

Ciência e Espiritualidade — Perguntas e Respostas sobre Projeção Astral

A visão com os olhos fechados e o despertar do corpo sutil

Tópico: Existe uma experiência em que a pessoa, ao deitar-se e relaxar profundamente, começa a enxergar o próprio quarto mesmo com os olhos fechados, com a mesma nitidez de quem os tem abertos. Isso acontece porque o corpo físico entra num relaxamento profundo e a consciência se interioriza, mas sem ainda se desprender do corpo. É como se a percepção ficasse presa à visão do ambiente físico, porém independente dos olhos de carne. O fenômeno não é sonho nem alucinação, e costuma vir acompanhado de lucidez, pois a pessoa sabe que poderia se mover, sabe que está em estado de relaxamento extremo, e percebe que a percepção continua ativa enquanto o corpo dorme. Esse tipo de ocorrência costuma ser um primeiro esboço do desenvolvimento da clarividência, uma vez que a consciência começa a funcionar fora do corpo adormecido. Ficar imóvel e quieto é decisivo nesses momentos, porque qualquer movimento interrompe o processo e a percepção se desfaz. As horinhas de maior relaxamento são justamente aquelas em que a consciência está mais livre, uma espécie de degrau inicial da projeção, em que a percepção se descola da visão física antes do desprendimento total.

Pesquisa Teosófica: No livro O Plano Astral, Charles Leadbeater ensina que, quando o corpo astral se desliga do físico durante o sono, “qualquer indivíduo dotado de clarividência poderá verificar, também neste caso, a existência de uma forma semelhante ao corpo físico, circundada pela aura”. Ele explica ainda que a maior parte dos seres humanos passa pelas horas de sono flutuando no corpo astral num estado mais ou menos inconsciente, mas que “todas as pessoas cultas, pertencentes às raças mais elevadas do globo, têm já hoje os sentidos astrais bastante desenvolvidos, de modo que, se estivessem suficientemente atentas para poder examinar as realidades que as cercam durante o sono, estariam em condições de as observar e de tirar delas proveitosas lições”. No livro A Ciência Oculta, Rudolf Steiner registra que “a vida anímica comum está ligada aos instrumentos do corpo; a vida anímica fortalecida se liberta deles”.

A dica de aprofundamento é estudar, no livro Um Estudo sobre a Consciência, o capítulo sobre o corpo astral ou de desejos e a aurora da consciência no plano astral, porque ali o mecanismo pelo qual a percepção se descola do corpo físico aparece descrito passo a passo.

A polarização política e a energia que adoece

Tópico: Em períodos de disputa política intensa, o ambiente coletivo fica saturado de raiva e de uma energia que arrasta para baixo. Posicionar-se é legítimo, pois quem sente que deve lutar

pelo que acredita pode e deve fazê-lo, mas entrar na raiva e no desprezo pelo outro é o que adoece. A polarização tem um lado revelador, pois mostra que as pessoas deixaram de aceitar passivamente as coisas e querem mudar, mas o ser humano, ao despertar, tende a despertar para a guerra, para o tudo ou nada, para o “quem não está comigo está contra mim”. Essa energia é indutiva e atrai para a baixa frequência; quem tem depressão, bipolaridade ou sensibilidade emocional sai pior. Ela alimenta também seres desencarnados que se nutrem desse tipo de vibração. O discernimento está em manter as próprias convicções sem diminuir o outro, entendendo que a realidade de cada pessoa foi moldada pela vida que ela teve e que não se convence alguém pela raiva. Instituições, como as casas espíritas, devem ser sensatas e não se posicionar como corpo, embora cada pessoa, individualmente, tenha o direito de se manifestar com respeito e prudência. O artista e o músico também carregam responsabilidade, porque tudo o que fazem tem consequência, e o ódio atraído sobre si acaba pesando na frequência e na saúde.

Pesquisa Teosófica: No livro *A Sabedoria Antiga*, Annie Besant descreve o Kama-loka como a “região que representa e inclui as condições descritas como existentes nos vários infernos, purgatórios e estados intermediários”, e observa que “no mundo astral, o caráter se expressa na forma, e o homem repleto de paixões malignas aparenta todas elas; os apetites bestiais moldam o corpo astral em formas bestiais”. Ela acrescenta que os pensamentos de outros, moldados da mesma forma, atuam

sobre nós e “intensificam os pontos em que concordamos com o nosso ambiente e aplainam as diferenças”. No livro O Oceano da Teosofia, William Judge ensina que a atmosfera que criamos com nossos pensamentos e sentimentos retorna sobre nós mesmos, pois cada um vive cercado pelas próprias emanções.

A dica de aprofundamento é examinar, no livro A Sabedoria Antiga, a seção dedicada ao Kama-loka, para compreender como os apetites e as paixões cultivadas em vida determinam a matéria que a alma atrai para si.

Anjo guardião e mentor — a mesma hierarquia vista de dois ângulos

Tópico: Anjo guardião e mentor costumam ser, na prática, a mesma presença, embora os termos carreguem matizes diferentes. Quando se fala em anjo, abre-se um leque de direções, pois há o anjo que é um ser de hierarquia ampla e que não encarna, e há o uso do termo para designar o próprio mentor como se fosse um anjo. O mentor é aquele mais conectado à pessoa, que acompanha de perto a sua caminhada; o ser de hierarquia mais vasta atua em uma esfera maior e transmite as mensagens aos próprios mentores, em vez de falar diretamente a cada pessoa, porque está mais apto a esse tipo de orientação. No geral, o guardião e o mentor apontam para a mesma função, a de amparar e orientar o encarnado, ainda que em graus diferentes de proximidade e de hierarquia. Compreender essa diferença ajuda a distinguir a ajuda íntima e constante da

orientação mais ampla que desce pela cadeia dos seres que velam pela evolução humana.

Pesquisa Teosófica: No livro *Os Mestres e a Senda*, Charles Leadbeater trata da existência dos Mestres e da “responsabilidade do Instrutor”, mostrando como uma hierarquia de seres mais evoluídos conduz a evolução humana. No livro *O Conhecimento dos Mundos Superiores*, Rudolf Steiner descreve o “guardião do limiar” e ensina que a aquisição da continuidade da consciência é fruto de uma preparação interior constante. Ele escreve que “o dom da clarividência só se apresenta quando estão reprimidas todas as características que impedem as respectivas faculdades latentes de virem à luz”. No Glossário Teosófico, Helena Blavatsky registra os Devas como uma das grandes classes de seres que habitam a hierarquia da natureza, ao lado de homens, Asuras e outras ordens.

A dica de aprofundamento é ler, no livro *Os Mestres e a Senda*, o capítulo sobre o caminho até o Mestre, porque ali está descrita a relação de amparo e de responsabilidade entre quem orienta e quem é orientado.

Ataques de espíritos — repetição, sintonia e ectoplasmia

Tópico: Agressões de ordem espiritual existem, mas não atingem a pessoa a qualquer hora nem de qualquer maneira. Quando se encarna, o corpo físico prende a consciência a uma camada dimensional muito densa, a da carne e do sangue, e

isso limita muito o que um espírito desencarnado pode fazer. Para que um ataque se concretize, precisa haver proximidade de frequência e uma certa ectoplasmia com a pessoa, ou seja, uma sintonia que abre passagem. O processo costuma acontecer por repetição, pois o agressor insiste até que o pensamento ou a emoção encaixe, usando imagens e sugestões que encontram eco nos medos, ciúmes e feridas da pessoa. Só quando esse gancho emocional se fecha é que ele consegue acertar com mais força, sugerindo pensamentos negativos, apertando a região do coração ou insuflando dúvida. Existe um componente neurológico nisso, pois a emoção enraizada libera uma descarga forte de neurotransmissores, e é essa reação que o agressor procura provocar. Um pensamento que atravessa sem encontrar porta nenhuma simplesmente se desfaz e vai embora. Portanto, o que sustenta o assédio não é o poder do agressor, mas a abertura que a própria pessoa oferece pela via emocional.

Pesquisa Teosófica: No livro O Plano Astral, Charles Leadbeater mostra que, justamente na matéria do seu corpo astral, o homem “colhe a essência elemental correspondente” e que, quando ao morrer abandona o plano físico, as forças desintegrantes da natureza começam a agir sobre esse corpo. Ele explica que “a duração da permanência de um indivíduo em qualquer das subdivisões do plano astral é rigorosamente em função da quantidade de matéria dessa subdivisão, subsistente no seu corpo astral, e, por sua vez, depende do gênero de vida que levou na terra, dos desejos que acalentou e da espécie de matéria que, com o seu procedimento, atraiu para si”. No

Glossário Teosófico, Helena Blavatsky ensina que a forma astral ou linga sharira é uma entidade real, diferente do corpo-pensamento, que é uma ilusão temporária criada pelo pensamento e pela vontade.

A dica de aprofundamento é comparar, no livro O Plano Astral, as passagens sobre as diferentes categorias de seres no plano astral e como cada uma atrai a matéria correspondente ao seu próprio desejo.

Trauma, medo e as proteções que o ambiente exige

Tópico: Sentir medo de deixar o pescoço exposto, de fechar os olhos perto de pessoas estranhas ou de ter as costas voltadas para o movimento pode ter duas raízes ao mesmo tempo. Uma é o trauma real, sobretudo em quem já sofreu acidentes na cabeça ou no rosto e carrega a memória do perigo. A outra é a leitura lógica do ambiente, porque em muitas cidades grandes não é prudente andar com o celular à mão, ficar distraído na ponta da calçada ou de costas para a rua. Não se trata apenas de sensibilidade psíquica: há situações em que a percepção de risco é uma adaptação inteligente, e a pessoa que já viveu ambientes violentos desenvolve um radar afinado. O cuidado com o corpo e com a atenção no espaço físico é, em si, uma forma de proteção. O equívoco está em confundir proteção com paralisia, ou seja, em deixar que o medo feche a pessoa por completo. O caminho é discernir o que é trauma a tratar do que é

lógica a respeitar, mantendo a atenção viva sem viver em pânico.

Pesquisa Teosófica: No livro *A Ciência Oculta*, Rudolf Steiner explica que a vida anímica comum está ligada aos instrumentos do corpo e que só a vida anímica fortalecida se liberta deles, o que mostra como as impressões do corpo físico moldam a percepção psíquica. No livro *O Conhecimento dos Mundos Superiores*, ele ensina que a calma interior é uma das primeiras condições para a disciplina oculta, porque a agitação e o medo desordenam as forças que deveriam ficar sob controle. No Glossário Teosófico, Helena Blavatsky define a *linga sharira* como o duplo astral do homem, a sombra que reproduz o corpo e o mantém ligado à matéria terrestre, o que ajuda a entender por que o corpo físico condiciona tanto a experiência da consciência.

A dica de aprofundamento é reler, no livro *O Conhecimento dos Mundos Superiores*, as passagens sobre as condições para a disciplina oculta e o cultivo da calma interior, pois ali o equilíbrio entre atenção e serenidade aparece como base de todo trabalho psíquico.

As prisões do umbral — os vales e o controle das mentes

Tópico: No plano astral inferior existem regiões de aprisionamento e de domínio, comparáveis aos vales que têm dono, em que cada território é controlado por uma força que se apossa dos que ali caem. Esses lugares funcionam como uma

indústria de prisão, de dominação e de vampirização energética, com sistemas de punição sem o limite da morte, porque ali ninguém morre. Há relatos de regiões lamacentas, com aglomerados de seres acorrentados e vigiados por entidades de aparência monstruosa, e de vales que concentram multidões de espíritos sob o controle de um único senhor. O mecanismo se repete no plano físico e no astral: tirar da pessoa a capacidade de pensar e de se organizar deixa-a apenas com a raiva e o medo, e assim ela se torna controlável. A saída não vem de uma revolta coletiva, porque a consciência ainda baixa de cada um faz com que todo movimento de libertação acabe gerando um novo tirano. O caminho é a educação da consciência, vida após vida, até que ela se abra e deixe de sustentar o próprio cativeiro.

Pesquisa Teosófica: No livro *A Sabedoria Antiga*, Annie Besant descreve o Kama-loka como a região dos estados intermediários e observa que “sua repulsividade é muito aumentada pelo fato de que, no mundo astral, o caráter se expressa na forma, e o homem repleto de paixões malignas aparenta todas elas”. No Glossário Teosófico, Helena Blavatsky registra que as almas dos avaros e dos egoístas são chamadas de Prétas, os demônios famintos, e que é em Kama-loka que os Prétas se encontram, segundo os ensinamentos esotéricos. No livro *O Plano Astral*, Charles Leadbeater mostra que a permanência em cada subdivisão astral depende da matéria de desejo que o indivíduo acumulou, de modo que a vida levada na terra determina a região em que a alma se detém.

A dica de aprofundamento é confrontar, no livro *A Sabedoria*

Antiga, as páginas sobre as subdivisões do Kama-loka com a definição de Prétas no Glossário Teosófico, porque a leitura conjunta mostra como a condição interior constrói o ambiente em que a consciência se prende.

A evolução da consciência animal e os resgatadores

Tópico: Os animais não estão fora do processo evolutivo, e sim numa etapa dele. Existem bichinhos cuja inteligência e sensibilidade quase alcançam o limiar humano, e outros que ainda expressam instintos mais duros, o que mostra que a consciência animal também avança por graus. Uma criatura extremamente apegada às pessoas, que aprende, se organiza e demonstra fidelidade, revela um nível de consciência mais desenvolvido, enquanto outros permanecem presos a reações mais brutas. Aqueles que, em vida, se dedicam visceralmente aos animais, resgatando, abrigando e cuidando deles, desenvolvem uma conexão de frequência tão forte que, ao desencarnar, naturalmente passam a trabalhar com eles em outras esferas, em cidades destinadas ao acolhimento dos bichinhos e ao trato com os elementais. Essa conexão é anterior às palavras, pois há gatos que se aproximam de quem nunca viram e cães que se afastam de quem não lhes agrada. Fazer o bem a quem não é igual a nós é um sinal de amplitude de consciência, porque exige empatia sem retribuição e sem identidade.

Pesquisa Teosófica: No livro *A Sabedoria Antiga*, Annie Besant ensina que “no reino animal, o corpo astral é mais desenvolvido, alcançando nos membros superiores desse reino uma organização suficientemente definida para coesionar por algum tempo após a morte do corpo físico e para levar uma existência independente no plano astral”. Ela explica ainda que os espíritos da natureza “edificam os minerais, guiam as energias vitais nas plantas e, molécula por molécula, formam os corpos do reino animal”. No Glossário Teosófico, Helena Blavatsky registra os Djin como os elementais, ou espíritos da natureza, gênios, revelando a ordem de seres que auxilia na construção e no cuidado das formas vivas.

A dica de aprofundamento é ler, no livro *A Sabedoria Antiga*, as seções sobre a evolução das almas-grupo no reino animal, porque ali se compreende como a consciência desce lentamente pelos reinos até conquistar individualidade.

Equalizar-se ao ambiente — densificação e as leis do mergulho

Tópico: Quem desenvolveu uma frequência alta costuma sofrer ao entrar em ambientes densos, como centros comerciais, shows, faculdades e grandes aglomerações. A dor na região frontal da cabeça, nesses casos, é sinal de captação excessiva, e há um gesto simples que fecha temporariamente essa entrada, embora fechá-la não resolva a causa. A solução de fundo é aprender a se equalizar ao ambiente, aceitando que, enquanto

se está ali, se faz parte dali, em vez de ficar fingindo que não está. Do mesmo modo, quem mergulha na água sofre com a pressão crescente, que esmaga os gases contidos nas células, e só deixaria de sofrer se igualasse sua densidade à do ambiente. Quando a pessoa é demasiado diferente do meio, o próprio meio a agride; quando ela se ajusta de forma inteligente, o ataque cessa porque não há mais nada a esmagar. Isso não significa aderir ao que é errado, mas parar de agredir o ambiente com a própria rigidez. Adequar-se é se aproximar sem se perder, e é assim também que se atravessa regiões astrais densas sem ser destruído por elas.

Pesquisa Teosófica: No livro O Plano Astral, Charles Leadbeater mostra que a maior parte dos estudantes de ocultismo “considera a exploração desta região uma árdua tarefa, porque nela se sente como que uma sensação de densidade e de materialidade grosseira que se torna imensamente repugnante ao corpo astral, que alcançou a libertação”. No livro A Sabedoria Antiga, Annie Besant explica que “somos todos dominados pela nossa atmosfera nacional, isto é, por aquela porção do mundo astral imediatamente ao nosso redor”, e que os pensamentos ao redor atuam sobre nós até imprimir em nós o seu selo. No livro A Ciência Oculta, Rudolf Steiner registra que as forças do corpo etérico, por si próprias, não se iluminam com a luz da consciência, sendo necessário um corpo astral em estado de vigília para animá-las.

A dica de aprofundamento é estudar, no livro A Sabedoria Antiga, a passagem sobre o modo como o ambiente astral molda

os que nele vivem, pois a ideia de equalização com o meio fica aí demonstrada com precisão.

Coma, estado vegetativo e o contrato com a Terra

Tópico: Pessoas em coma ou em estado vegetativo estão, em grande parte, mais aptas a sair do corpo do que quem está saudável, porque o corpo parado e a consciência liberta facilitam o desprendimento. Ainda assim, é difícil afirmar com certeza o que elas experimentam, pois a experiência oscila entre as medicações, a proximidade física dos familiares, as emoções ao redor e a libertação total. Quem chega a esse estado costuma permanecer por respeito, reconhecendo que o tempo e o espaço devem ser respeitados e que a Terra emprestou um corpo que precisa ser devolvido com consciência. O corpo não foi feito para ficar parado, e a recuperação é lenta e incerta. A consciência, no entanto, pode se libertar a qualquer momento numa proporção específica, se já aprendeu a fazê-lo. Existe ainda o desligamento voluntário e ético, no qual a pessoa, em plena maturidade mental, se desvincula do corpo de forma consciente, sem tristeza, pela própria vontade, e disso o corpo simplesmente desliga. O que não é ético é o desligamento por banzo, por tristeza ou por colapso interior, em que a consciência se abandona sem domínio. A relação com o organismo deve ser de respeito, pois é possível dialogar com as próprias células e influenciar a própria saúde, como mostram os efeitos de crença e de medo sobre o corpo.

Pesquisa Teosófica: No livro *A Ciência Oculta*, Rudolf Steiner ensina que o corpo físico é incapaz de manter sua forma por meio das forças minerais que contém e precisa ser permeado pelo corpo etérico, e que é o corpo astral que retira a vida do estado de inconsciência. No livro *O Plano Astral*, Charles Leadbeater descreve que, ao morrer, o homem “arroja de si o corpo físico, e quase logo a seguir o duplo etérico, para que possa libertar-se tão cedo quanto possível do corpo astral ou de desejos, e ingressar no mundo-céu”. No Glossário Teosófico, Helena Blavatsky define a Mayavi Rupa como a forma ilusória, o duplo na filosofia esotérica, e o Glossário registra que, após a morte, o Manes, que é o Kama Rupa, desce ao Kama Loka, enquanto o duplo astral permanece ligado à terra pela afinidade com o corpo que foi sua morada.

A dica de aprofundamento é comparar, no livro *A Ciência Oculta*, as passagens sobre o corpo astral com a de *O Plano Astral* sobre a expulsão dos veículos na morte, porque a sequência dos desprendimentos fica clara na leitura cruzada.

Lucidez multidimensional e o treino da projeção regular

Tópico: Projetar-se com regularidade não depende de técnica isolada, mas de manter a lucidez na vida cotidiana. A lucidez pertence ao corpo e é conservada de forma proporcional, o que significa que quem vive disperso, tomado por preocupações e desequilíbrios, dificilmente se projeta com clareza. Manter a

consciência no agora, cuidar do corpo, alimentar-se bem, resolver a vida financeira e manter a paz interior são condições práticas para a projeção. A prática exige treino diário, como o de quem frequenta uma academia, e também sono suficiente, porque o primeiro sono é complexo e sem horas de descanso não há tempo para o desprendimento. Quando o tempo é curto, faz-se a técnica possível e pede-se ajuda aos mentores. A lucidez é comparada a uma dança, em que a música muda e o dançarino precisa acompanhar o ritmo, ou à caminhada de um equilibrista numa corda bamba. Além disso, a lucidez fora do corpo é uma extensão da lucidez no corpo, pois não se tem uma coisa sem a outra: sem clareza e compreensão aqui, não há clareza lá. Dividindo os graus de consciência, chega-se a quatro estados, o consciente fora do corpo, o semiconsciente fora do corpo, o inconsciente fora do corpo e, o mais difícil de todos, o consciente no corpo, justamente porque se vive voltado ao fenômeno externo e se esquece a lucidez do agora.

Pesquisa Teosófica: No livro *Um Estudo sobre a Consciência*, Annie Besant examina os estados humanos de consciência, a subconsciência, a consciência de vigília e a consciência superfísica, mostrando como o mecanismo da consciência se amplia por graus. No livro *O Conhecimento dos Mundos Superiores*, Rudolf Steiner trata especificamente da aquisição da continuidade da consciência e das modificações na vida onírica do discípulo, ensinando que os exercícios interiores são o que sustenta essa continuidade. Ele observa que “muitos ficarão impacientes e com dúvidas por haverem combatido, anos a fio,

algumas particularidades da alma sem que sobreviesse a clarividência”, e que só quando a nova maneira de viver se transforma em hábito aparecem os primeiros vestígios da clarividência.

A dica de aprofundamento é ler, no livro O Conhecimento dos Mundos Superiores, o capítulo sobre a aquisição da continuidade da consciência, porque ali a lucidez aparece como resultado de um esforço constante e não de um dom isolado.

Telepatia, ondas cerebrais e a mega conexão futura

Tópico: Todos os seres vivos emitem sinais, e a ciência já demonstrou fisicamente que o cérebro produz atividade que escapa do corpo. Equipamentos de magnetoencefalografia, que captam as ondas cerebrais sem encostar eletrodos no crânio, mostram que essa emissão ultrapassa a pele, embora ainda se embaralhe no ambiente e não se consiga separar com precisão o que vem de cada pessoa. Compreende-se que um cérebro é capaz de entrar especificamente na frequência de outro, de modo que uma mente lê a outra, ainda que a comprovação por máquinas seja difícil. O cérebro não se limita ao físico, pois existe também o cérebro extrafísico, ou astral, que continua funcionando. A comunicação com os animais segue o mesmo princípio, por identificação de frequência entre seres semelhantes, e é mais fácil com os que se parecem conosco. Num futuro distante, a humanidade caminha para uma mega

conexão, em que se perceberá que as pessoas estão ligadas entre si e que ninguém fica em paz enquanto os outros não estiverem em paz. Quando essa percepção amadurecer, haverá uma preocupação real com o bem-estar coletivo, inclusive com a energia dos ambientes e das cidades.

Pesquisa Teosófica: No livro *Um Estudo sobre a Consciência*, Annie Besant trata da unidade da consciência e mostra que a consciência é, em essência, uma só, embora se manifeste por veículos distintos. No livro *O Conhecimento dos Mundos Superiores*, Rudolf Steiner ensina que “a partir dos sentimentos e dos pensamentos” ligados à observação interior se formam os órgãos de clarividência, do mesmo modo que os olhos e os ouvidos do corpo físico se formam a partir de matéria vivificada. No livro *A Voz do Silêncio*, Helena Blavatsky escreve que “nas ondas do espaço” a alma murmura “Isto sou eu”, advertindo o discípulo de que ela está presa nas teias da ilusão, imagem que liga a vibração do espaço à própria identidade profunda.

A dica de aprofundamento é estudar, no livro *Um Estudo sobre a Consciência*, o capítulo sobre a unidade da consciência, porque ali se fundamenta a ideia de que as mentes separadas são, no fundo, manifestações de uma única realidade.

Gerado por GET HERMES • 2026-10-13 • Saulo Calderon

Bibliografia utilizada: O Plano Astral; A Sabedoria Antiga; A Ciência Oculta; Um Estudo sobre a Consciência; O
Conhecimento dos Mundos Superiores