu sentia uma chuva inexplicavelmente agradável caindo sobre minha face, meus ombros, banhando meu corpo. Abri os olhos e vi que estava ali, no mesmo lugar e o médium também estava ali, parado.

Recebi orientação de Heitor para continuar orando em silêncio e que depois conversaríamos sobre a experiência.

Os trabalhos duraram cerca de uma hora e, ao final, antes de levar-me ao corpo físico, paramos para conversar no jardim de minha casa.

– Deixe-me adivinhar: eu não saí da cadeira em nenhum instante e não aconteceu nada comigo, certo? – disse-lhe.

– Sim, você apenas recebeu as impressões do Espírito adoecido. Em razão de você doar energias para o médium, você também entrou em conexão com o atendido. Eram três Espíritos em conexão espiritual. Você doou consideráveis quantidades de energias vitais ao irmão em sofrimento. Pela conexão, você teve acesso ao momento em que ele, escravizado por entidades infelizes na segunda esfera negativa, foi hipnotizado e sofreu a licantropia.

– Mas, se ele estava lá naquele plano é porque tinha sintonia com o lugar. Logo, por que socorrê-lo? Não seria melhor gastar energias socorrendo irmãos que estão em locais melhores? – argumentei.

– Breno, quem somos nós para definir quem deve ou não ser socorrido? Toda atividade no bem é abençoada e aquele grupo se formou com essa intenção: buscar os irmãos em profundo adoecimento espiritual. Eles tentam ser a boia de salvação desses irmãos, antes que caiam ainda mais no abismo da maldade. Veja, se o Espírito doente estava naquele plano é porque em vida física cometeu atos deliberadamente maldosos, mas se ele foi alvo da atenção hoje, também é porque fez algo de bom e pessoas queridas o querem ajudar. Você estava em transe, mas por meio da sintonia

mental, Rubens conseguiu conversar com o Espírito atendido. As energias que recebeu naquele momento reverteram o quadro de licantropia. Ele retornou a forma humana. Ele foi um caso em que foi resgatado por equipes na segunda esfera negativa, levado a uma instituição como aquela que você visitou e de lá recebeu a ajuda dessa noite. Lembre-se, trabalho no bem não é fruto de improviso. Há muita organização. No final do atendimento, ele já estava na forma humana lá na instituição da segunda esfera negativa e agora a tendência é iniciar um processo de recuperação para uma nova reencarnação.

– Mas, a equipe da segunda esfera negativa precisa do trabalho dessa equipe que auxiliamos hoje? Inclusive, é necessário a participação de encarnados, como eu?

– Veja, não é primordial, isto é, seria possível realizar os procedimentos sem os encarnados e sem a ajuda dos irmãos da primeira esfera positiva – elucidou Heitor. – Mas, assim como ocorre nas reuniões mediúnicas do mundo físico, por meio desse procedimento muitos são atendidos. Você é atendido porque aprende o trabalho da caridade e desenvolve suas capacidades psíquicas, além de acumular méritos pela Lei Divina. O mesmo ocorre com os irmãos da primeira esfera positiva. Além de todos aprenderem a doar tempo e energias para o trabalho no bem. Por fim, o procedimento se torna mais simples e prático, pois é mais fácil levar o atendido até um local energeticamente diferenciado do que levar toda a equipe de socorro até o atendido. Essa é apenas uma das inúmeras formas de socorro aos irmãos em sofrimento.

– Quanto às minhas energias, posso sofrer prejuízos nesse trabalho?

– Poderia se não fosse um trabalho organizado. Mas, perceba que você está se sentindo melhor do que antes. Lembra-se do fim do transe, quando você sentiu uma chuva de boas energias? Por estarmos em conexão com as instituições de planos superiores, não tenha dúvidas de que Espíritos de luz estavam ali amparando o trabalho, distribuindo energias e organizando o ambiente invisível para nós.

– Você falando, parece que eu estava numa reunião mediúnica normal do mundo físico...

– Isso porque a primeira esfera positiva ainda é muito densa e materialmente parecida com o mundo físico. Lembre-se de que Espíritos superiores vibram em frequências muito altas e com isso se tornam invisíveis para os Espíritos desencarnados de evolução mediana ou os encarnados em desdobramento. Somente se fazem visíveis se necessário e produtivo – explicou Heitor.

– Apesar de, no momento do transe, sentir situações desagradáveis, não posso negar que a satisfação de ter ajudado e depois as energias que recebi recompensam e trazem ânimo para participar de outros trabalhos como esse.

– Fico feliz de ouvir isso.

Após, voltei ao corpo e despertei com as lembranças do momento da sintonia com o Espírito atendido ainda muito latentes. Precisei organizar os pensamentos e, com a ajuda de Heitor, entender tudo o que ocorrera.

10. Nota do autor: livro do Espírito André Luiz, psicografado pelo médium Chico Xavier.

# Capítulo 18 - Homossexualidade e transexualidade no mundo espiritual

Heitor me ajudou em diversos desdobramentos nos quais conheci muitas colônias espirituais em seu dia a dia. Conforme relatado, são cidades em pleno funcionamento. Como visitei esferas espirituais vibracionalmente mais próximas da dimensão física, as condições de vida não eram totalmente diferentes.

Heitor sempre enfatizou que a partir da quarta esfera as formas em que a vida se expressa sofriam profunda modificação, até chegar na sexta e última esfera (quando falamos de quarta dimensão, pois depois dela tem a quinta dimensão), onde a vida se manifesta de forma inimaginável para nós.

Disso resulta que a sexualidade e os assuntos correlatos, quando pensamos nas esferas espirituais mais próximas da dimensão física (duas negativas e as três primeiras positivas), possuem algumas semelhanças.

Nas esferas negativas presenciei uma liberdade sexual muito grande, pela qual as inteligências cruéis escravizam as mais fracas no vício. Nas cidades dessas esferas é comum a vida desregrada, sem comprometimento e a existência de relacionamentos em que o instinto animal da sexualidade domina a razão e o sentimento. Com

isso, dificilmente um casal vive a fidelidade dos compromissos e o desenvolvimento de projetos em conjunto.

Nas primeiras esferas positivas, ao contrário, vemos casais se formando no mundo espiritual, assim como outros dando continuidade a relacionamentos que foram desenvolvidos na Terra. Não obstante a imperfeição dos Espíritos, os casais procuram aprimorar as potencialidades divinas que envolvem a vida a dois, em especial na terceira esfera positiva, onde vivem Espíritos que já venceram os instintos animais e guiam suas vidas sempre à luz da razão e do sentimento.

Considerando o que presenciei em alguns desdobramentos, conversei com Heitor sobre determinados assuntos e, sob sua orientação, trago ao amigo leitor.

– Amigo, verifiquei que existem homossexuais em todas as esferas que visitei. Eu achava que não haveria homossexualidade no mundo espiritual, já que eles poderiam expressar-se como realmente são – observei.

– Isso porque você está confundindo os conceitos – alertou-me Heitor. – O estudo da mente, de encarnados e desencarnados, revela inúmeras variáveis relacionadas à sexualidade do Espírito. Primeiro, lembre-se de que a sexualidade não é nenhum pecado. O sexo entre duas pessoas que se amam é a forma em que a humanidade, nesse estágio evolutivo, expressa e constrói a ligação entre duas almas, inclusive, para cocriar com Deus e dar origem à vida na dimensão física. Não podemos confundir a pessoa que é homossexual com aquela que é transexual. O homossexual é aquele que, independentemente de seu aparelho físico, sente

atração sexual por pessoas do mesmo gênero. Já o transexual é a pessoa que não aceita o corpo físico que possui, isto é, mente e corpo físico não estão em sintonia.

– Entendo. Vamos imaginar um homem transexual. Ele se vê como mulher e gostaria de ser mulher, mas seu corpo físico é de homem. De outro lado, um homem homossexual se vê como homem, não deseja ser mulher, mas sente atração por outro homem. É isso?

– Isso mesmo. Daí nós temos inclusive que um Espírito pode ser homossexual e transexual ao mesmo tempo. Isto é, no seu exemplo, o homem pode querer ser mulher e desejar fisicamente mulheres. Veja, ele buscará tratamentos para mudança e adequação do corpo físico à sua mente e Espírito e, depois, passará a ser homossexual.

– Nossa, nesse caso depende do ponto de vista, né? Porque eu poderia achar que ele seria na verdade um heterossexual – cogitei.

– Até poderia, mas não estaria aceitando as dificuldades e o momento em que o Espírito imortal está se manifestando – constatou Heitor. – Vamos lembrar que o Espírito, consciência em si, filho de Deus, não possui sexo determinado. Isso significa que teoricamente ele poderia encarnar como homem ou como mulher, sem grandes dificuldades.

– É, mas venho aprendendo que a prática tem muitas nuances, dificultando a lição teórica.

– Veja, em suas viagens no mundo espiritual você compreendeu que se trata de um Universo paralelo extremamente complexo, com realidades coexistindo, uma diferente da outra. Então, novamente, caímos na mesma lição: depende da evolução do Espírito.

Heitor refletiu por um instante e continuou:

– Com a evolução moral e intelectual do Espírito, ele passa a dominar a matéria com perfeição. Além disso, abandona os instintos animais que foram fundamentais na fase em que ainda estagiava nos primórdios da evolução, para iniciar uma forma de vida em que se expressa iluminado pelos sentimentos e a razão. O Espírito com grau evolutivo mais avançado realmente consegue encarnar no mundo físico em gênero diferente, sem sofrer nenhuma espécie de prejuízo mental ou físico. Mas, veja que interessante, a maioria desses Espíritos evoluídos não tem mais a necessidade da sexualidade, reencarnam em missões de benemerência e iluminação da humanidade e não se preocupam com a satisfação dos desejos sexuais.

– Nós, Espíritos medianos, ainda sentimos a necessidade de desenvolver a sexualidade – considerei.

– Claro, cada um conforme sua evolução. No estágio da grande maioria da humanidade, a sexualidade ainda é fonte importante de prazer e união, além de ser expressão do amor e dar origem à vida – observou Heitor.

– Mas, voltando ao tema mais específico, fiquei surpreso por encontrar homossexuais em todas as esferas que visitei.

– Lembra o que eu te falei? O Espírito homossexual se aceita no corpo físico em que está. Logo, sua mente quer expressar-se no gênero que constitui seu corpo físico. Ao desencarnar e engendrar um novo corpo espiritual, naturalmente sua mente constituirá, em átimos de segundos, o mesmo corpo, espelho do corpo físico e que está em sintonia com sua mente. Com o passar dos anos no mundo

espiritual, a mente desse Espírito poderá causar modificações em seu corpo espiritual, pois constituído de matéria plástica que responde aos comandos mentais. Porém, como ele se vê e se aceita naquele gênero, não mudará a sexualidade do veículo de manifestação.

– Estou começando a entender.

– Ao mesmo tempo – seguiu Heitor –, ele, em seu estágio evolutivo, continuará no mundo espiritual a ter atração por outros Espíritos que também se expressam no mesmo gênero. O mesmo ocorre entre um homem desencarnado que se sente atraído por uma mulher desencarnada.

– Nas esferas espirituais próximas continuamos nos expressando no gênero que estávamos no mundo físico?

– A grande maioria sim. Veja, estamos ainda em evolução. Nossas mentes são frágeis. Com muita dificuldade, no mundo espiritual, passamos a nos recordar de algo de outra vida física. Estamos longe da capacidade mental de lembranças continuadas. Da mesma forma, aquele que reencarnou como homem, ao desencarnar, assim se verá e, por consequência, seu corpo espiritual corresponderá ao comando mental. Viverá no mundo espiritual por décadas e programará nova vida física, considerando nascer novamente como homem e, no momento do reencarne, sua mente, naturalmente, constituirá um corpo físico nesse gênero. Quando o Espírito atinge um grau de evolução que o liberta das algemas da matéria, aí sim, ele consegue expressar-se em gênero diverso no mundo físico, mas se isso for produtivo em algum

aspecto. Lembre-se, nas esferas superiores não sabemos como a vida se expressa, o que inclui gênero e sexualidade.

Preso a uma visão tradicional da matéria, questionei:

– Mas, não é pecado ser homossexual e por isso o Espírito não vai viver necessariamente nas esferas negativas? Eu vi casais homossexuais nas esferas positivas...

– Como assim, pecado? Claro que não é! Lembremos que o Antigo Testamento traz, além dos dez mandamentos de origem divina, diversas leis que foram criadas para conferir certa estabilidade social para a civilização que ali se desenvolvia. O que define a esfera espiritual onde a pessoa homossexual vai viver são os atos que ela pratica como filha de Deus, da mesma forma que ocorre com uma pessoa heterossexual. Sem nenhuma diferença. É a vida correta, digna, idônea, aplicando o Evangelho de Jesus, buscando a reforma íntima dos defeitos do Espírito e fazendo a caridade. São os hábitos diários que fixarão o padrão vibratório, o estágio evolutivo do ser e, consequentemente, sua morada espiritual.

– Entendo, pois o heterossexual com uma vida desregrada e longe do Evangelho terá uma evolução espiritual menor do que o homossexual que segue uma vida correta, como você narrou.

– Sim – anuiu Heitor.

– E no caso dos transexuais? – repliquei.

– Esse é um assunto mais delicado e complexo. Como vimos, é um desajuste entre o que o Espírito quer e o que o corpo físico apresenta. O homem transexual quer ser mulher, mas seu corpo físico é masculino, ou vice-versa. Perceba que sua mente não

conseguiu elaborar um corpo físico em sintonia com sua essência naquele espaço-tempo. Mas, o transexual desencarnado, utilizando-se de um corpo mais sutil e plástico, conseguirá readequar sua personalidade ao aparelho de manifestação. Claro que isso depende de seu grau evolutivo, socorro espiritual e adaptação ao mundo espiritual.

– No mundo espiritual, o corpo espiritual se adequará ao comando da mente quanto ao gênero? Entendi! Mas, então, seria legítima essa adequação já em vida física?

– Breno, veja, entendo que sim. Ora, se a ciência da dimensão física está evoluindo a ponto de permitir a adequação do veículo de manifestação, mesmo que ainda denso como é o de carne, à personalidade do ser imortal naquele espaço-tempo, por que não o fazer? Diminuirá o sofrimento do conflito interno da pessoa e tornará a reencarnação mais produtiva, além de permitir a construção de estados de alegria e felicidade ao longo da vida física.

– Mas... e o perispírito, como fica depois de uma eventual operação de mudança de gênero?

– Pense, ocorre o mesmo que em qualquer cirurgia plástica ou em casos de acidente com amputação de alguma parte do corpo físico. Com o passar do tempo, o perispírito, ainda mais fluídico durante a encarnação, irá adequar-se aos comandos da mente e como ela se vê, moldando-se – esclareceu Heitor.

– Da mesma forma, o futuro espiritual daquele que é transexual dependerá dos seus atos, hábitos mentais diários e vícios que mantém ou vence, certo?

– Exatamente – assentiu Heitor. – No caso do irmão que reencarna e é transexual, temos que houve um desajuste entre o que a mente queria expressar e o corpo físico, o que revela alguma necessidade de reajustamento ao longo da reencarnação. Por isso, esse irmão deve ao máximo vigiar seus pensamentos e condutas, guiando-os à Luz do Evangelho.

Heitor me disse que deveria relatar a conversa nesse livro, porque também os leitores devem entender que os homossexuais ou transexuais possuem o direito de uma vida digna e plena, sem culpas ou angústias, e a desenvolverem as suas faculdades psíquicas, inclusive de desdobramento. Considero que essa conversa e os esclarecimentos me ajudaram muito a entender um pouco mais sobre a sexualidade e o gênero na visão espírita e em sintonia com o amor divino.

# Capítulo 19 - Desdobramento fora do planeta Terra, comunicação extraterrestre, fase de transição e data limite

Heitor me pediu para escrever algumas lições sobre esses temas. Este capítulo não é fruto de um desdobramento e sim um texto psicografado, conforme ditado por Heitor. Vamos lá!

Muitos afirmam que realizam desdobramentos e viajam para diversos outros planetas do Sistema Solar e até mesmo fora dele.

Não cabe a nós desmentir essa informação, porque um Espírito com a capacidade psíquica desenvolvida o suficiente, realmente poderá viajar entre os planetas. Mas, queremos trazer algumas informações para que o leitor amigo possa meditar a respeito.

O planeta Terra deve ser visto como uma gigantesca espaçonave, na qual bilhões de Espíritos estão viajando pelos cosmos. Ele, planeta Terra, não só gira em torno do seu próprio eixo e em torno do Sol, mas também o Sol gira em torno de outras grandes estrelas, fazendo com que todo o Sistema Solar acompanhe esse movimento. Então, temos que o Sistema Solar não é algo estático, está viajando pelo cosmos.

O interessante é notar que essa espaçonave viajando pelo Universo Divino possui diversas dimensões: a física e as espirituais.

Quando um encarnado efetua o desdobramento, adentra conscientemente uma dimensão do Universo Espiritual, mas ainda está numa esfera do planeta Terra. Como visto, cada esfera é uma realidade diferente do planeta e possuímos notícias de dez planos de vida espiritual, ou seja, dez realidades espirituais coexistindo. Vimos que quem está numa esfera espiritual tem a impressão de estar em outro planeta, porque se trata de outra realidade, mas está pisando no chão e olhando para o céu, com construções, cidades, ruas, florestas, rios, mares, montanhas e as peculiaridades próprias de cada esfera, de cada realidade espiritual. Daí temos que, muitas vezes, um irmão encarnado se desdobra, visita uma esfera espiritual e ao, retornar para o corpo, acredita que viajou para outro planeta.

Outra ocorrência comum se dá quando um Espírito das esferas mais evoluídas consegue sintonia com um médium encarnado e passa uma mensagem. Aqui, se o médium não possuir conhecimento das esferas espirituais do planeta, poderá acreditar que recebeu a visita de um ser de outro planeta.

Além disso, temos que a força gravitacional exerce importante papel de nos manter dentro da espaçonave. Sem ela, seríamos arremessados para o espaço; este fenômeno também ocorre nas dimensões espirituais, claro que com as diferenças da matéria em outra composição, viabilizando, inclusive, a volitação.

Portanto, não é algo simples conseguir realizar um desdobramento consciente e viajar até um outro planeta, seja qual

for a dimensão em que se esteja, muito menos receber comunicações de Espíritos que habitam outros planetas.

Quanto à fase de transição e à data limite citada pelo querido irmão Chico Xavier em algumas entrevistas, precisamos entender sem mitos e mistificações.

Primeiro, o planeta Terra, em sua dimensão física, ainda é um mundo de provas e expiações. Isso deriva do fato de que a grande maioria dos Espíritos encarnados ainda não vive como Espíritos, mas sim como seres materiais. A grande maioria segue supostamente uma religião, mas, na prática, seus atos diários ignoram os ensinamentos recebidos. Assim, na realidade, são materialistas e ateus. Disso resulta que, infelizmente, a maioria reencarna, não realiza os resgastes cármicos planejados e cria novos endividamentos com a Lei Divina.

Aliás, bom sempre recordar, mesmo que brevemente, como funciona a lei de ação e reação, comumente chamada de carma. Somos filhos de Deus e, assim, possuímos o seu DNA, vibrando em nosso íntimo a essência divina, com potencialidades inimagináveis. Da mesma forma, em nosso íntimo, mesmo que adormecida pelos hábitos infelizes, vícios, defeitos e imperfeições, temos a consciência plena da Lei Divina. Assim, quando praticamos um ato que a viola, esse ato fica registrado em nossa mente e nós mesmos cobramos um reajuste, pois nos sentimos em débito com o Pai e seu Universo. Esse débito causa um desajuste em nosso Espírito, mente e, por consequência, corpos de manifestação.

Nesse cenário, a maioria dos Espíritos encarnados ainda está violando as Leis Divinas e aumentando seu carma, necessitando

passar por provas e expiações, no mundo físico e também nas dimensões espirituais próximas.

Claro que existe uma porcentagem, ainda que pequena, de encarnados que conseguem ter uma vida física produtiva, na qual resgatam um pouco dos seus débitos, lutam contra seus vícios mentais, trabalham no bem e, assim, apesar de ainda imperfeitos, chegam a uma estabilidade cármica e iniciam um processo de regeneração.

Quando a grande maioria dos encarnados chegar nesse estágio, o planeta Terra, em sua dimensão física, terá concluído sua fase de transição. Com isso, os irmãos ainda renitentes na maldade e não despertos para esse novo patamar serão levados a planetas apropriados, onde continuarão a evoluir.

Disso temos que a fase de transição não está no fim, mas sim no início. Ainda serão séculos e séculos até que esteja concluída. Além disso, não existe uma linha divisória clara; a transição ocorre naturalmente. Por fim, devemos nos preocupar com nossa evolução espiritual e não com a evolução do vizinho. Eu, Espírito, encarnado ou desencarnado, preciso acordar e despertar para a necessidade de viver em sintonia com as Leis de Deus e, com isso, não aceitar mais a prática de atos claramente maldosos ou infelizes.

E o que seria a chamada “data limite”, aludida por Chico Xavier em algumas entrevistas? Como dito neste capítulo, o planeta Terra é uma espaçonave viajando no cosmos, respeitando diversas Leis Divinas. Assim, viajamos em companhia de outras humanidades que habitam outros planetas em suas diversas dimensões da vida. Alguns planetas não possuem vida na dimensão tridimensional,

somente nas demais e, assim, para o encarnado sem conhecimento espiritual, seria um planeta desabitado.

Nesse cenário, temos que a humanidade terrestre estava trilhando um caminho muito perigoso. Por meio das guerras mundiais e do desenvolvimento de armas nucleares, poderia deslocar o eixo do planeta, desajustando o desenho cósmico, que não é fruto do acaso e sim de inteligências crísticas que trabalham diretamente em sintonia com o Pai. Isso impactaria diretamente na vida dos demais planetas.

Por esse motivo, os Espíritos crísticos, incluindo Jesus, que dirigem e coordenam as humanidades desses planetas, se reuniram ao fim da Segunda Guerra Mundial e analisaram que seriam necessários alguns acontecimentos globais dolorosos, para que a humanidade começasse a entender que está viajando numa gigantesca espaçonave e que, se causasse danos a ela, espaçonave, passaria a sofrer com uma viagem menos agradável, por assim dizer, convivendo com o impacto dos atos praticados, como o descontrole da natureza e enormes desastres naturais. A tecnologia humana não teria condições de suportar esses acontecimentos, ainda.

Nesse encontro, conforme relatou Chico Xavier, Jesus Cristo afirmou que seria possível manter a humanidade terrestre dentro de um plano de desenvolvimento espiritual menos desgastante e, para tanto, fixaram um prazo para nova análise, o qual seria julho de 2019 – e daí surgiu o termo “data limite”.

Caso a humanidade deixasse de ser um risco para o funcionamento do cosmos e dela própria, a evolução seguiria seu

curso natural, com o desenvolvimento moral e de tecnologias que permitirão ao homem terrestre comunicar-se com outras dimensões e planetas, ajudando no despertar como Espírito. Além disso, novas tecnologias ajudarão o homem encarnado a suportar os desastres naturais e as mudanças que vão ocorrer na dimensão física, próprias de um mundo ainda habitado por seres pouco evoluídos moral e intelectualmente.

Mas, perceba que não existe uma data limite propriamente dita. Isso é tomar um fato e criar um mito. A análise dessas inteligências crísticas não é fria e matemática. Ora, se no ano que vem houver uma guerra nuclear, não tenhamos dúvidas de que sofreremos consequências graves, com grandes flagelos para todos, mesmo que depois da data limite, demonstrando para todo o mundo encarnado que o planeta não suportará essa ocorrência de forma impune e a vida tridimensional se tornará extremamente penosa.

Trata-se de um parâmetro para análise da evolução da humanidade, que o Espírito Emmanuel e o médium Chico Xavier compartilharam com os irmãos encarnados a fim de auxiliar a humanidade a entender melhor suas responsabilidades como habitantes de uma gigantesca espaçonave. Estamos todos, literalmente, no mesmo barco e se este sofrer avarias, todos sofrerão juntos.

# Capítulo 20 - Diversos temas

## 20.1 – Reforma íntima e moral

Como filhos de Deus, possuímos a consciência plena das Suas Leis em nosso íntimo. Mas, em razão de nossos hábitos infelizes e vícios de conduta, deixamos adormecer esse conhecimento e vivemos como seres materiais. Quando iniciamos um processo de despertar da consciência imortal, passamos a observar que existe uma moral cósmica, seguida em todos os planetas e dimensões mais desenvolvidas.

Nas esferas espirituais mais desenvolvidas do planeta e nos demais planetas mais evoluídos, todos entendem que é necessário viver em sintonia com a realidade da imortalidade e buscar uma evolução moral e intelectual, com o objetivo de estar em sintonia com o Pai Criador.

Claro que há divergências de entendimentos, inclusive a forma de expressar-se, de estudar, de trabalhar e de conviver. Todavia, não há mais domínio dos vícios materiais, das paixões e da irracionalidade. Nesses locais, o ser humano se guia pela razão e pelo sentimento de amor fraterno. Assim, enxerga o próximo como um real irmão e lhe dá a liberdade de agir e pensar.

O desdobramento consciente auxilia nesse despertar da consciência imortal e traz elementos concretos para o projetista, inclusive colocando-o em contato com a vida dessas regiões mais desenvolvidas.

Nesse cenário, o projetista passa a almejar viver melhor e ganha novo ânimo para a reforma íntima, lapidando defeitos do seu Espírito e buscando alterar hábitos do seu dia a dia.

Por óbvio, ninguém conseguirá mudar rapidamente, pois carregamos imperfeições alimentadas por vidas e vidas. Mas, desperto para essa realidade, em contato com regiões desenvolvidas e em sintonia com os amigos espirituais, aquele que está na luta diária para reformar verdadeiramente o seu Espírito sentirá estados de felicidade, paz na consciência, alegria em viver e gratidão por tudo o que possui, conseguindo enxergar, mesmo em situações aparentemente negativas, lições a serem aprendidas e fatos positivos que existam.

Ao amigo leitor, sugerimos o estudo das obras de Emmanuel sobre o Evangelho de Jesus, além das obras do Espírito André Luiz. São ferramentas muito úteis para despertar e entender melhor a moral cósmica que existe no Universo Divino.

Em sua luta diária, elimine atos dolosamente ruins. Sempre que surgir pensamentos de praticar atos que são maldosos ou claramente negativos (planejar a queda de alguém, seja na família, no emprego, na instituição etc.; infidelidade; machucar ou agredir alguém física ou verbalmente; lesar os cofres públicos ou entidades privadas; pedir favores claramente imorais; uso de drogas e afins; consumo de pornografia ou frequência em casas de prostituição ou

afins), afaste-os de pronto, não aceitando, pelo uso da vontade consciente, alimentar tais ideias.

Estamos banhados pela mente divina e possuímos em nosso íntimo a essência divina. Quando estivermos em dúvida se determinado ato fere a moral cósmica e nos retira da dignidade de sermos filhos de Deus, devemos pegar o Evangelho, ler algumas passagens, fazer uma oração, rogar intuição e orientação. Não raramente, amigos espirituais irão, durante o repouso de nosso corpo físico, processar um desdobramento, conversar conosco, orientar e, nos dias seguintes, a orientação surgirá claramente e nós saberemos qual caminho seguir.

Para tanto, basta seguirmos o ensinamento deixado por Jesus: “Amar a Deus acima de todas as coisas e ao próximo como eu vos amei.”

## 20.2 – Ataques espirituais

É preciso compreender que vivemos em um mundo que está na fase de provas e expiações. Com isso, temos que a grande maioria de seus habitantes, encarnados e desencarnados, não está comprometida em tentar viver em sintonia com o Evangelho de Jesus e as Leis Divinas.

Disso resulta que somos diariamente banhados por vibrações negativas que são produzidas por bilhões de encarnados e desencarnados.

Por meio da vontade, gerência esclarecida do Espírito, decidimos alimentar ou rejeitar um estímulo que surge de nosso inconsciente

(hábitos mentais) ou externamente (de Espíritos encarnados ou desencarnados). A espécie de pensamento regularmente alimentado por nós determinará nosso padrão vibratório, repercutindo em todos os veículos de manifestação e criando nossa atmosfera psíquica.

Dentro desse cenário é que trafegamos durante o estado de vigília (acordados no mundo tridimensional) e também projetados para fora do vaso físico em alguma das esferas do Universo Espiritual.

Sempre estaremos em companhia de Espíritos afins, encarnados e desencarnados, o que repercute também na região do mundo espiritual que visitaremos todas as noites e depois do desencarne.

Pois bem, ocorre de recebermos ataques de Espíritos desencarnados que procuram nos influenciar e nos retirar de uma vida equilibrada e em sintonia com os amigos espirituais elevados.

Aquele que inicia o treino para desdobramentos conscientes, se não o fizer em sintonia com amigos espirituais, estará sujeito a encontros desagradáveis, pois muitos irmãos desencarnados ainda estagiam no mal transitório e, não raras vezes, possuem corpos espirituais deformados ou em formatos que impressionam aquele que não esteja preparado para ver.

O Espírito nunca regride, pois está em evolução constante, mas pode permanecer aparentemente estagnado quando decide por seu livre-arbítrio trilhar o caminho do mal, isto é, contra as Leis Divinas. Nesses casos, é comum o adoecimento da mente e, quando desencarnados, do corpo espiritual.

O corpo espiritual, formado por matéria em outra dimensionalidade, é mais plástico e sutil, sendo influenciado diretamente pela mente. Com isso, sofre as transformações e degradações de uma mente enferma.

Em desdobramentos conscientes, já presenciei irmãos desencarnados em estado de muito sofrimento, com corpos gigantescos, minimizados, deformados ou animalescos. Em diversos desdobramentos, apesar de minha experiência em projeções, Heitor me ajudou a esquecer detalhes do que vi para que eu não ficasse mais impressionado do que o normal.

Além disso, esses irmãos infelizes atacam aqueles lares que estão sem defesas espirituais, estabelecendo processos obsessivos que vampirizam as energias dos moradores e os induzem a atos negativos, prejudicando o convívio entre os familiares e alimentando vícios diversos.

Ressaltamos a importância de sempre vigiar os pensamentos e as condutas. Assim, analisando sempre o que diz e como diz, o leitor amigo conseguirá analisar que, em determinado dia há algo errado, pois está irritado, ou depressivo, ou amargo, ou rígido e frio, de difícil convivência, aparentemente sem motivo. Perceberá, então, que está recebendo influências negativas e lutará contra elas, buscando o remédio necessário.

Quando necessário, podemos pedir ajuda a amigos desencarnados. Para tanto, basta recolher-se por alguns minutos e orar a Deus, rogando ajuda. Além disso, podemos pedir auxílio a amigos encarnados (utilizando da tecnologia para o bem e uso

construtivo, podemos mandar mensagens para pessoas queridas rogando boas vibrações e energias).

Mas, tenhamos em mente que o mais poderoso remédio é o evangelho no lar, somado à prática de hábitos mentais saudáveis, como oração e meditação diárias, estudo edificante e zelo para que lar se mantenha digno, à altura de verdadeiros filhos de Deus (recomendamos o estudo do livro “Em busca da felicidade”, seguindo os exercícios mentais e práticas edificantes ensinadas).

## 20.3 – Algumas outras recomendações e observações

Aquele que se dedica ao estudo da faculdade psíquica de realizar desdobramentos conscientes deve ser cauteloso em algumas condutas.

Quando se iniciam os desdobramentos e encontros com entes queridos que habitam a dimensão espiritual, queremos contar para todos. Porém, é preciso cautela. Muitos não estão preparados para ouvir a respeito do que o projetista presenciou em desdobramentos realizados. O resultado é que o ouvinte pode não acreditar ou ficar entediado e o projetista chatear-se ou ficar desanimado.

Os desdobramentos devem ser anotados, analisados e estudados. Recomendamos a busca por um amigo mais próximo, com conhecimento sobre a Doutrina Espírita, para que possa conversar sobre os desdobramentos e ouvir opiniões acerca do que foi narrado.

A grande maioria dos meus desdobramentos apenas relatei no meu diário e guardei para estudos e divagações futuras, aguardando a elaboração deste livro. Muitos outros, porém, narrei para meu tio Emanoel Tavares Costa, pois ele possui muito conhecimento sobre a Doutrina Espírita e conseguia ter uma visão crítica, ajudando a compreender os fatos vivenciados.

Conforme já explicado, aquele que passa a realizar viagens interdimensionais, isto é, a deslocar-se no espaço-tempo e visitar conscientemente dimensões espirituais, ampliará a consciência sobre a realidade da vida e das Leis Divinas. Isso retirará a pessoa da zona de conforto criada pelos hábitos coletivos e pelo materialismo. Devemos nos lembrar de que a maioria das pessoas ainda não acredita na imortalidade da alma e na Providência Divina, a ponto de guiar sua vida à luz desse conhecimento. Assim, narrar experiências fora do corpo físico soará como ilusão, imaginação e será encarado com descrença.

## 20.4 – Morte

A morte do corpo físico ocorrerá inevitavelmente. Trata-se apenas de uma troca de roupa. O Espírito imortal despe-se do corpo físico e volta a utilizar apenas o corpo espiritual, tal qual antes da reencarnação.

A pessoa continua viva, agora em outra dimensão da matéria, em um Universo muito mais complexo, com realidades coexistindo, e o detalhe de que é possível, a depender do grau evolutivo do Espírito, viajar entre essas realidades.

Aqueles que realizam o desdobramento consciente possuem maior facilidade em aceitar a morte do corpo físico. Claro que o instinto de sobrevivência e a vontade de permanecer entre os entes queridos farão com que o projetista não deseje a morte. Porém, quando chegar o momento, ele a aceitará com maior facilidade, além de a adaptação à nova vida ser mais fácil, pois já visitava a dimensão espiritual durante a vida física.

Outro aspecto é que a saudade e a dor pela perda de entes queridos será menor, porque, além da certeza de que a vida continua e que o ente querido está vivo em outra dimensão da matéria, agora no mundo espiritual, poderá, logo que possível e recomendável para o ente querido, visitá-lo e receber visitas dele, acordando no dia seguinte com a lembrança desse encontro e com o sentimento de alegria em vê-lo vivo e bem.

Sobre o tópico, lembremos que nessa fase evolutiva é natural que, após o desencarne, o perispírito contenha rastros do duplo etérico, isto é, absorva parte das energias vitais do duplo etérico para constituir o equilíbrio fisiológico do corpo espiritual. Assim, o Espírito irá habitar alguma das esferas espirituais mais próximas da dimensão física e seu veículo de manifestação será um perispírito densificado quando comparado às esferas além da quarta positiva. Após, caso atinja equilíbrio e evolução suficientes, poderá sofrer uma segunda morte, descartando o corpo espiritual denso e engendrando um novo perispírito, agora livre de fluidos do duplo etérico e apropriado para esferas espirituais mais evoluídas (a partir da quarta esfera positiva).

## 20.5 – Vontade

A vontade é a gerência esclarecida do Espírito. Isso significa que o uso da vontade se refere ao livre-arbítrio da pessoa, quando decide o caminho a ser seguido.

Não podemos confundir vontade com estímulos. Estes podem surgir do nosso inconsciente (o qual possui hábitos e informações de todas as nossas vidas físicas e espirituais) ou da influência de uma mente encarnada ou desencarnada.

Todos possuem a faculdade de realizar a indução mental, isto é, todos conseguem enviar vibrações mentais e sugerir condutas para outra pessoa. O fenômeno pode ocorrer de encarnado para desencarnado, encarnado para encarnado e de desencarnado para encarnado.

Quando a pessoa recebe um estímulo (do seu inconsciente ou externo), delibera se deve atender ao estímulo recebido ou afastá-lo. Aqui temos a presença da vontade e por isso ela é a gerência do Espírito. Nesse momento, o livre-arbítrio é efetivamente vivido.

Nesse contexto, quanto mais evoluído e esclarecido for o Espírito, mais ele controla, por meio da vontade, os seus atos e pensamentos diários. Esse controle repercute em todas as células e tecidos dos corpos físico, espiritual e mental.

O contrário é verdadeiro, ou seja, quanto mais o Espírito vive sem controle de seus atos, entregue aos vícios e aos estímulos que chegam diariamente, vindos do seu inconsciente e de outras mentes, menos utiliza a vontade.

O Espírito, por meio da mente, engendra todos os corpos (mental, espiritual, duplo etérico e físico) e cada um desses corpos possui tessituras materiais específicas, com as células em vibração e dimensionalidade próprias, mas todas essas células são princípios de inteligência, pois cada uma, física ou espiritual, possui vida.

Esse microuniverso formado por cada ser humano é dirigido pela mente. Contudo, a mente não é o Espírito. A mente é a ferramenta do Espírito e este a dirige pelo uso da vontade. Então, o Espírito, por meio do uso da vontade, determina como utilizar sua mente e dirigir as bilhões de células dos corpos de manifestação.

Nesse cenário, para que a reforma íntima seja possível, recomendamos ao Espírito manter-se sempre banhado de conhecimento elevado para, assim, lutar diariamente para abandonar vícios materiais, condutas e hábitos infelizes, lapidando defeitos e construindo virtudes.

Quem procura realizar a reforma íntima está fortalecendo o uso da vontade, assumindo o controle da própria mente e dos corpos de manifestação.

Aquele que quer realizar desdobramentos conscientes precisa entender que o uso da vontade é fundamental para determinar a decolagem dos corpos e a manutenção da consciência desperta, bem como a lembrança dos fatos vivenciados em outra dimensão.

Não é possível separar as duas realidades. Não dá para ser uma pessoa que vive entregue aos estímulos, sem controle dos atos e pensamentos, para depois buscar utilizar a vontade para executar a faculdade do desdobramento.

Claro que estamos falando do desdobramento provocado pela própria pessoa. Quando um Espírito-guia ou obsessor força o desdobramento ou ele ocorre espontaneamente, não houve uso da vontade. O fenômeno ocorrerá à revelia do projetista, conforme vontade de outras mentes.

Estamos conversando sobre a possibilidade de a pessoa querer assumir o controle de seus desdobramentos, provocando o fenômeno quando quiser e da forma que quiser. Somente atingirá esse nível aquele que, ao longo do dia, em seus atos diários, controla os pensamentos e atos por meio do uso efetivo da vontade, rejeita estímulos que não são positivos e construtivos, bem como busca desenvolver novos hábitos que ajudem no desenvolvimento das potencialidades que carrega em seu Espírito.

Isso inclui o controle do medo, dos impulsos sexuais, dos vícios de conduta (impaciência, intolerância, irritação, ira, cólera, egoísmo, vaidade) e dos vícios materiais (drogas, álcool, cigarro, comida exagerada etc.), além, obviamente, da prática dolosa do mal.

Por fim, apesar de parecer óbvio, ressaltamos que devem ser evitadas quaisquer drogas ou bebidas estimulantes para provocar o desdobramento. Além de ser contrário a tudo o que foi explicado, fará com que o projetista (se ocorrer o desdobramento) esteja envolto em atmosfera psíquica extremamente densa e em sintonia com Espíritos infelizes.

## 20.6 – Vida equilibrada

Aquele que inicia um real processo de estudos sobre desdobramentos conscientes e a vida espiritual, entende que a vida deve expressar-se em equilíbrio, sempre.

Para tanto, devemos buscar uma alimentação equilibrada, o zelo pela saúde do corpo físico por meio de exercícios físicos regulares, o abandono de vícios diversos (drogas, álcool, cigarro etc.) e o efetivo controle da vida.

Quando imaginamos uma vida harmônica, temos que ela deve implicar numa vida organizada, pois, quem não controla o tempo e não planeja seu dia e sua semana, é como um barco à deriva.

Nesse controle do tempo e da vida, deve ser incluído o estudo do Evangelho, a frequência à casa de oração, a prática da caridade, os exercícios físicos regulares, a oração e meditação diárias, o aperfeiçoamento do ofício a que se dedica, o usufruto dos momentos com a família, e até mesmo o ócio construtivo.

Deve-se tomar cuidado com os estímulos da tecnologia que causam adoecimentos diversos, como ansiedade e depressão. Aliás, por isso, busquemos sempre ocasiões de desconexão, em especial por meio da prática de exercícios físicos regulares e momentos de oração e meditação.

Lembremos que os pensamentos diários alimentados é que ditarão nossa saúde física e espiritual.

Sem uma vida física equilibrada, não será possível desenvolver a faculdade do desdobramento consciente de forma agradável e efetiva.

# **PARTE III -** TÉCNICAS PARA REALIZAR O DESDOBRAMENTO CONSCIENTE

# Capítulo 21 - Preparativos

Quando imaginamos o treino e o exercício da faculdade do desdobramento consciente, executados de forma organizada e planejada, precisamos pensar nos preparativos. Recomenda-se, se possível, que haja um quarto disponível para os treinamentos e projeções conscientes.

O ideal é que seja um quarto reservado e que se deixe uma penumbra (escuro, mas que seja possível visualizar algo na dimensão física, caso necessário). Além disso, deve-se buscar uma sensação climática agradável. Alguns especialistas em projeções, como Waldo Vieira, afirmam que a temperatura ideal seria de aproximadamente 20ºC, contudo, o mais importante é que seja agradável para o projetista.

Lembramos que podem ser usados edredom, lençol ou cobertor, uma vez que esse material tridimensional não oferta resistência à decolagem dos corpos sutis. As roupas utilizadas devem ser leves e confortáveis para facilitar o relaxamento da mente e do corpo físico.

O local deve ser silencioso, de modo a não causar a volta repentina ao corpo físico em razão de estímulos externos. Nesse aspecto, a utilização de ar-condicionado ou ventiladores, com som contínuo, dentro do quarto, auxilia a isolar o projetista de ruídos

externos e que poderiam atrapalhar na projeção. Dentro do possível, mantenha portas e janelas fechadas.

É interessante que o projetista deixe ao lado da cama um caderno para servir de anotações, bem como algo para iluminar e viabilizar a escrita. Além disso, pode ser deixado também um copo de água e o que mais julgar necessário para conforto no tempo em que ficará exercitando a faculdade de desdobramento.

A pessoa que busca o treino da faculdade do desdobramento deve evitar, no dia, situações que abaixem o seu padrão vibratório, tais como consumo de bebidas alcoólicas, programas televisivos pesados ou pornográficos. No mesmo sentido, deve vigiar pensamentos e atitudes, evitando discussões, brigas e deliberações negativas. A alimentação deve ser leve, mas suficiente para a saciedade.

A melhor posição para tentar o desdobramento consciente é o decúbito dorsal (“barriga para cima”). No início pode ser desconfortável, mas com o tempo a mente e o corpo se acostumam. A pior posição para a buscar do desdobramento consciente é o decúbito ventral (“de bruços”, “barriga para baixo”). Caso o projetista tenha muita dificuldade em manter-se na posição decúbito dorsal, deve, ao menos, tentar o relaxamento na posição decúbito lateral (“de lado”).

Mas, claro, o mais importante é o relaxamento e o uso da vontade para conseguir realizar a projeção. No meu caso, já realizei o desdobramento em diversas posições, inclusive sentado e até mesmo, certa vez, sentado num ônibus. Porém, nessas situações o desdobramento foi espontâneo ou causado por um fator externo.

Quando pensamos no desdobramento consciente provocado pela própria pessoa, devemos seguir as recomendações com o objetivo de aprimoramento da faculdade.

O exercício do desdobramento deve ser realizado em momento diferente do repouso final do dia, isto é, da hora de dormir. Assim, o projetista terá maior controle dos pensamentos e do uso da vontade.

De outro lado, sabemos que muitos não terão condições ideais para treinar e executar o desdobramento consciente, isto é, são casados ou não há a possibilidade de manter um cômodo apenas para essa atividade. Ou, ainda, não tem como exercitar a faculdade em outro horário que não seja antes da hora de dormir.

Nesse caso, não há motivos para desânimo; basta tentar fazer o melhor possível com as ferramentas de que dispõe. Assim, antes de dormir, observe tudo o que foi falado e procure seguir da mesma forma.

Deve-se evitar manter a mente excitada pelo uso de celular momentos antes de dormir. Recomenda-se uma leitura agradável. No dia em que o projetista quer tentar realizar o desdobramento, o interessante é que a leitura seja sobre o tema, saturando assim o consciente da pessoa (é uma das técnicas de projeção).

Instrumentos tais como sinos, correntes, incensos, imagens, anéis, são todos dispensáveis, já que são muletas mentais. Bastam o treinamento do uso da vontade, padrão vibratório mental elevado e sintonia com bons amigos espirituais.

Waldo Vieira ensinava uma técnica muito interessante. Eu a realizava por intuição, mas, depois, lendo o seu livro “Projeciologia”, que me foi direcionado para estudos prévios por amigos espirituais e

irmãos encarnados (Élcio Simionato), encontrei a explicação e até mesmo o nome: “chuveirada hidromagnética”. Waldo a descrevia como o procedimento anterior ao início das tentativas de projeção. A pessoa se dirige ao chuveiro e toma um banho quente (morno para quente, agradável, não exagerado). Nesse momento, deixando a água cair sobre a cabeça (chacra coronário), deve-se fechar os olhos e mentalizar a limpeza dos corpos sutis. Com os pensamentos voltados para a conexão com Deus, deve-se mentalizar energias sutis percorrendo o corpo, inclusive, nesse momento, é interessante desenhar em sua mente todo o corpo: topo da cabeça, face, pescoço, ombros, braço esquerdo, braço direito, tórax, barriga, quadris, perna direita, perna esquerda, pé direito e pé esquerdo. Assim, ao mesmo tempo, temos uma limpeza energética dos corpos, o relaxamento do corpo físico e da mente, a elevação do padrão vibratório e o condicionamento da mente quanto à forma do corpo, fatos que auxiliam no momento da decolagem.

Ressaltamos que todas as técnicas devem ser treinadas e executadas de forma regular, entendendo que o desenvolvimento da faculdade do desdobramento é lento, mas progressivo. Além disso, devemos aceitar o comando dos amigos espirituais, que saberão quando acelerar, quando diminuir e até mesmo suspender a ocorrência, a fim de preservar a nossa saúde mental na atual vida física.

Por fim, eliminemos todos os sentimentos de medo, uma vez que, certamente, o maior entrave para o desenvolvimento da faculdade de projeção é o medo. Quando entramos conscientemente na quarta dimensão da matéria e visitamos regiões

do mundo espiritual, experimentamos sensações diferentes das habituais e o comum é sentir medo. Com isso, a mente fica condicionada a trazer de volta o Espírito ao corpo físico. Deixemos o medo de lado. Confiemos nos amigos espirituais.

# Capítulo 22 - A respiração

Aprender a utilizar a respiração é fundamental para todos aqueles que querem elevar-se conscientemente, compreender melhor o mundo em que vivemos e conquistar melhor qualidade de vida.

Por intermédio da respiração, conseguimos atingir elevados níveis de relaxamento, viabilizando a meditação, o desdobramento, o relaxamento para o sono, o controle do fluxo de energias, o controle mental (paciência) das atitudes etc.

É normal ao longo do dia mantermos uma respiração curta e rápida. Podemos perceber que no momento de estresse ou nervosismo, aceleramos a respiração e podemos ficar até mesmo ofegantes.

Quando queremos acalmar nossos pensamentos e relaxar nosso corpo físico, devemos realizar uma respiração lenta e calma. O procedimento sugerido é: iniciar inspirando o máximo que conseguir e o mais devagar que for possível; depois prender o ar nos pulmões por pelo menos cinco segundos para soltá-lo lentamente, o mais devagar e o máximo possível, até mesmo contraindo a barriga. Após, reinicia-se inspirando o ar lentamente e repete-se o

procedimento ao menos três vezes. O recomendado são cinco vezes, a fim de atingir um relaxamento mental e físico.

Esse procedimento auxilia a pessoa a focar sua atenção, desligando-se das preocupações externas. Além disso, relaxa a mente e o físico. Percebamos como respirar fundo é relaxante.

O procedimento pode ser adotado durante a noite, antes de dormir, mesmo que não seja para realizar a tentativa de desdobramento. Veja, é excelente ferramenta para vencer a insônia. A pessoa pode realizar o procedimento cinco vezes e ao final iniciar um processo mental de relaxamento, imaginando os músculos relaxados na seguinte sequência: cabeça, face, ombros, braço esquerdo, braço direito, tórax, barriga, perna esquerda, perna direita e pés. Se, ao final desse processo, ainda estiver acordada, pode iniciar uma prece. O natural é ter conseguido dormir, porque acalmou os pensamentos. Mas, caso ainda esteja desperta, reinicia-se novamente com a respiração. Assim, aos poucos, a pessoa vai utilizando da vontade e assumindo o controle da sua mente.

Além disso, a sequência – respirar fundo, prender, soltar lentamente, aguardar, respirar fundo novamente – pode ser usada em momentos de estresse no trânsito, no trabalho, em situações de crise. Afinal, devemos zelar por uma dieta mental na qual mantemos nosso padrão vibratório elevado e isso será impossível se a cada momento ficarmos nervosos, estressados, ansiosos ou depressivos.

Assim, vemos como podemos utilizar a respiração para ajudar na técnica de projeção. O projetor, ao deitar-se, realiza o processo narrado, inspirando lentamente, segurando o ar alguns segundos e soltando lentamente. Com esse relaxamento mental e físico, o

Espírito encontrará melhores condições para realizar o desdobramento consciente.

# Capítulo 23 - Técnica da saturação mental

A faculdade de realizar o desdobramento consciente provocado pela própria pessoa está ligada diretamente ao uso da vontade consciente. Isto é, a pessoa escolhe realizar o desdobramento e consegue executá-lo.

Isso significa que o Espírito adquiriu controle satisfatório de sua mente e consegue efetivamente utilizar da sua vontade.

Parece simples, mas não é. Estamos condicionados a seguir padrões ditados pela sociedade em que reencarnamos e o fazemos automaticamente. Ademais, sofremos influência de outras mentes, encarnadas e desencarnadas. Por fim, recebemos estímulos do nosso próprio inconsciente, condicionado por milhares de vidas.

Portanto, atingir o nível consciencial de realmente orar e vigiar não é fácil. Exige constante treinamento do uso da vontade. Quando surgir um estímulo (interno ou externo), deve-se utilizar da vontade para repeli-lo ou aceitá-lo.

Nesse cenário, considerando que ainda estamos aprendendo a utilizar da vontade verdadeiramente, a técnica de saturar a mente consciente com informações sobre o desdobramento auxilia bastante.

Essa técnica consiste em, durante o dia, ler livros, ver vídeos e ouvir áudios sobre o desdobramento consciente. Além disso, realizar autoafirmações de que, à noite, no momento do repouso do corpo físico (ou no horário em que serão realizados os treinos), conseguirá realizar o desdobramento. Pode-se dizer mentalmente: “essa noite irei me projetar”, “hoje sairei conscientemente do corpo físico e vou conhecer o mundo espiritual”, “vou conseguir fazer o desdobramento consciente”, “sou um Espírito imortal e consigo sair do corpo físico conscientemente”.

No momento em que se aproxima da tentativa de realizar o desdobramento consciente, após realizar as demais técnicas e orientações de conduta, ao fechar os olhos, deve-se permanecer afirmando: “vou me desdobrar, vou me desdobrar, vou me desdobrar.”

O natural é iniciar um processo de entorpecimento da mente e a frase começa a ser dita mentalmente, mas imagens aparecem e se perdem, o nexo do pensamento contínuo começa a sumir, até que chega o momento da decolagem e o desdobramento é realizado.

É importante esclarecer que o saturamento mental poderá levar a pessoa a sonhar, oniricamente, com o desdobramento, ou seja, imaginar que o desdobramento ocorreu. Isso significa que o consciente da pessoa está desenvolvendo condições para realizar o desdobramento real. Aquele que está sonhando com o desdobramento consciente, em breve iniciará projeções conscientes.

# Capítulo 24 - Estados mentais

Conforme as frequências das emissões cerebrais medidas pelo eletroencefalógrafo, possuímos quatro estados mentais: *beta*, *alpha*, *theta* e *delta*.

No estado de vigília ordinário, ou seja, quando acordados, estamos em *beta*, com alta frequência de vibrações mentais. Ao iniciarmos um processo de relaxamento da mente e do corpo físico, reduzindo o estado de atenção, entramos em *alpha*. Quando passamos a uma meditação profunda e ao início do estado de sono, estamos em *theta*. O sono profundo ocorre em *delta*.

No caso, o desdobramento consciente ocorre entre *alpha* e *theta*. Assim, quando estamos ainda conscientes, mas iniciando um processo de sono, realizamos a decolagem com maior facilidade. A consciência volta totalmente, mas o Espírito já se encontra projetado.

Desse modo, o candidato ao desdobramento consciente deve buscar aumentar a sua capacidade mental de manter-se em *alpha*, sem entrar em *theta* ou *delta*. Por isso, muitas técnicas foram desenvolvidas com esse objetivo. Aliás, por esse motivo é que existe a recomendação de não tentar fazer o desdobramento consciente quando a pessoa está exausta. Afinal, o normal será

adormecer e entrar em *delta* rapidamente, inviabilizando a decolagem em *alpha* ou *theta*.

A mudança de estado mental de *alpha* para *theta* ocorre quando a consciência começa a ficar entorpecida e pensamentos oníricos surgem. Nesse momento, a pessoa pode levantar um braço, acelerando o pensamento novamente e elastecendo o tempo de permanência na frequência *alpha*. Além disso, pode deitar-se em decúbito dorsal e deixar um braço levemente levantado, quando houver a mudança para estado *theta*, o braço cairá e o estado mental voltará para *alpha*. Assim, com esses exercícios, a pessoa desenvolve, aos poucos, a capacidade de manter-se em *alpha* sem adormecer em *theta* ou *delta*.

Devemos ressaltar que muitas vezes os Espíritos amigos irão provocar o desdobramento consciente, levando o projetor até determinadas regiões do mundo espiritual. Nesse caso, em regra, os Espíritos amigos realizam diversos procedimentos magnéticos nos corpos sutis e o estado de sono mais profundo até mesmo auxilia, pois dificilmente a viagem será interrompida pelo despertar repentino no corpo físico.

As técnicas narradas e estudadas se referem ao desenvolvimento da capacidade para a pessoa provocar o fenômeno quando quiser e, também, controlar para que não ocorra quando não quiser.

# Capítulo 25 - Caderno de anotações e lembranças

Falamos sobre essa importante técnica no capítulo 8 desta obra, quando tratamos dos sonhos. Como visto, o sonho pode ser a lembrança de um fato vivenciado no mundo espiritual ou criado pela própria mente em estado de repouso (onírico).

O caderno de anotações é um importante instrumento para treinar a mente para lembrar-se dos desdobramentos e diferenciá-los quando houver alguma variação (em uma mesma noite a mente pode navegar entre o desdobramento consciente, semiconsciente e os sonhos oníricos).

Ele deve ser deixado ao lado da cama, já com uma caneta e um ponto de luz que permita escrever, de modo que seja legível e possível depois passar a limpo. Assim, todas as vezes que acordar, a pessoa deve fazer o registro das lembranças que possui, sem preocupar-se se foi real ou onírico.

Ressalta-se que não se deve acordar, acender a luz do quarto e depois iniciar as anotações, pois, se fizer isso, o estado consciencial passará abruptamente para *beta*, alterando a frequência de vibrações, e muitas lembranças serão perdidas. O ideal é pegar o

caderno e anotar na penumbra, deitado ou sentado na cama, o mais rápido possível.

Será natural escrever as lembranças de trás para frente, pois se inicia um processo de “pesca”, no qual uma lembrança puxa a outra. Dessa forma, será possível recordar de muitos fatos vivenciados ou histórias criadas pela mente. Tudo deve ser anotado, por mais absurdo que pareça no momento. Depois, deve ser passado a limpo, na ordem correta dos fatos. Nesse momento, a pessoa deve analisar os fatos, verificar a sua lógica, intensidade das lembranças, para, assim, concluir se foi um desdobramento ou sonho onírico.

Esse procedimento deve ser adotado mesmo no caso de desdobramento 100% lúcido, ou seja, consciente. Isso porque a técnica treina a mente a trazer para o consciente as lembranças dos fatos vividos no mundo espiritual e, com isso, torna-se natural, e até mesmo fácil, realizar o procedimento depois de anos de prática. Com a experiência adquirida, a pessoa conseguirá dispensar o caderno e realizar todo o processo apenas com a mente, como eu fiz no episódio narrado no capítulo 8 deste livro. Mas, até ter essa experiência, é muito importante executar a técnica diariamente.

A perseverança no exercício será fundamental para atingir bons níveis conscienciais, auxiliando no desenvolvimento da faculdade de desdobramento consciente, pois a mente estará condicionada. Além disso, ajuda a desenvolver a percepção clara do que é desdobramento e o que são imagens oníricas criadas pela mente.

# Capítulo 26 - Algumas técnicas

Ao estudar diversos livros sobre desdobramento (em especial do médium Waldo Vieira) e participar de muitos cursos sobre o assunto, aprendi algumas técnicas, as quais compartilho nesta obra, pois, cada um, conforme suas necessidades, deve analisar as que melhor lhe servem e, inclusive, desenvolver um rito próprio, mesclando as diversas técnicas.

## 26.1 – Técnica da concentração mental

Explicada por Waldo Vieira em seu livro sobre projeciologia, trata-se de uma técnica para treino da concentração. A pessoa deve acender uma vela num quarto escuro e sentar-se a três metros de distância em um assento confortável, de preferência, uma poltrona. O quarto deve estar escuro e iluminado apenas pela vela. Deve-se tomar o cuidado de se colocar um prato largo sob a vela, a fim de evitar incêndios.

A pessoa deve ficar sentada na poltrona e com a atenção fixa na vela acesa. O trabalho mental será no sentido de esvaziamento dos pensamentos. O foco da atenção deve ser apenas a vela. Aos poucos, o mundo exterior deixará de existir e a consciência da

pessoa será alterada para o estado *alpha*. Nesse estágio, a pessoa deve determinar por comando mental o deslocamento do perispírito em direção à vela, realizando a decolagem.

Como procedimento para auxiliar na técnica, ao perceber a diminuição da frequência vibratória da mente (de *beta* para *alpha*), a pessoa pode iniciar um processo de repetição de frase, determinando o desdobramento e o deslocamento até a vela.

Mesmo que no início o exercício pareça difícil, em razão de os pensamentos serem desviados e a pessoa não conseguir manter a concentração mental, deve-se perseverar. A mente é uma ferramenta do Espírito e o seu controle depende do exercício da vontade. Somente treinando, treinando e treinando, é que o Espírito assume o controle efetivo da mente e, consequentemente, do fluxo de pensamentos.

Pode-se, ainda, para auxiliar na execução dessa técnica, realizar a técnica da respiração logo ao sentar-se na poltrona. Assim, automaticamente haverá um relaxamento do corpo físico e da mente, de modo a viabilizar uma maior concentração e obtenção do estado mental *alpha* mais facilmente.

## 26.2 – Técnica do autodespertamento

Trata-se de uma técnica muito eficiente e que auxilia aquele que não consegue separar um tempo específico durante o dia para exercitar a faculdade do desdobramento.

Como analisamos, o estado de consciência pode variar entre *beta*, *alpha*, *theta* e *delta*. Além disso, vimos que a projeção

consciente pura, com a decolagem, é mais fácil de ser provocada quando estamos entre os estados mentais *alpha* e *theta*. Por fim, temos na fase *delta* o estado de sono profundo, também conhecido como REM (*Rapid Eye Movement* – movimento rápido dos olhos).

Essa alternância de estados mentais, em regra, segue um ciclo. Assim, quando nos deitamos estamos no estado *beta* e aos poucos ingressamos no estado *alpha*, depois no *theta* e atingimos o *delta*. Após, reinicia-se o ciclo a partir do estado *alpha*. Aliás, algumas pessoas que sofrem de ansiedade, no reinício do ciclo, atingem o estado *beta* e despertam. Para essas pessoas, recomendamos os exercícios da respiração para relaxamento e volta rápida ao estado *alpha*.

Ocorre que a maioria das pessoas reinicia o ciclo em *alpha*. A técnica sugerida visa a aproveitar o reinício desse ciclo, colocando um despertador para acordar. A mente estará ainda em *alpha*, mas, após ser acordada pelo despertador, ela o desligará e, utilizando-se da força da vontade, executará o desdobramento consciente com a decolagem dos corpos sutis.

Para que a técnica seja proveitosa, a pessoa precisa descobrir qual o tempo de duração de seu ciclo. Isso é pessoal e deve ser apurado pelo próprio projetista. Como parâmetro, temos que em média o ciclo é de duas horas. Assim, antes de dormir, coloca-se o despertador para tocar duas horas após.

Mas, caso a pessoa acorde e perceba que está ainda muito sonolenta, significa que o despertador tocou antes do ciclo terminar e o estado mental estava em *delta*. Nessa hipótese, deve-se

aumentar o tempo, até chegar no despertar mais leve, indicando que estava no estado mental *alpha*.

## 26.3 – Técnica do lugar-alvo

Inicialmente, devemos relembrar que a mente fixará o padrão vibratório do Espírito e, por consequência, dos corpos sutis e determinará a formação da atmosfera psíquica da pessoa. Nesse mesmo sentido, quando vamos dormir ou praticar o desdobramento com a mente fixa em uma pessoa, um lugar, ou um fato, é natural que o Espírito, livre do casulo denso (corpo físico), busque imediatamente esse alvo. Isso ocorrerá consciente ou inconscientemente.

Desse modo, reiteramos a importância de sempre realizar leituras edificantes e relaxantes antes de dormir, evitando o consumo de drogas, comidas pesadas, pornografia, imagens chocantes e afins.

Além disso, devemos sempre evitar alimentar inimizades e pensamentos negativos em relação a determinada pessoa. Com a prática do desdobramento, vemos que o Universo Divino é grandioso, complexo e estamos ainda numa fase evolutiva inicial. Logo, perde o sentido ficar cultivando inimizades, seja qual for o motivo. Temos ainda que, ao fixar a atenção em determinada pessoa, cultivando sentimentos negativos, ocorrerá de, no momento do descanso do corpo físico, nos encontrarmos na dimensão espiritual. Ora, se os pensamentos alimentados não eram positivos, por óbvio que o encontro também não o será e, assim, teremos uma

experiência desagradável. Portanto, vamos exercitar os ensinamentos evangélicos, vigiando nossos pensamentos e evitando manter a mente em energias negativas.

A técnica do lugar-alvo consiste em fixar a mente em determinado local, que poderá ser na dimensão física ou no Universo Espiritual. A pessoa pode manter sua atenção focada em determinada colônia ou local que visitou e, por meio da vontade, fixar que irá até o local em desdobramento.

Como treino, pode-se pedir para um parente próximo (mãe, irmã, irmão, pai ou alguém que tenha intimidade) que coloque determinado objeto na sala de casa sem descrevê-lo e, no mesmo dia, fixa-se o lugar como alvo e executa as técnicas de desdobramento consciente. Ao despertar, utilizando-se do caderno de anotações, faz-se o registro de tudo o que se lembra, mesmo que pareça desconexo. Com a perseverança no exercício, a pessoa perceberá que aos poucos ficará cada vez mais nítida a chegada ao lugar-alvo, o objeto-alvo e suas características.

É necessário perseverar no exercício para que o uso da vontade condicione a mente a realizar o registro do deslocamento na dimensão espiritual, de forma a ser acessível para a consciência desperta na dimensão física.

## 26.4 – Técnica do sonho

Conforme a pessoa mantém continuamente os exercícios de desdobramento consciente, passa a assumir certo controle até mesmo dos sonhos oníricos. Assim, poderá, enquanto dorme e

vivencia um sonho onírico, assumir a consciência, entender o que está ocorrendo (que está sonhando) e, nesse momento, iniciar o desdobramento consciente.

Isso se torna possível porque, em regra, quando estamos em sonho onírico, os corpos estão repousando no mesmo lugar. Imaginemos alguém dormindo em seu quarto. O natural é que as amarras vibracionais que prendem os corpos sutis ao corpo físico se soltem e ocorra uma leve projeção. Assim, o Espírito se desloca junto com os corpos sutis, os quais permanecem volitando a poucos centímetros do corpo físico.

Pode ocorrer também um desdobramento parcial. Com isso, a pessoa está sonhando e parte dos corpos sutis se deslocaram para fora do corpo físico. A outra parte permanece entrelaçada ao vaso físico.

Dessa forma, quando a pessoa entende que está sonhando oniricamente e decide, pelo uso da vontade, sair do sonho onírico para realizar um desdobramento, a consciência desperta no corpo espiritual e a projeção já está feita ou parcialmente realizada, bastando apenas dar seguimento ao processo de desdobramento consciente.

É possível treinar a mente para realizar esse processo sempre que quiser. Claro que não é fácil, pois o sonho onírico é ilógico e muitas vezes envolve a consciência de tal maneira, que a pessoa não consegue assumir o controle. Porém, os exercícios propostos farão com que o Espírito automaticamente perceba quando está em um sonho onírico e quando está em um desdobramento. Dessa forma, até com certa frequência, será possível realizar o

procedimento de passagem do sonho onírico para o desdobramento consciente.

Além disso, enquanto a pessoa treina sua mente para perceber o sonho onírico e fazer a passagem para o desdobramento consciente, acaba por condicionar a mente para perceber também o desdobramento semiconsciente, facilitando o processo de rememoração dos fatos vivenciados fora do corpo físico.

## 26.5 – Técnica da consciência corporal

Essa técnica consiste em desenvolver uma maior consciência corporal. Isso porque muitas pessoas não conseguem mentalizar o próprio corpo. Ocorre que, para provocar o desdobramento consciente, é importante que a mente determine, por meio da vontade, a exteriorização dos corpos sutis. Esse processo será mais eficiente se o Espírito conseguir mentalizar seu corpo espiritual fora do corpo físico.

Existem alguns procedimentos que auxiliam no desenvolvimento da consciência corporal. Como já mencionado, a pessoa pode, no momento do banho ou da “chuveirada hidromagnética”, deixar a água cair sobre o topo da cabeça e, nesse instante, fechar os olhos. Assim, enquanto a água escorre pelo corpo, causando sensações físicas, a pessoa mentaliza e desenha em sua mente o próprio corpo.

Algo muito simples é olhar-se no espelho. Ao acordar, durante o dia, antes de dormir. Encarar-se, olho no olho. Temos o costume de usar o espelho apenas para pentear o cabelo, as mulheres para

fazer maquiagem, os homens para fazer a barba, outras vezes para arrumar algo que não estamos gostando em nós. Mas, quase ninguém se olha efetivamente, olho no olho. A pessoa deve fazer esse processo por alguns minutos. Perceber a sensação de encarar-se e assim aumentar a consciência mental sobre o próprio corpo.

Ao realizar a meditação, com a distribuição de energias, deve-se mentalizar as partes do corpo pelas quais a energia está passando.

Com essa maior consciência corporal, no momento em que está deitado ou sentado, buscando o desdobramento consciente, a pessoa pode iniciar um processo de mentalização do corpo espiritual sobrevoando alguns centímetros o corpo físico. Esse exercício mental ajudará no comando, pelo uso da vontade, da projeção consciente.

Outro exercício interessante, enquanto deitado em decúbito dorsal com as mãos paralelas ao corpo, é mentalizar as mãos do corpo espiritual levantando-se e tocando-se. Essa mentalização deve ser realizada após os procedimentos que induzem ao relaxamento e início do estado mental *alpha*.

## 26.6 – Técnica do estado vibracional

Waldo Vieira ensinava a técnica do estado vibracional e a considerava uma das melhores. A pessoa deve acelerar as vibrações do corpo espiritual e do duplo etérico, destacando-os do corpo físico e, assim, conseguir a decolagem lúcida.

Deve ser praticada de olhos fechados, de preferência deitado em decúbito dorsal, mas pode ser sentado confortavelmente; deve-se imaginar um fluxo de energias e vibrações em circuito fechado percorrendo todo o corpo.

A pessoa deve mentalizar a energia descendo do topo da cabeça até os pés e depois voltando, de forma ininterrupta. Recomenda-se treinar a técnica durante a “chuveirada hidromagnética” para desenvolver a consciência corporal e o condicionamento mental da energia percorrendo o corpo.

Em regra, os corpos estão justapostos, logo, quando se inicia a movimentação consciente de energias, por meio da mentalização e uso efetivo da vontade, temos que as moléculas do corpo espiritual e do conjunto que compõe o duplo etérico, por serem formados por matéria mais sutil e influenciável diretamente pela mente, passarão a vibrar mais rapidamente. Dentro desse processo se iniciará o desacoplamento.

O estado vibracional produzirá sensações como inchaço ou balonamento, pois o perispírito e um lastro intenso do duplo etérico começarão a desprender-se dos limites do corpo físico. Essa sensação pode ocorrer apenas em parte do corpo físico (por exemplo, somente nas mãos) ou no corpo inteiro.

Algo interessante que sempre fiz nas reuniões mediúnicas. Com as mãos sobre a mesa, era comum sentir a sensação de balonamento. Nessa hora, eu intensificava as vibrações da glândula pineal e percebia a energização das mãos. Depois eu tentava aproximar uma mão da outra e, fisicamente, encontrava uma

barreira intransponível; era o encontro do corpo espiritual, que estava extrapolando as barreiras físicas do corpo físico.

Portanto, no momento em que a pessoa perceber que está no processo de balonamento, deve intensificar as vibrações, inclusive buscando a vibração consciente da glândula pineal (falaremos sobre a glândula pineal no tópico seguinte), o que ocasionará descargas de vibrações por todo o corpo espiritual e viabilizará a decolagem.

Conforme veremos em tópico próprio (capítulo 28), na hipótese de catalepsia projetiva ou sons intracranianos, não há motivos para temer. Ao contrário, significa que a pessoa está a um passo de efetivar o desdobramento consciente com a decolagem lúcida, bastando manter o pensamento sereno e mentalizar-se fora do vaso físico.

# Capítulo 27 - Energização e glândula pineal

Conforme explicado no capítulo 10, possuímos chacras no corpo espiritual, que estão conectados aos principais órgãos. Os chacras são vórtices formados pela intensa absorção e exteriorização de energias. Aprendemos também que é natural, ao longo do dia, abaixarmos o padrão vibratório de nossa mente, em razão de estresse, nervosismo, depressão, estímulos inferiores etc. Afinal, somos seres ainda imperfeitos e lutamos para realizar uma efetiva reforma íntima.

Com a queda do padrão vibratório, alteramos nossa atmosfera psíquica e passamos a absorver e exteriorizar energias densas, que se alojam no chacra respectivo à causa da queda na qualidade dos pensamentos e vibrações mentais.

Essa energia densa impede o melhor funcionamento dos chacras e densifica também os corpos sutis. Nesse cenário, o desdobramento consciente torna-se mais penoso e difícil.

Para tanto, aconselhamos, além da técnica da “chuveirada hidromagnética”, a prática da meditação, da oração e da canalização de energias, estimulando o chacra frontal e a glândula pineal.

Temos na glândula pineal o canal de comunicação direta entre o corpo tridimensional e o Espírito. Por meio dela, viabiliza-se a conectividade consciente do Espírito às outras dimensões da matéria.

O que sugerimos é que a pessoa se sente confortavelmente e inicie o processo de respiração explicado no capítulo 22. Após, faça uma prece, elevando o padrão vibratório, e mentalize, enquanto inspira, que as energias estão adentrando os corpos pela respiração, pelo chacra frontal e pelo chacra coronário, alojando-se na região do cérebro correspondente entre o centro e a nuca da cabeça. Enquanto prende a respiração por alguns segundos, mentalize essa energia espalhando-se pelo corpo, inicialmente pela coluna vertebral até os pés, voltando, durante a expiração lenta, a mentalizar a energia saindo pelas mãos e pelo chacra frontal.

O exercício contínuo dessa técnica estimulará o chacra frontal e a glândula pineal. Aos poucos, a pessoa perceberá fisicamente o aquecimento da região da testa que fica entre os olhos físicos.

O interessante é executar a técnica por pelo menos cinco minutos. Após, pode-se deslocar uma das mãos para a frente do rosto, na altura do chacra frontal, com a palma virada para a testa. Feito isso, deve-se mentalizar a energia entrando pelo chacra coronário durante a inspiração, alojando-se entre o centro e a nuca da cabeça, para, no momento da expiração, descer pela coluna vertebral até os pés, voltar e sair pela mão que está espalmada na frente do chacra frontal. Esse procedimento dirige o fluxo de energias, estimulando o chacra frontal e a glândula pineal.

Após o exercício contínuo dessa prática, além de sentir o chacra frontal estimulado, com o aquecimento da região respectiva, será possível, pelo uso da vontade, vibrar a glândula pineal e causar um choque energético em todos os corpos sutis. Esse comando mental surgirá instintivamente como forma de distribuir a energia concentrada na região da glândula pineal. Com a vibração da glândula pineal e a distribuição dessa energia por meio de uma espécie de choque, auxiliamos a retomada da consciência plena quando estamos transitando entre os estados mentais *alpha* e *theta*, e impulsionamos a decolagem dos corpos sutis no momento do desdobramento consciente.

Por essa razão, recomendamos que, no momento em que se busca o desdobramento, com a diminuição das vibrações mentais, passando de *beta* para *alpha*, quando se perceber que estão surgindo imagens oníricas e está se perdendo o controle e o sentido dos pensamentos, deve-se executar o comando mental de vibração da glândula pineal, com a distribuição imediata de energias pelos corpos sutis. Isso trará a consciência plena de volta, mesmo em estado *alpha*, e aumentará a vibração dos corpos sutis, auxiliando na decolagem lúcida.

# Capítulo 28 - Sinais de evolução da faculdade

Após perseverar nas práticas de desenvolvimento da faculdade psíquica de desdobrar-se conscientemente para fora do corpo físico, a pessoa passará a sentir alguns claros indícios de evolução das faculdades psíquicas.

Nesse instante, a dimensão tridimensional deixa de ser uma barreira intransponível e a realidade passa a ser mais complexa e interessante.

No dia marcado para realizar os treinos e, momentos antes, pode-se perceber a presença de amigos espirituais, sendo possível visualizar, mesmo que rapidamente, alguns rostos em sua mente ao fechar os olhos.

Durante o treino ou momentos antes, é possível sentir a presença dos amigos espirituais doando energias por meio de passes longitudinais, os quais são como serena e agradabilíssima chuva.

Caso, infelizmente, a pessoa esteja buscando o desenvolvimento das faculdades psíquicas sem a reforma íntima e prática de hábitos saudáveis, como o evangelho no lar, sentirá sensações desagradáveis advindas da presença de Espíritos infelizes em sintonia. Poderá ocorrer, inclusive, de provocarem um

desdobramento ou induzirem pesadelos. Percebamos que há a possibilidade real de que essa pessoa esteja desenvolvendo suas capacidades psíquicas, mas sem a reforma íntima será algo muito desagradável.

Durante os treinos, ocorrerá a sensação de **entorpecimento do corpo físico** e formigamento das mãos ou dos pés. Significa que, conscientemente, a pessoa está conseguindo anestesiar o corpo físico para facilitar a decolagem.

Como foi dito em outro tópico, uma sensação muito típica do desenvolvimento da faculdade de projeção para fora do corpo físico é o **balonamento**. A pessoa, conscientemente, percebe que o corpo espiritual é muito maior do que o físico. Significa que o corpo espiritual está conseguindo transpor as amarras do corpo físico. Verificará uma sensação de estufagem, dilatação, inchaço, que poderá ocorrer nas mãos, nos pés, em qualquer outra parte do corpo ou no corpo inteiro (é comum chegar a isso). Quando estamos na sensação de balonamento, deve-se intensificar o uso da vontade, distribuição de energias e vibração da glândula pineal. Assim, será possível ocasionar a decolagem lúcida.

O desenvolvimento da faculdade do desdobramento do Espírito fará com que se torne comum a **sensação física do chacra frontal**. Essa sensação pode ser uma pressão na região entre os olhos, na altura da testa ou, então, uma sensação de calor intenso. Por ser o chacra ligado à glândula pineal e estar conectado diretamente ao chacra coronário e à visão do Espírito, recomendamos o seu estímulo pela respiração e pelo redirecionamento de fluxo

energético por meio da palma de uma das mãos, que deve ficar virada na direção do chacra, a cerca de 10 centímetros da região.

Algo comum para quem treina a faculdade do desdobramento é a **catalepsia projetiva**. O fenômeno acontece quando a consciência desperta no corpo espiritual, mas o desdobramento não está completo. Assim, o corpo espiritual, ainda preso às amarras do corpo físico, ou retido de alguma forma pelo cordão de prata densificado, permanece imóvel. Porém, a pessoa está projetada e, inclusive, com os olhos abertos. Aliás, certo dia isso ocorreu comigo durante uma tarde em que estava assistindo a um jogo de futebol. Quando eu percebi que estava projetado, mas imóvel, fiquei ali, desdobrado, assistindo ao jogo – e isso por bastante tempo. Até que de forma instantânea e sem comando direto, fui trazido de volta ao corpo físico. Percebamos, portanto, que não precisamos ter medo da catalepsia projetiva. Em verdade, ela demonstra que a pessoa já está conseguindo desdobrar-se parcialmente. Portanto, se ocorrer, deve-se manter a calma, permanecer em oração ou, então, mentalizar-se de pé desdobrado. Feito isso, a mente determinará o final da projeção. A sensação é realmente estranha, porque diferente do que estamos acostumados no mundo tridimensional. Mas, não há razão para medos.

Ainda sobre a **catalepsia projetiva**, recordemos o que foi estudado sobre o cordão de prata. Isso porque, se ele estiver projetado para fora do corpo físico, em razão de sua densidade e calor, poderá ser tomado como um obsessor, o que trará medo e inibirá a projeção. Assim, se a pessoa tem feito as técnicas de desdobramento e, ao mesmo tempo, buscado a reforma íntima com

a conexão com Deus, Jesus e seus amigos espirituais, tenhamos a certeza de que o guia espiritual estará por perto e não há motivos para temer. Então, no momento de uma catalepsia projetiva, deve-se aproveitar para estudar as sensações da decolagem, da volta ao corpo físico, de estar na dimensão espiritual etc.

Outro sintoma que costuma assustar, mas que significa uma evolução no desenvolvimento da faculdade, são os **sons intracranianos**. Quando a pessoa está, alguns momentos antes da decolagem, lúcida, em razão da vibração maior do corpo espiritual e do duplo etérico, pode ocorrer de a pessoa ouvir sons dentro de sua cabeça e eles serem desagradáveis, porque oriundos de uma vibração. São como ruídos e descritos de diversas formas (tinidos, zumbidos, estalos, estalidos etc.). Porém, resistindo e perseverando, com a mente fixa na vontade de desdobrar-se para fora do corpo físico, a projeção ocorrerá.

O fenômeno da **clarividência** antes do desdobramento também é algo muito comum. Em razão do estímulo do chacra frontal, acaba-se por desenvolver também a clarividência e, assim, naturalmente podem surgir imagens antes do desdobramento. Recomendamos fixar a atenção nessas imagens e tentar prolongá-las o máximo possível, como forma de treino, e também para depois buscar respostas para o que foi visto, que poderão ser imagens da dimensão física ou do Universo Espiritual.

Algo que pode assustar e atrapalhar o desdobramento em andamento é a **respiração**. Se a decolagem for lenta, a pessoa perceberá que está parando de respirar. Na verdade, não estará respirando no corpo espiritual, mas continuará no corpo físico.

Porém, o susto dessa sensação pode causar medo e impedir o desdobramento. Temos que o corpo espiritual, quanto estamos encarnados, possui características próprias e uma delas é não necessitar da respiração para manter seu equilíbrio energético. Isso ocorre porque está ligado diretamente ao corpo físico e ao duplo etérico, retirando dali condições fisiológicas para a manutenção do seu equilíbrio.

# Capítulo 29 - Retorno ao corpo físico

O retorno ao corpo físico poderá ocorrer de diversas formas. Lembramos que não se deve alimentar receios de realizar o desdobramento e desencarnar pelo rompimento do cordão de prata. No capítulo 10, quando estudamos o cordão de prata, vimos que ele é uma ligação com o corpo físico que somente é rompida no momento do desencarne. Como advertido, teoricamente, poder-se-ia rompê-lo durante a projeção, mas trata-se de hipótese teórica remotíssima e nunca relatada na literatura sobre o tema. O que podemos afirmar com certeza é que, se o desdobramento está sendo realizado em sintonia com amigos espirituais, eles zelarão pela perfeita saúde do projetor.

Pois bem, em razão dessa ligação intensa entre os corpos sutis, qualquer estímulo no corpo físico que ocasione o despertar da pessoa fará com que retorne ao corpo em átimos de segundo.

Veja que interessante o ocorrido quando eu tinha cerca de 25 anos; nessa época eu não estava orando e vigiando, isto é, não estava praticando o evangelho no lar, a oração diária, a meditação, a leitura edificante, enfim, estava absorvido pelo trabalho e rotina diária, descuidando da saúde espiritual. Certa manhã, eu me desdobrei espontaneamente e me vi em pé próximo da cama.

Porém, entre mim e meu corpo físico havia um Espírito infeliz e ele ficou ameaçando-me, afirmando que havia causado meu desdobramento e que não me deixaria voltar ao corpo físico. Nessa hora, minha esposa estava tomando banho. Normalmente, eu teria orado e rogado ajuda ao meu guia espiritual ou mentalizado a casa espírita que frequento para pedir ajuda. Porém, fiz a experiência de aguardar o retorno da minha esposa ao quarto, porque eu sabia que ela, não muito preocupada se iria acordar-me, com certeza acenderia a luz e faria muito barulho. E assim ficamos, eu projetado, recebendo fluídos negativos e tentando conversar com o Espírito e ele ali, xingando-me e ameaçando-me. Passados alguns minutos, eis que minha esposa, conforme imaginado, entrou no quarto, acendeu as luzes e fez barulho. Esse estímulo externo no corpo físico me fez despertar e em átimos de segundo eu estava de olhos abertos na cama. Acordei. Sentei-me na cama e iniciei uma oração para que esse Espírito fosse socorrido.

Por esse motivo, recomenda-se fazer o desdobramento em uma cama sozinho ou local reservado, diminuindo a possibilidade de um estímulo externo trazer o projetor antes do desejado.

Quando o projetor domina a faculdade do desdobramento, consegue mentalizar o retorno ao corpo físico e isso ocorre naturalmente com o acoplamento dos corpos e o despertar na dimensão física.

Nessa fase também pode ocorrer a catalepsia projetiva, isto é, executar o acoplamento dos corpos sutis ao corpo físico, mas não completamente. Com isso, a pessoa permanece imóvel, pensando que já acordou. A sensação de inamovibilidade assusta, mas, assim

como na fase pré-projetiva, basta manter a calma e mentalizar o retorno completo. Na hipótese de não conseguir e a situação persistir, a pessoa pode orar e rogar ajuda ao amigo espiritual, inclusive mentalizando a casa espírita que frequenta. Logo o acoplamento é finalizado e a pessoa acorda na dimensão física.

Na hipótese de o desdobramento ser assistido por um Espírito amigo, ele auxilia na fase da decolagem e também do retorno e, inclusive, ministra passes que trazem benefícios para os corpos e a mente. Com a assistência do amigo espiritual, há o controle também do que é produtivo lembrar-se e o que seria prejudicial, pois ele atua na memória do cérebro físico, inibindo ou estimulando a lembrança dos fatos vivenciados na dimensão espiritual.

# Capítulo 30 - Minhas técnicas e conclusões

Conforme relatado ao longo do livro, eu realizo desdobramentos conscientes desde a infância e, por esse motivo, estudei o tema por toda a minha vida, sempre na busca do aprendizado de técnicas de desenvolvimento, controle e aperfeiçoamento.

No início, minha grande preocupação era dominar o fenômeno para provocá-lo sempre que quisesse. Assim, por muitos anos, estudei e treinei todas as técnicas relatadas neste livro. Dessa forma, aos poucos, dominei a fase da decolagem e, sempre que queria, a executava com facilidade.

Mas, passei a perceber que os desdobramentos realmente interessantes eram provocados pelos amigos espirituais. Além disso, encontrei grandes dificuldades em desenvolver o desdobramento consciente na reunião mediúnica da qual participava. Era comum o relato de médiuns amigos a respeito das minhas projeções, mas pouco ou nada eu me recordava.

Com o passar dos anos, pelos estudos, desdobramentos e orientação dos meus guias, fui entendendo que não adiantava alimentar a ansiedade e o desejo de assumir total controle sobre as projeções. Eu precisei amadurecer e entender que fazia parte de um grupo de trabalho, e que eram eles, os Espíritos amigos, quem me

orientavam e dirigiam os desdobramentos para que fossem produtivos para mim e para o trabalho a ser desenvolvido.

Relato isso aos amigos leitores para que entendam o equilíbrio que deve nortear o desenvolvimento dessa faculdade. O candidato deve, sim, treinar todas as técnicas e procurar aquela que o faça sentir-se melhor; aliás, muitas vezes acaba desenvolvendo um *mix* próprio de técnicas. Mas, não deve se esquecer do desenvolvimento da moral por meio da reforma íntima e prática da caridade, para que, assim, esteja em sintonia com os amigos espirituais e receba a orientação e a proteção necessárias.

O desenvolvimento psíquico, por meio do treino perseverante e ininterrupto das técnicas, capacitará a mente do projetor para melhor aproveitar os desdobramentos realizados. Mas, não alimentemos o desejo de ir além do que é produtivo e construtivo.

A interação com o mundo espiritual traz os efeitos colaterais relatados neste livro, como a saudade intensa de entes queridos que partiram ou o desprezo pela vida física ao experimentar a liberdade e a sensação da vida espiritual, fora do denso vaso físico. Por isso, os amigos espirituais sabem até onde podemos ir para manter nosso equilíbrio emocional, mental, espiritual e físico.

Feitas essas ressalvas, relatarei algumas das técnicas que mais utilizo.

Para treino e realização da decolagem lúcida, sem estar exausto (o que me levaria para o estado mental *delta* rapidamente), deito-me na cama, coberto por um lençol leve ou edredom, a depender da temperatura ambiente. Inicio a técnica da respiração, de três a cinco vezes, até perceber o relaxamento do corpo físico. Após, mentalizo

o relaxamento do corpo físico, da cabeça aos pés, visualizando mentalmente cada parte do corpo (cabeça, face, pescoço, ombros, braço esquerdo, braço direito, tórax, barriga, perna esquerda, perna direita, pé esquerdo, pé direito). Em seguida, mentalizo a energia indo da cabeça aos pés e voltando. Faço uma oração e inicio o processo de repetição mental de autoafirmação: “vou me projetar lucidamente, vou me projetar lucidamente.” Quando percebo que pensamentos oníricos estão surgindo durante a autoafirmação (demonstração de que o estado mental está passando direto de *beta* para *theta*), mentalizo a vibração da glândula pineal e distribuo um choque energético por todos os corpos. Isso traz a consciência para o estado *beta* ou *alpha* novamente. E assim permaneço, na autoafirmação e vibração das energias, até que em determinado momento, ao executar a vibração das energias pela glândula pineal, a consciência volta ao estado *alpha* com o desdobramento em curso e a decolagem é realizada. A decolagem lúcida é uma sensação única e muito difícil de descrever. Agradabilíssima. Durante a decolagem, basta mentalizar a volitação ou ficar em pé próximo da cama e assim ocorrerá.

No período em que buscava realizar a decolagem com frequência, executava também as demais técnicas: “chuveirada hidromagnética” antes de deitar-me; saturação mental do tema desdobramento durante a vigília, ao longo do dia; estimulação do chacra frontal e todos os demais narrados neste livro. Veja, quanto mais o treino é realizado, mais é desenvolvida a capacidade psíquica da pessoa e, por consequência, melhoram as condições para que o desdobramento seja realizado.

Porém, atualmente, em razão de ter desenvolvido a capacidade de diferenciar os sonhos dos desdobramentos, bem como de pular de um sonho para um desdobramento lúcido, não mais treino as técnicas com o objetivo de realizar a decolagem lúcida. Continuo os treinos para desenvolvimento cada vez maior das minhas capacidades psíquicas. Porém, assim os faço com tranquilidade e ciente de que os amigos espirituais sabem os momentos certos do avanço nas visitas ao mundo espiritual.

Além disso, introduzi as técnicas em minha vida diária como algo que contribui para ter uma melhor qualidade de vida. Nesse sentido, reservo todos os dias alguns minutos para meditação e oração. Quando vou tomar banho, dedico alguns minutos rápidos (banho não pode ser demorado, pois precisamos economizar água) para mentalizar o processo da “chuveirada hidromagnética”. Ao deitar-me, faço a técnica da respiração e mentalizo a distribuição das energias nos corpos sutis e limpeza dos chacras, mas não faço mais o processo de autoafirmação e vibração das energias para a decolagem lúcida. Com o padrão vibratório elevado, a saúde mental e espiritual em dia, sei que estarei em sintonia com meus amigos espirituais e, assim, farei os desdobramentos oportunos e produtivos.

Mas, claro, sou um Espírito imperfeito e necessito lapidar muito meus hábitos, pensamentos e condutas. Portanto, em momentos de desequilíbrio emocional, como estresse ou nervosismo, rogo a ajuda dos meus amigos espirituais para que a fase difícil passe e eu retorne para a harmonia. Do contrário, sofrerei com experiências

desagradáveis ao longo do dia e também em desdobramentos lúcidos.

# Mensagem de encerramento

Os pontos positivos e as ressalvas a respeito da projeção lúcida foram tratados ao longo do livro. Porém, voltamos a frisar a necessidade de desenvolver a faculdade em sintonia com a busca pela elevação moral, sublimação de nossos atos e mudança de hábitos. Possuímos potencialidades divinas, mas sem a reforma íntima, não conseguiremos desenvolvê-las.

Quando sentimos as sensações da vida espiritual, na medida certa e em sintonia com os amigos espirituais, fortalecemos nosso ideal de ser pessoas melhores e ajudar na construção de um mundo melhor.

Esperamos que este livro traga alguma contribuição para a Doutrina Espírita a respeito do tema. Mas, sabedores de nossas limitações, rogamos ajuda aos leitores amigos. Não deixem de enviar relatos e opiniões por meio de nossos meios de comunicação (página no *Facebook – A vida no Mundo Espiritual – Breno Costa*, canal no *YouTube – Breno Costa*, conta no *Instagram* – breno.o.t.costa e e-mail – brenocosta@outlook.com).