

ASTRAL PROJEKTION. IV.

I SLUTET AV FÖRRA AVSNITTET TALADE VI OM TANKEN. VI KONSTATERADE ATT "TANKEN ÄR DÄR VI VILL DEN SKALL VARA". DET ÄR EN FORMEL SOM VERKLIGEN KAN HJÄLPA OSS ATT KOMMA UT UR KROPPEN OCH FÖRETA ASTRALA UTFLYKTER. VI REPETERAR.

TANKEN ÄR DÄR MAN VILL ATT DEN SKALL VARA. DEN ÄR UTANFÖR VÅR KROPP OM VI VILL SÅ. LÅT OSS GÖRA EN LITEN ÖVNING. NU ÄR DET ÅTER NÖDVÄNDIGT ATT DU ÄR NÅGONSTANS DÄR DU FÅR VARA ALLDELES I FRED, DÄR INGENTING STÖR. DU SKALL FÖRSÖKA ATT FÅ DIG SJÄLV UTANFÖR KROPPEN. DU MÅSTE VARA ENSAM, DU MÅSTE VARA AVSPÄND OCH FÖR ENKELHETENS SKULL FÖRESLÅR JAG ATT DU LIGGER NED, HELST PÅ EN SÄNG. FÖRSÄKRA DIG OM ATT INGEN KAN KOMMA IN OCH FÖRSTÖRA EXPERIMENTET. NÄR DU KOMMIT I ORDNING, ANDAS LÄNGSAMT OCH TÄNK PÅ EXPERIMENTET. NU SKALL DU KONCENTRERA DIG PÅ EN PUNKT TVÅ METER UPP, RAKT FRAMFÖR DIG, SLUT ÖGONEN, KONCENTRERA DIG, TVINGA DIG ATT TÄNKA ATT DU - DITT VERKLIGA JAG, ASTRALJAGET, LIGGER TVÅ METER OVANFÖR OCH TITTAR NED PÅ KROPPEN. TÄNK! ÖVA! KONCENTRERA DIG! SÅ SMÅNINGOM EFTER TILLRÄCKLIG ÖVNING KOMMER DU ATT ERFARA EN PLÖTSLIG, LÄTT, NÄSTAN ELEKTRISK STÖT, OCH SÅ SER DU PLÖTSLIGT UNGEFÄR TVÅ METER UNDER DIG DIN KROPP LIGGA MED SLUTNA ÖGON.

TILL EN BÖRJAN KOMMER DET ATT FORDRAS EN VERKLIG KRAFTANSTRÄNGNING FÖR ATT UPPNÅ DETTA RESULTAT. DU KANSKE KOMMER ATT KÄNNA DIG SOM INUTI EN VÄLDIG GUMMIBALLONG, TRYCKANDE, TRYCKANDE MOT DEN - SPÄNNANDE UT DESS SIDA UTAN ATT NÅGOT TYCKS HÄNDA. SEDAN TILL SLUT, BRYTER DU PLÖTSLIGT IGENOM OCH DET BLIR EN LÄTT STÖT - KANSKE SOM NÄR MAN STICKER HÅL PÅ EN LEKSAKSBALLONG. BLI DÅ INTE RÄDD ELLER UPPRÖRD, FÖR OM DU BARA KAN HÅLLA SINNET FRITT FRÅN RÄDSLOR SÅ KAN DU GÅ VIDARE OCH VIDARE OCH KOMMER INTE ATT FÅ NÅGRA SOM HELST BESVÄR I FORTSÄTTNINGEN. MEN OM DU BLIR RÄDD KOMMER DU ATT RYCKAS TILLBAKA IGEN I DIN FYSISKA KROPP OCH SEDAN ÄR DET BARA ATT SÄTTA I GÅNG IGEN FRÅN BÖRJAN. - DÅ FÅR DET BLI NÅGON ANNAN DAG, FÖR ATT LYCKAS GENAST PÅ NYTT ÄR MYCKET SVÅRT. DÅ BEHÖVER MAN VILA OCH SÖMN I FÖRSTA HAND.

LÅT OSS DU GÅ VIDARE. VI ANTAR ATT DU KOMMIT UT UR KROPPEN MED DEN HÄR ENKLA OCH LÄTTA METODEN OCH ATT DU STÅR DÄR BREDVID DIN FYSISKA KROPP OCH TITTAR PÅ DEN, UNDRANDE VAD DU NU SKALL TA DIG TILL. BRY DIG INTE OM ATT TITTA PÅ DEN FYSISKA KROPPEN FÖR ÖGONBLICKET. DEN FÅR DU SE OFTA I FORTSÄTTNINGEN! FÖRSÖK I STÄLLET MED DETTA:

LÅT DIG FLYTA UPP I RUMMET SOM EN LÄNGSAMT DRIVANDE SÄPBUBBLA, FÖR NU VÄGER DU INTE ENS SÅ MYCKET SOM EN SÅDAN. DU KAN INTE FALLA, DU KAN INTE SKADA DIG. LÅT DEN FYSISKA KROPPEN LIGGA I FRED. DU HAR FÖRSTÅS PÅ FÖRHAND SETT TILL ATT DEN LIGGER BRA INNAN DU GAV DIG IVÄG. DU MÅSTE HA SETT TILL ATT KROPPEN LIGGER BRA OCH LUGNT, I ANNAT FALL KOMMER DU ATT FINNA ATT NÄR DU KOMMER TILLBAKA SÅ PRICKAR DET I ENA ARMEN, I NACKEN ELLER I EN FOT. SE TILL ATT DET INTE FINNS NÅGRA HÅRDA KANTER SOM KAN PRESSA MOT KROPPEN. OM ENA ARMEN SKULLE HÄNGA ÖVER SÄNGKANTEN KOMMER DEN ATT KÄNNAS "SOMNAD" ELLER FULL AV STICKANDE NÅLAR DÅ DU ÅTERVÄNDER. ÄLLTSÅ ÅTER EN GÅNG: SE TILL ATT KROPPEN LIGGER RIKTIGT BRA INNAN DU GÖR NÅGOT FÖRSÖK ATT LÄMNA DEN.

LÅT DIG ÄLLTSÅ DRIVA IVÄG, FLYT RUNT I RUMMET, LUGNT OCH SAKTA SOM EN SÄPBUBBLA PÅ SVAGA LUFTSTRÖMMAR. UNDERSÖK TAKET OCH STÄLLEN SOM DU I VANLIGA FALL INTE KAN SE. VÄNJ DIG VID DENNA ELEMENTÄRA ASTRALA RÖRELSE TILLS DU ÄR HELT FÖRTROGEN MED DEN. INNAN SÅ SKETT KAN DU INTE KÄNNA DIG SÄKER UTMOMHUS.

VI SKALL TA OM DET HELA IGEN MEN MED NÅGOT ÄNDRAD ORDALYDELSE. DET HÄR MED ASTRAL PROJEKTION ÄR I SJÄLVÄ VERKET EN MYCKET ENKEL SAK. DET FINNS INGA SVÅRIGHETER SÅ LÄNGE DU VERKLIGEN TROR ATT DU SKALL LYCKAS MED DET. UNDER INGA FÖRHÅLLANDEN ELLER OMSTÄNDIGHETER BEHÖVER DU VARA RÄDD. DET HÄR ÄR INGENTING ATT VARA RÄDD FÖR. I DET ASTRALA GÅR DU TILL FRIHET. DET ÄR FÖRST NÄR DU ÄR TILLBAKA I KROPPEN IGEN SOM DU BEHÖVER KÄNNA DIG INSTÄNGD, INSPÄRRAD I LERA, I EN TUNG KROPP SOM INTE ALLS ÄR LYHÖRD FÖR DINA ANDLIGA IMPULSER. NEJ - DET ÄR INGENTING ATT VARA RÄDD FÖR DETTA MED ASTRAL PROJEKTION.

JAG SKALL NU GÅ IGENOM INSTRUKTIONEN IGEN MEN I ANDRA ORD. - DU LIGGER RAKLÅNG PÅ RYGG PÅ SÄNGEN. DU SER TILL ATT VARJE DEL AV KROPPEN ÄR I BEKVÄM VILA OCH AVSLAPP-

HÄR FÅR INTE FINNAS NÅGRA NERVER SOM RYCKER. BENEN FÅR INTE LIGGA I KORS, FÖR I SÅ FALL MÅSTE DET BLI ETT TRYCK JUST DÄR DE/KORSAS SÅ ATT BLODCIRKULATIONEN HÄMMAS OCH DÅ KOMMER ENA ELLER BÅDA BENEN ATT "SOMNA". VILA I LUGN, KÄNN DIG DELÅTEN, DET SKALL INTE FINNAS NÅGRA STÖRANDE TANKAR ELLER INFLYTELSE, DU SKALL INTE VARA OROLIG. TÄNK BARA PÅ ATT FÅ UT ASTRALKROPPEN UR DEN FYSISKA.

SPÄNN AV OCH SLAPPNA AV ÄNNU MERA. TÄNK DIG ATT EN ANDLIG SKEPNAD SOM I STORT SETT ÖVERENSSTÄMMER MED DIN FYSISKA KROPP, SAKTA FRIGÖR SIG FRÅN DEN KÖTTSLIGA KROPPEN OCH FLYTER UPP SOM EN BALLONG EN SOMMARDAG. LÅT DEN SEGLA UPP. HÅLL ÖGONEN SLUTNA, FÖR I ANNAT FALL KOMMER DU ATT DE FÖRSTA TVÅ ELLER TRE GÅNGERNA BLI SÅ ÖVERRASKAD ATT DU RYCKER TILL, OCH EN SÅDAN RYCKNING KAN VARA HÄFTIG NOG FÖR ATT "SPELA IN" ASTRALKROPPEN TILL DEN VANLIGA PLATSEN I KROPPEN IGEN.

MÅNGA RYCKER TILL PÅ ETT EGENDOMLIGT SÄTT JUST NÄR DE HÅLLER PÅ ATT SOMNA. OFTA KAN DET VARA SÅ HÄFTIGT ATT MAN VAKNAR IGEN. DEN RYCKNINGEN ÄR ORSAKAD AV ALLTFÖR SNABB SEPARATION MELLAN DEN ASTRALA OCH DEN FYSISKA KROPPEN. VI HAR JU FÖRUT KONSTATERAT ATT PRAKTISKT TAGET ALLA MÄNNISKOR PROJICERAS ASTRALT NÄR DE SOVER ÄVEN OM GANSKA FÅ HAR NÅGOT MINNE AV SINA NATTLIGA UTFLYKTER. - MEN TILLBAKA TILL ASTRALKROPPEN IGEN.

TÄNK DIG ATT ASTRALKROPPEN GRADVIS, LÄTT SKILJER SIG FRÅN DEN FYSISKA OCH DRIVER UPPÅT KANSKE EN ELLER EN OCH EN HALV METER ÖVER DEN FYSISKA. DÄR HÄNGER DEN STILLA SVAJANDE. DU KANSKE HAR KÄNT DEN KÄNSLAN ATT SVAJA JUST NÄR DU SOMNAT. DET ÄR DEN ASTRALA SVAJNINGEN. SÅ HÄNGER DEN DÅ DÄR OVANFÖR DEN FYSISKA KROPPEN LÄTT SVAJANDE OCH ÄR FÖRENADE FRÅN NAVELN TILL DEN FYSISKA KROPPENS NAVEL MED SILVERSTRÄNGEN.

TITTA INTE FÖR INGÅENDE, HAR JAG REDAN VARNAT. OM DU BLIR UPPRÖRD SÅ KAN DU RYCKA TILL OCH DÅ KAN ASTRALKROPPEN RYCKAS TILLBAKA I DET FYSISKA SKALET OCH DU FÅR BÖRJA OM PÅ NYTT VID ETT ANNAT TILFÄLLE. MEN NU ANTAR VI ATT DU LYDER MIN VARNING OCH INTE RYCKER TILL - DÅ KOMMER ASTRALKROPPEN ATT FÖRBLI SVÄVANDE UNDER EN LITEN STUND. BRY DIG INTE OM DET. LIGG LUGNT OCH STILLA OCH ANDAS HELT LÄTT, FÖR DETTA ÄR FÖRSTA GÅNGEN DU ÄR UTE OCH DU SKALL TA DET FÖRSIKTIGT. KOM IHÅG - DET ÄR DEN FÖRSTA MEDVETNA UTFLYKTEN.

OM DU INTE ÄR RÄDD OCH INTE RYCKER TILL SÅ KOMMER ASTRALKROPPEN ATT DRIVA IVÄG TILL ÄNDEN ELLER SIDAN AV SÄNGEN, HELT SAKTA OCH UTAN NÅGON SOM HELST RYCKNING ELLER STÖT. SÅ KOMMER DEN ATT SJUNKA TILLS FÖTTERNA RÖR VID, ELLER NÄSTAN VID GOLVET. NÄR DEN "LANDNINGEN" ÄR ÖVERSTÖKAD KOMMER ASTRALKROPPEN ATT KUNNA TITTA TILLBAKA PÅ DEN FYSISKA OCH SIGNALERA TILLBAKA VAD DEN SER.

DU FÅR EN MYCKET OBEHAGLIG KÄNSLA NÄR DU STÅR OCH TITTAR PÅ DIN EGEN FYSISKA KROPP OCH JAG VILL UNDERSTRYKA ATT DET OFTA ÄR EN MYCKET FÖRÖDMJUKANDE ERFARENHET. MÅNGA AV OSS HAR EN ALLDELES ORIKTIG UPPFATTNING OM HUR VI SER UT. MINNS DU NÄR DU FÖRSTA GÅNGEN HÖRDE DIN RÖST PÅ EN BANDSPELARE? HAR DU VÄRIT MED OM DEN ERFARENHETEN SÅ FÖRSTÅR DU VAD JAG MENAR. MAN KAN OFTA INTE TRO ATT DET ÄR MAN SJÄLV SOM HAR EN SÅ FÖRSKRÄCKLIG RÖST. MAN KAN TRO ATT DET ÄR ETT SPRATT, ELLER NÅGOT FEL PÅ BANDSPELAREN.

DETTA ÄR DOCK ETT INTET MOT FÖRSTA GÅNGEN MAN SER SIG SJÄLV VIA ASTRALKROPPEN! DU KOMMER ATT STÅ DÄR I DIN ASTRALKROPP MED FULLT MEDVETANDE OCH TITTA PÅ DIN VILANDE FYSISKA KROPP. DU KOMMER ATT BLI FÖRSKRÄCKT. DU KOMMER INTE ATT TYCKA OM UTSEENDET PÅ DEN DÄR KROPPEN. ÄNSIKTETS LINJER KOMMER ATT CHOCKA DIG OCH OM DU SKULLE LUTA DIG FRAM OCH SE IN I DITT EGET SINNE KOMMER DU ATT SE SVAGHETER OCH KONSTIGHETER SOM KAN FÅ DIG ATT HOPPA TILLBAKA IGEN I DEN FYSISKA KROPPEN I REN FÖRSKRÄCKELSE! - MEN ANTAG ATT DU KLARAT AV DETTA FÖRSTA FÖRSKRÄCKANDE MÖTE MED DIG SJÄLV, VAD KOMMER SEDAN? DÅ MÅSTE DU BESTÄMMA DIG VART DU SKALL TA VÄGEN, VAD DU VILL GÖRA, VAD DU VILL SE. ENKLAST ÄR ATT BESÖKA NÅGON VÄN SOM DU KÄNNER VÄL TILL, KANSKE EN SLÄKTING SOM BOR I EN STAD I NÄRHETEN. FÖRST SKALL DU VÄLJA EN PERSON SOM DU OFTA BRUKAR BESÖKA, FÖR DU MÅSTE FÖRESTÄLLA DIG PERSONEN I DETALJ, FÖRESTÄLLA DIG HUR HAN ELLER HON BOR OCH HUR MAN FÄRDAS FÖR ATT KOMMA DIT. KOM IHÅG, ATT DET ÄR HELT NYTT FÖR DIG - NYTT ATT GÖRA MEDVETET. DET ÄR DÄRFÖR BÄST ATT FÖLJA JUST DEN VANLIGA VÄG SOM DU BRUKAR ANVÄNDA NÄR DU FÄRDAS I DIN FYSISKA KROPP.

LÄMNA NU RUMMET MED DIN SOVANDE KROPP OCH GE DIG UT PÅ GATAN. VAR INTE OROLIG, FÖR NÄR DU FÄRDAS ASTRALT ÄR DET INGEN SOM KAN SE DIG. SÅ FÖRESTÄLLER DU DIG

VILKEN VÄG DU SKALL TA OCH SÅ KOMMER DU ATT MÄRKA ATT DIN ASTRALKROPP FÖRT DIG TILL DIN VÄNS HUS MYCKET SNABBARE ÄN NÅGOT KÄNT SAMFÄRDSMEDEL.

MED ÖVNING KOMMER DU ATT KUNNA RESA VART SOM HELST. SJÖAR, OCEANER ELLER BERG KAN INTE BJUDA NÅGRA HINDER. ÄLL VÄRLDENS LÄNDER OCH STÄDER KAN DU BESÖKA NÄR DU VILL.

NÅGRA BRUKAR UNDRÄ, "MEN OM MÄN INTE KAN HITTA TILLBAKA? HUR GÅR DET DÅ?" SVARET ÄR ATT DET GÅR INTE ATT KOMMA VILSE. DET ÄR ALLDELES OMÖJLIGT ATT KOMMA BORT, OMÖJLIGT ATT SKADA SIG ELLER ATT FINNA ATT NÅGON ANNAN TAGIT HAND OM KROPPEN DÄR HEMMA. OM NÅGON KOMMER I NÄRHETEN AV DIN KROPP MEDAN DU ÄR PÅ EN ASTRAL UTFLYKT, SKICKAR KROPPEN EN VARNING GENOM SILVERSTRÄNGEN OCH DU VINDAS HEM MED SNABBHETEN HOS TÄNKEN. INGEN SKADA KAN SKE DIG, DET ENDA ONDA ÄR RÄDSLA. VAR DÄRFÖR INTE RÄDD, MEN EXPERIMENTERA OCH DU SKALL FINNA ATT ALLT DU VILL SKALL KUNNA FÖRVERKLIGAS I ASTRALVÄRLDEN.

NÄR DU ÄR I DET ASTRALA KOMMER DU ATT FINNA ATT ALLA FÄRGER BLIR MYCKET MER LYSANDE ÄN NÄR DU SER DEM GENOM DE FYSISKA ÖGONEN. ÄLLT KOMMER ATT SKIMRA AV LIV. DU KOMMER TILL OCH MED ATT SE PARTIKLAR AV "LIV" OMKRING DIG SOM FLÄCKAR. DET ÄR JORDENS VITALITET, OCH SOM DU PASSERAR GENOM DEN KOMMER DU ATT TA UPP STYRKA OCH MOD.

EN SVÄRIGHET ÄR DENNA: DU KAN ALDRIG TA NÅGOT MED DIG! DET KAN VISSERLIGEN VARA MÖJLIGT ATT DU MATERIALISERAR DIG INFÖR EN CLAIRVOYANT PERSON - MEN DET FORDRAR MYCKEN ÖVNING. ÄNNARS ÄR DET HELLER INTE NÅGON SOM KAN SE DIG.

OM DU ÄR PÅ EN ASTRAL UTFLYKT OCH VILL ÅTERVÄNDA, SKALL DU HÅLLA DIG LUGN. TÄNK BARA PÅ DIN KROPP, TÄNK ATT DU ÄR PÅ VÄG TILLBAKA. JUST DÅ KAN DU FÅ KÄNNA SOM EN SUSNING AV FART, MEN DU KAN OCKSÅ FINNA ATT DU PÅ ETT ÖGONBLICK BLIVIT FÖRFLYTTAD TILL DITT RUM, DÄR DU FINNER DIG SVÄVANDE NÅGON METER OVANFÖR DIN KROPP. DU SVÄNGER SAKTA, SOM NÄR DU JUST HADE LÄMNAT KROPPEN. LÅT DIG NU SAKTA SJUNKA NED, MYCKET, MYCKET SAKTA, FÖR DE TVÅ KROPPARNA SKALL SYNKRONISERAS.

SKÖTER DU DET HELA RÄTT SÅ SJUNKER DU IN I DIN KROPP LUGNT OCH STILLA UTAN RYCK ELLER STÖTAR ELLER DARRNINGAR. DEN ENDA KÄNSLAN ÄR ATT KROPPEN ÄR EN KALL TUNG MASSA.

SKULLE DU FUMLA PÅ NÅGOT SÄTT SÅ ATT DE TVÅ KROPPARNA INTE BLIR EXAKT SYNKRONISERADE, ELLER OM NÅGON SKULLE AVBRYTA DIG OCH STÖRA DIG SÅ ATT DU KOMMER TILLBAKA MED ETT SPRÅNG, KOMMER DU ATT MÄRKA ATT DU FÅTT EN SLAGS MIGRÄNLIKLANDE HUVUDVÄRK. FÖRSÖK DÅ ATT SOMNA ELLER FÖRSÖK KOMMA UT I DET ASTRALA TILLSTÅNDET IGEN. INNAN DE TVÅ KROPPARNA ÄR ALLDELES SYNKRONA OCH INPASSADE BLIR DU INTE AV MED HUVUDVÄRKEN. MEN DEN ÄR INGET ATT OROA SIG FÖR. ENKLASTE BOTEMEDEL ÄR EN SMULA SÖMN - BARA NÅGRA ÖGONBLICK ÄR NOG - ELLER ATT GÅ TILLBAKA UT UR KROPPEN OCH GÖRA EN NY BÄTTRE ÅTERKOMST.

NÄR DU VÄL KOMMIT TILLBAKA KOMMER DU ATT FINNA KROPPEN STYV. DET ÄR UNGEFÄR SOM ATT SÄTTA PÅ SIG EN KOSTYM SOM MAN TAGIT AV GENOMSUR DAGEN INNAN OCH SOM ÄNNU INTE HUNNIT TORKA. TILLS DU BLIVIT VAN SÅ ÄR DET VISST INGEN LYCKLIG KÄNSLA ATT VARA TILLBAKA I DEN FYSISKA KROPPEN IGEN. DE STRÄLANDE FÄRGERNA SOM DU SER I DET ASTRALA HAR DÄMPATS. MÅNGA FÄRGER HAR HELT FÖRSVUNNIT. MÅNGA LJUD DU HÖRDE I DET ASTRALA FÖRSVINNAR NÄR DU ÄR TILLBAKA I DEN FYSISKA KROPPEN. MEN DET ÄR INGET ATT GRUBBLA PÅ. DU ÄR HÄR PÅ JORDEN FÖR ATT LÄRA DIG EN LÄXA, OCH NÄR DET ÄR GJORT OCH DIN JORDISKA UPPGIFT FULLBORDATS, DÅ SKALL DU BLI FRI FRÅN JORDENS OCH DEN FYSISKA KROPPENS BAND. NÄR DU LÄMNAR KROPPEN FÖR GOTT, NÄR SILVERSTRÄNGEN BRIS-TER, DÅ FÅR DU KOMMA TILL EN VÄRLD LÅNGT DÄR OVAN, TILL ASTRALVÄRLDEN.

ÖVA DIG OCH ÖVA IGEN! HÅLL DIG FRI FRÅN RÄDSLA FÖR OM DU INTE ÄR RÄDD FINNS DET INTET ATT VARA RÄDD FÖR. INTET ONT KAN HÄNDA, ENDAST GLÄDJE.

I.T.

-0-0-0-0-0-0-0-0-