

## **PRÁCTICA PARA EL DESDOBLAMIENTO ASTRAL. EL SALTITO**

Para lograr el Desdoblamiento Astral es necesario que practiquemos en el día dar saltitos con el deseo de flotar para verificar en qué dimensión nos encontramos. El estar repitiéndolo durante el día, preguntándose en qué dimensión se está, nos ayuda a tomar conciencia, ya que durante la noche se va a repetir lo que hagamos durante el día. Descubriremos que nos encontramos en astral al ver que flotamos.

Si nos acostumbramos, por la mañana, antes de levantarnos de la cama, a dar el saltito siempre que nos incorporemos vamos a ver algo muy interesante. Después que uno se acuesta el Cuerpo Astral se levanta y se va de la cama. Pero si se tiene esta costumbre se dará el saltito y quedará flotando. Entonces saldremos de la habitación desdoblados conscientemente. Uno cae en cuenta: "¡Ah!, estoy en Astral", se voltea a mirar el Cuerpo Físico y ahí lo va a encontrar.

Si una persona, por ejemplo, quiere esta misma noche desdoblarse lo único que tiene que hacer es concentrarse y mantralizar y levantarse cada quince minutos dando el brinco con el deseo de flotar. Si no quedó flotando se vuelve a acostar, mantraliza otros quince minutos y se vuelve a levantar y da el saltito hasta que quede flotando.

LA PRÁCTICA HACE AL MAESTRO. Más adelante podrán suprimir todo. Cuando ya se tiene cierta experiencia, la persona se concentra única y exclusivamente en observar el momento cuando se cambia de la vigilia, del físico, al sueño. Cuando la persona se da cuenta se levanta de la cama y da el brinco, entonces se salta todos los pasos. Pero fíjense que es necesario empezar a entrenar con una determinada disciplina.

Muchos alumnos que han querido comprobar esto en un solo día no han tenido otra alternativa que sentarse en una silla y empezar a practicar: hacen su relajación, como la vamos a hacer ahora, mantralizan un rato y, una vez que lo han hecho, se van parando y dan el saltito con el deseo de flotar. Si no quedan flotando repiten nuevamente el proceso hasta que el Cuerpo Físico esté tan cansado que no se levante. Entonces, el Cuerno Astral sale y uno queda flotando y ve al otro ahí sentado. Se acabó el problema, ya se desdoblaron, ya lo comprobaron, a partir de ese momento todo cambia en la vida de uno.

### **PRACTICA DE DESDOBLAMIENTO CON SALTICO:**

- 1- **CONJURACIÓN** del Belilin
- 2- **CÍRCULO MÁGICO**
- 3- **SÚPLICA** al Padre y a la Madre Divina para que lo asista. (De forma personal, con las palabras que se quiera para hacer la súplica)
- 4- **OBJETIVO** de la práctica.
- 5- **RELAJACIÓN:** hacer una relajación corta observando que todo nuestro cuerpo se encuentre bien, si sentimos alguna parte adolorida nos acomodamos mejor.
- 6- **MANTRALIZAR:** FAAAARRRAAAAAA00000NNNN (durante quince minutos).
- 7- **SALTITO:** verificar en qué dimensión se está: levantarse y saltar con el deseo de flotar.