

Virkeligheten, verdener, gjenstander, vesener og fysiske lover på 4. nivå – Den astrale verdenen

Oppsummering av kapittel 7 - 12 i Barbara Ann Brennans bok
Healing från det inre ljuset – Den skapande processen på fjärde nivån (2018).

Originaltittel: *Core Light Healing - My Personal Journey and Advanced Healing
Concepts for Creating the Life You Long to Live (2017)*



Mennesket har 7 auralag og chakraer. Det 4. nivået er hjertenivået. Det har samme frekvensbånd som den astrale verden, som er der skapelse skjer, slik at vi mennesker også er en del av denne verdenen. Virkeligheten på 4. nivå, astralverdenen, inneholder ulike gjenstander, vesener og fenomener som blir beskrevet i det følgende.

Gjenstander

- **Uoppløste opplevelser fra dette livet** (fortrengte, negative følelsesminner)
- **Uoppløste opplevelser fra tidligere liv**
- **Forbannelser, fortrollinger eller seremonielle gjenstander som** skjold og symboler som er plassert i energifeltet under dette eller tidligere liv, eller plassert i energifeltet hos en forfedre og blitt ført videre gjennom generasjonene.

Energifeltet på 4. nivå hos mennesker pleier å inneholde mange ulike gjenstander fra kamper for lenge siden; sverd, spyd, piler, skjold og kuler. Det kan også finnes kniver der vi er blitt stukket i ryggen, både symbolsk og bokstavelig. Det kan også finnes sår fra dyreangrep, forgiftning og tortur. Så lenge disse opplevelsene ikke løses opp gjennom et personlig indre arbeid, en terapeutisk prosess eller fjernes ved healing, blir de værende der uansett hvor lenge det er siden det skjedde. Jo eldre de er, desto mer komprimerte pleier de å være.

Man kan også finne forbannelser og fortrollinger som er plassert i energifeltet i nåværende eller tidligere liv, eller som har rammet en forfedre og blitt ført videre til kommende generasjoner. De er plassert der gjennom hemmelige ritualer med fokusert energi og den negative hensikten å skade eller å få makt over en annen gjennom å innpode frykt i personen. De svekkes ikke av tidens gang, og kan gjenfinnes hos syke og forstyrrede mennesker.

Vesener

- **Erkeengler** befinner seg på energifeltets høyere åndelige nivåer, det vil si over 4. nivå, men de kan gå til hvilket nivå de vil, også det 4. nivået
- **Engler** kan bevege seg til hvilket nivå som helst, akkurat som mennesker som har nådd bodhisattva-nivået. Mange av dem eksisterer på energifeltets åndelige femte, sjette og sjuende nivå, og også enda høyere opp i frekvensene. Engler er vesener som aldri har inkarnert. De følger Guds vilje naturlig, siden de ikke har fri vilje. Alle engler som Brennan har sett, inkludert skytsengler, har hatt vinger, men det kan komme av at hun identifiserer dem gjennom at de har vinger sier hun.

- **Guider** er vesener som har gått gjennom mange inkarnasjoner og nådd et nivå av modenhet og helhet som gjør at de kan fungere som lærere og veiledere for oss på vår tid på jorden. De har ikke vinger, finnes i alle mulige former og størrelser og kommuniserer til oss gjennom tanker og følelser. Med ekstrasensorisk oppfattelsesevne kan vi se, føle, høre og berøre dem. Vi har mange guider, en hovedguide og i tillegg andre som kommer inn for å lære oss visse ting i noen perioder i vår inkarnasjon.
- **Devaer** ligner på engler, men de tar seg av særskilte aspekter av den fysiske verden, for eksempel å ta hånd om behovene til de som bor på spesifikke, åndelige plasser. Andre tar hånd om særskilte arter.
- **Naturånder** har kontakt med naturens ulike aspekter, som vekster, trær og blomster.
- **Andre vesener** som aldri har inkarnert og som er vanskelige å kjenne igjen, og andre som ikke har inkarnert på jorden men kanskje i andre fysiske system i universet.
- **Mennesker som ikke er inkarnerte**, det vil si personer som befinner seg mellom to liv. De går til ulike plasser på 4. nivåets virkelighet for å lære seg ting før de vender tilbake til en fysisk inkarnasjon. Noen har også gått seg vill og vandrer omkring etter døden.
- **Underpersonligheter** som ikke er integrert i et jeg. Det er deler av vesener som har blitt frikoplet fra helheten og vandrer omkring og leter etter jeget, det vil si å bli integrert igjen.
- **Ikke-inkarnerte dyr, fugler, fiske og så videre.** Dette er også vesener som befinner seg mellom to liv og iblant også villfarne og søkende.
- **Vesener i en dyp tilstand av indre separasjon.** Vanligvis finnes disse på de lavere frekvensene av den fjerde nivåets virkelighet. De ser for det meste ganske groteske ut og forsøker å skremme, mest på grunn av at de selv er redde. De bærer på mange sterke, negative overbevisninger og vurderinger. Derfor kan de også ha negative hensikter og ville skade deg eller få makt over deg, for de får noe ut av det. De har en sterk, dualistisk tro på separasjon og redde for positiv kontakt. Å skade mennesker kan være den eneste formen for kontakt de håndterer. Av og til antar de formen av **små og middelstore djevler**, der utseende avhenger av deres egen tro som igjen avhenger av kulturen de levde i under den siste inkarnasjon.

Tankeformer (psykonoetiske former, PNF-er)

Virkeligheten på 4. nivå, astralverdenen. inneholder tankeformer:

Tankeformer er gjenstander på 4. nivå som er skapt gjennom gjentatte eller fastholdte tanker som bevisst eller ubevisst er gitt og gis energi gjennom følelser og holdninger. De har gjerne ikke en tydelig form, fordi de utgjøres av negative følelser og irrasjonelle tanker som hverken er tydelig formulert eller særlig velorganiserte. De skapes av oss selv og andre mennesker og levende, skapende vesener. De kan inneholde massevis av negative, dualistiske intensjoner. Brennan kaller de PNF-er, psykonoetiske former, siden de består av både tanker og følelser, og ordet tankeform ikke gjenspeiler det. Noetikk er en gren av metafysisk filosofi som omfatter studiet av sinn og intuisjon, og hvordan disse kan virke inn på materien. Psykonoetiske former betyr med andre ord former i den astrale verden som er skapt av mennesket sinn og psykiske kraft, som har evnen til å påvirke materien og levende vesener på jorden.

Jo mer vi fokuserer på, gir følelsesmessig energi til og visualiserer tanker, desto klarere og mer velformulerte blir tankeformene. Dette gjelder også omvendt. Jo mer vi gir energi til og er fiksert ved negative tanker og følelser, desto mer kraftfulle og tydeligere definert blir de negative tankeformene. Disse er spredd over ulike frekvenser av den fjerde nivåets virkelighet og spiller en negativ rolle i det fjerde nivåets verden og gjennom deres påvirkning på mennesker og jorden.

Trossystemverdener

Trossystemverdener er det tibetanske munkene kaller barder. De spenner over alt fra himmel til helvete. De er verdener viss natur avgjøres av de trossystem som råder hos de vesener som bebor dem. Det er gjennom vår egen tro, eller andre veseners tro, at disse skapes. Hensikt og intensjon spiller derfor en viktig rolle for skapelsen av slike verdener, siden hensikter i stå stor grad oppstår ut i fra trosforestillinger.

Det vesterlandske synet på disse verdene er at de er noe utenfor oss selv. Det østerlandske perspektivet er at de eksisterer i vår psyke heller enn å utgjøre fysiske plasser, og at de skapes gjennom vår mangelfulle klarhet og evne til å regulere vår egen bevissthetstilstand, og at de kan løses opp gjennom meditasjonsteknikker. Ut i fra Brennans egne observasjoner, synes trossystemverdene å eksistere i det fjerde nivåets energibevissthet i det menneskelige energifeltet.

Trossystemverdene er underverdener som kan ha kontakt med hverandre og ikke. De behøver ikke eksisterer romlig, for de skapes og opprettholdes av overbevisningene til de vesener som bebor dem. De eksisterer ikke før vesener med liknende hensikter og overbevisninger samles på grunn av deres likheter. Derfor må innvånerne tro på at det er en fysisk plass, før trossystemverdenen faktisk oppstår som en fysisk plass, et trossystemområde. En trossystemverden opprettholdes så lenge det er innvånere som bebor den. Siden vi er så sterkt identifisert med våre fysiske kropp, som vi tror eksisterer i et tredimensjonalt rom, er det vanskelig for oss å forestille oss at noe kan eksistere uten et slikt tredimensjonalt rom. Vi tenker oss f.eks. engler som tredimensjonale vesener. Men er de det? Hvem vet, sier Brennan.

Andre astrale fenomener

Vedheng på eller i menneskets energifelt. I den astrale verden tiltrekker vi oss gjenstander og vesener gjennom det vi tenker, føler og tror på. De kan hake seg fast i energifeltet og strever etter å forsterke trosforestillinger som dere har felles. Slike vedheng (klebeånder) fester seg i energifeltets fjerde nivå; astralnivået, og Brennan har aldri sett dem på andre nivåer. Men siden alt henger sammen, påvirker slike vedheng også de andre nivåene av energifeltet. Om du har en vanskelig relasjon med mye krangel, tiltrekker du deg mange slike vedheng. De forsøker å påvirke deg slik at du krangler enda mer, og henter energi i den negative energien som du selv og den andre sammen skaper. Slik vedheng kan også bidra til å skape smerte og sykdom. Astralformer som er koplet med psykiske og fysiske problemer er ikke bare innbilning. De er faktiske former som består av energibevissthet. De blokkerer energistrømmen og hjelper til å holde negative mønstre på plass, samtidig som de forstyrrer den kreative prosessen i våre liv. Ved å fylle energifeltet med betingelsesløs kjærlighet til deg selv, den andre og vedhengene, kan det være mulig å lykkes med å løse dem opp og frigjøre deg fra dem.

Talisman. Astralkraft skapes gjennom oppmerksomhet som fokuserer den, vilje som opprettholder dens hensikt og sterke følelser som gir den energi, altså at tanke, fornuft og vilje er samstemt i forhold til en intensjon. Denne kraften kan brukes til å skape positive og negative resultater; hjelpe, skade eller utøve makt over andre. Denne kraften kan rettes direkte mot andre, og avstand gjør den ikke svakere. Den kan også rettes mot en gjenstand; en talisman, som da blir ladet opp med den energien du fyller den med.

Svart magi, forbannelser, forheksinger og andre negative intensjoner kan være meget farlige. De virker, og de virker uavhengig av avstand. Men de er avhenge av å utnytte offerets svakheter og manglende forståelse for fenomenet, ved at denne form for energibevissthet søker opp frykt og redsel. Har du frykt for slike fenomener, vil du gi dem energi på det 4. nivået og de vil kunne virke på

deg. Motsatt vil du være beskyttet om du ikke tror at dette eksisterer, eller at du er trygg på at det ikke har noen virkning på deg.

Utenomjordiske vesener. Brennan skriver at hun aldri har sett utenomjordiske vesener i vår tredimensjonale verden, men hun har møtt dem på astralplanet og vært inne i deres romskip.

Ekstrem dualitet i de lavere astralverdenene. De sjeler som befinner seg i de lavere astralverdenene er preget av en ekstrem dualitet. De lider meget fordi de ikke opplever sitt eget lys og kjærligheten til seg selv. Dette er den store smerten i de lavere astralverdenene, det såkalte helvete. Et vesen som ikke elsker seg selv, har gått seg vill i mørket. De er meget vanskelige å nå med kjærlighet, fordi lys og kjærlighet er skremmende for dem. Derfor reagerer de med forsvar eller angrep når lyset kommer. Det de egentlig lider av er en dyp glemsel, og det de egentlig trenger er å omhyllas av ubetinget kjærlighet og høyfrekvent lys full av aksept og tilgivelse for det de er og måtte ha gjort.

Det vi tror på skaper vi på det 4. nivået. Om man i en religion tror på en guddom, eller gudinne, vil vi skape denne guddommen i den astrale verden. Om det man tror på er ren fantasi, vil det likevel bli skapt på det 4. nivået. Slik blir for eksempel også de hinduistiske gudene til levende vesener på det 4. nivået. Brennan forteller at hun blant annet i den astrale verden har møtt en svart Kali med skarpe tenner og lange klør, dødens gudinne i hinduismen. Gjennom loven om at likheter tiltrekker hverandre, klumper liknende energibevisthet seg sammen til større og mer kraftfulle fenomener, slik som trossystemverdenene og det Carl Jung kalte arketyper. Arketyper er sjelelige «urbilder»; ubevisste forestillinger som går igjen fra generasjon til generasjon. De er felles for alle og ikke spesifikke for personen og utgjør det som han kalte vår kollektiv underbevissthet.

Loven om at likheter tiltrekker hverandre

Loven om at likheter tiltrekker hverandre i astralverdenen

Verden og underverdenen i det fjerde nivåets virkelighet tiltrekker seg vesener med likeartede overbevisninger og hensikter, og denne kraften og virker sterkere og raskere i astralverdenen enn i den fysiske verden. Dette gjeler uansett om vesenene er bevisst sine overbevisninger eller ikke. Naturen av en trossystemverden avgjøres av de vesener som skaper verdenen, eller som trekkes inn i den gjennom loven om at likheter tiltrekker hverandre.

Loven om at likheter tiltrekker hverandre i den fysiske verden

Likheter tiltrekker hverandre også i den fysiske verden. Mennesker med liknende overbevisninger og grunnholdninger trekkes mot hverandre og danner vennskap, forsamlinger, foreninger og politiske partier. To mennesker som tror på vold, har stor sannsynlighet for å finne hverandre. Men dualitet gjøre helheten mer komplisert å forstå. Om noen tror på vold som virkemiddel eller føler at de har krav på noe, inneholder denne troen også en motsats som er ikke-vold og det å ikke ha rett på noe. Derfor utspiller personer i disse dualitetene bare en halv rolle. Ved tro på vold kan man enten være overgriper eller offer. Ved en følelse av å ha krav på noe, kan man enten være krever eller offer for dette kravet. Derfor er det ikke uvanlig at man i dette spillet nå og da bytter roller. En som har vært offer for noe, kan senere i livet bli overgriper på samme måte som man selv var utsatt for. Et land som har vært offer for angrep fra et annet, kan på et senere tidspunkt angripe tilbake, slik det utspilte seg gjennom de fransk-tyske kriger og to verdenskriger. En typisk utvikling i en dualitet med krav til en annen er tilbakeholdenhet i starten. Da dette gjerne ikke oppfyller kravet, leder det til mer uttalte krav til den andre parten. Ofte vil heller ikke dette bli fulgt opp, hvilket fører til enda mer høylytte krav og eventuelt bruk av vold, som igjen fører til ytterligere dualitet og separasjon. Mange av oss kan kjenne igjen dette i våre egne liv. Vi kan også tolke Russlands agering etter Sovjetunionens oppløsning

i forhold til Nato og Ukraina å følge denne runddansen. Det hele kan starte hvor som helst i slike sirkler.

Poenget er at krav til andre aldri kan bli oppfylt. Det er slik fordi de i sin natur er dualistiske ved at de krever at egne behov skal oppfylles av en annen. Behov kan bare tilfredsstilles innenfra personen som krever at de skal tilfredsstilles av en annen. Så om du oppdager at du krever noe av en annen, gi det til deg selv, ut i fra deg selv.

- Dette kan du gjøre ved å gi det du krever til deg selv, og tilfredsstill behovet på denne måten. Ønsker du å ha det ryddig, rydd opp selv, selv om det er andre som roter.
- Eller du kan gi det til deg selv ved å endre holdning, slik at du klarer deg selv og har det godt uten at dette behovet blir tilfredsstillt. Aksepter at andre roter og ha et godt liv selv om det er mer rotet enn du kunne ha ønsket. Antakelig har du andre fordeler gjennom forholdet som er viktigere, siden du fortsetter relasjonen. Og selvfølgelig kan du velge en mellomting, å rydde det verste.

Loven om at likheter tiltrekker hverandre og hvordan astralverdenen påvirker den fysiske verden

Fordi vi gjennom det menneskelige energifeltets 4. nivå eksisterer og lever også i astralverdenen, påvirkes vi direkte av astralverdenen og vi påvirker selv denne verdenen. Ubevisst og bevisst innflytelse fra 4. nivå inn i den fysiske verden kan påvirke oss sterk. Alle våre trossystem finner støtte og forsterkning i astralverden og gjennom loven om at likheter tiltrekker hverandre. Gjennom denne loven tiltrekker vi oss både negativ og positiv innflytelse fra astralverdenen. Om våre overbevisninger er dualistiske og usunne får de støtte og forsterkning av de vesener i astralverden som bærer på de samme usunne forestillingene. På samme måte er det med positive overbevisninger og innflytelse.

Om vi går inn i en emosjonell reaksjon eller irrasjonell reaksjon (ER/IR), skaper vi negative, dualistiske livsformer i astralverdenen og tiltrekker oss astralvesener med samme overbevisninger. Slik får vi bekrefter dualiteten vi opplever, det som er opphavet til reaksjonen. Gjennom reaksjonen får vi rettet vår negative eller forvirrede energi mot den andre parten både fysisk, gjennom energi på det 4. nivået og gjennom forsterkning i astralverdenen for å oppnå det som er den underliggende hensikten med ER/IR-en. Tankeformer som skapes gjennom ER/IR-er oppretter og opprettholder en negativ kontakt med personen vi retter dem mot. Om du f.eks. er sint på noen etter noe som har hendt, vedlikeholder dette som et negativt bånd til personen. Om du løser opp sinnet og tilgir, løser du også opp dette negative båndet.

Negative tankeformer som vi skaper blir også værende på fjerde nivå i vårt eget energifelt, selv om vi retter dem mot andre. I tillegg får de et slags eget liv i det fjerne nivåets virkelighet. Da samles med andres liknende negative tankeformer, og blir derved til mer kraftfulle negative tankeformer. De samles til skapende grupper med likeartede hensikter som vi tiltrekker oss hver gang vi har en ER/IR. De kommer med støtte til vår reaksjon og deltar i skapningen av det negative. De vier seg til samme kreative prosess som alle andre skapende vesener, men ut i fra et negativt perspektiv, fordi det er det eneste de kjenner til. Det er rett og slett slik et skapende univers fungerer. Det som et skapende vesen har som intensjon og hensikt, det blir skapt, uansett om det er bevisst eller ubevisst, positivt eller negativt.

Om vi ikke er bevisst våre egne negative trosforestillinger eller negative hensikter tror vi alltid at det er andres feil når det hender negative ting i vårt eget liv. Det kan i og for seg være tilfellet, men om vi tror på det negative vil loven om at likheter tiltrekker hverandre gjøre at vi tiltrekker oss negativitet

og negative hendelser både fra den fysiske verden og astralverdene. Gjennom å bevisstgjøre frykten, mistilliten og/eller grådigheten (egoismen) som ligger bak negative trosforestillinger og holdninger vi har, kan vi komme ut av slike onde sirkler.

Den fysiske verden og astralverdene fortsetter å påvirke hverandre også etter døden. Om du tror at du i grunnen er et dårlig menneske som vil havne i helvete, og du forestiller deg ild og djevler der, så er det der du kommer til å havne på grunn av din overbevisning og din hensikt. Du blir værende der helt til du kommer fram til en bedre overbevisning og hensikt. Om du har andre forestillinger om hva som kommer til å skje etter døden, er det dette du sannsynligvis vil oppleve. Det er slik fordi astralverdenens ulike nivåer skapes av vesener, mennesker og andre, som tror på dem. Men derved kan du også endre din skjebne ved å forandre forestillinger og holdninger. Av denne grunn er det så viktig å bevisstgjøre dine egne underliggende og ofte ubevisste holdninger, følelser og tanker og hvordan de påvirker ditt liv. Det handler om å gjøre det indre arbeidet som trengs for å forstå hvordan de ha oppstått, og så gjøre det som trengs for å erstatte de med positive tanker, følelser og overbevisninger basert på trygghet, tillit og omsorgsvilje – holistiske forestillinger som erstatter de dualistiske du har hatt. Selvinnsikt er med andre ord avgjørende når man har å gjøre med energibevissthet på fjerde nivå, astralverdenen og anvendelse av skaperkraft, fordi vi også skaper gjennom det som er ubevisst i oss.

«Støybåndet» rundt jorden

Alle de dualistiske energibevissthet-livsformene på de lavere frekvensene av det fjerde nivået skaper et «støybånd» rundt jorden. Det kalles gjerne støybåndet rundt jorden, men er heller negativ energi fra dualistisk energibevissthet hos livsformer som finnes på jorden. Om man nærmer seg jorden utenifra, møtes man av et kompakt energifelt av lidelse, smerte, bønner, raseri, sorg, frykt og redsel. Mange av oss som har inkarnert på jorden har kommet hit på grunn av bønnene. Vårt ønske om å hjelpe til og bidra til en helbredelse har brakt oss til denne plass av smerte og lidelse. Vi tok inn smerten og lidelsen da vi inkarnerte, som en måte å hjelpe til med å helbrede de kollektive sårene. I tillegg kom vi selvfølgelig også hit for å løse opp i vår egen dualitet. Støybåndet kan også betraktes som menneskehetens negative, dualistiske, kollektive underbevisste.

Dessverre anvender store deler av menneskeheten dette støybåndet til propaganda. En form for propaganda er reklame. Annonserer drar nytte av våre følelsesmessige og irrasjonelle behov og reaksjonsmønstre for å få oss til å kjøpe det de vil selge. En annen form for propaganda er politisk propaganda. Om en politisk gruppe eller et land vil gjøre noe av tvilsom moral, rettfærdiggjør de gjerne sine overbevisninger og planer gjennom å nøre opp under frykt på fjerde nivået hos befolkningen de vil overbevise. Det typiske er at begge parter i et slikt dualistisk forhold trapper opp frykten og sinnet de sprer i befolkningen gjennom å skyld på motparten, som derved framstår som noe som man må bekjempe. Retorikken gjentas og gjentas av nyhetsmedia og på sosiale media, bare for å selge nyheter og generere klikk. Slik er media med på å skape og forsterke det negative. Dette er meget farlig. Det er slik dyp frykt og mistillit spres. Det slik borgerkrig og krig rettfærdiggjøres og blir forklart som en nødvendighet. Og siden det er slik at når energibevisstheten i det fjerde nivåets virkelighet når en kritisk masse (får nok tilført energi), får det tilstrekkelig stor kraft til å materialiseres i den fysiske verden, f.eks. i form av borgerkrig og krig. Veien ut av dette er at hver og en kommer seg ut av disse negative forestillingene og målbærer dette overfor andre, slik at også de kan komme på andre tanker og utvikle bedre holdninger. Slik vil også de negative tankeformene og trossystemverdene i astralverdenen miste noe av sin styrke, og etter hvert kunne dø ut om ingen lenger tror på dem. For i astralverdenen får våre sterke tanker og overbevisninger form, uansett om de er positive eller negative.

Fysikken i det fjerde nivåets virkelighet

Noen utvalgte punkt fra Brennans beskrivelse av dette:

- Den grunnleggende strukturen i astralverdenen består av tankeformer (psykonoetiske hendelser) som har inntruffet enten i den fysiske verden eller i fantasien.
- En slik hendelse innbefatter tid, plass, bakgrunnsmiljø, gjenstander og vesener.
- Sammen skaper vi det fjerde nivået virkelighet, for at det skal kunne manifesteres i den fysiske verden, både individuelt og kollektivt. Alt som skapes i den fysiske verden må først skapes på fjerde nivå, for det er slik den kreative prosessen fungerer.
- Hendelser vi forestiller oss i fantasien er mulige framtidige hendelser som holder på å skapes.
- Om vi fokuserer følelsesmessig på noe, øker sannsynligheten for at det skal manifestere seg fysisk. Visualiseringsprosessen for tenkte og ønskede hendelser er spesifikk og kan anvendes bevisst for å skape en tilstrekkelig stor kritisk masse for å manifestere dette i den fysiske verden.
- Om noe skal materialiseres fysisk, må fenomenet oppnå en kritisk masse i det kollektive ubevisste hos alle som deltar i skapelsen av dette i det fjerde nivåets virkelighet eller en astral underverden.
- Naturen og fysikken i en astral underverden defineres av overbevisningene i energibevisstheten i denne verdenen og vesenene som bebor den. Tror man på en tyngdelov, vil det eksistere en tyngdelov i denne underverdenen. Osv.
- I samsvar med prinsippet om at likheter tiltrekker hverandre koagulerer hendelser omkring arketyper av overbevisninger og hensikter. Det er dette som gir fjerde nivåets virkelighet dets struktur. Hver arketype kan betraktes som en egen underverden.
- Tiden i den astrale verden er ikke nødvendigvis lineær, men avhenger av overbevisningene til de vesener og mennesker som har skapt og opprettholder dem. Tiden kan derfor gå framover, bakover, stå stille og til og med ikke eksistere om vesenene ikke tror på tid. I den fysiske verden er rommet, f.eks. vår egen kropp, innkapslet i tiden, som fortsetter å gå framover. I den astrale verden avgjøres tiden av rommet og er innkapslet i dette rommet, det vil si hvordan en verden/underverden fungerer.
- Tidligere fysiske hendelser som er kapslet inn i astralrommet kan frigjøres gjennom personlig eller kollektivt indre arbeide. Når dette skjer integreres energibevisstheten i hendelsen i helheten av energibevissthet og tar slutt gjennom at den går tilbake til kjerneessensen og skaper mer essens. (Ifølge Brennan har alle mennesker en kjerneestjerne (core star) om lag midt i kroppen. Jamfør bildet på side 1 av boken som oppsummeres her. Kjerneestjernen er individualisert ånd i oss selv, det vil si et aspekt av Gud/den uendelige skaperkraften. Med at en hendelse går tilbake til kjerneessensen og skaper mer essens, mener hun at energien er gått tilbake til denne kjerneestjernen og har skapt mer essens (erfaring/energiebevissthet) i den. Mer essens fører til økt utstråling eller utstråling av nye farger og frekvenser fra kjerneestjernen.)
- Energiebevissthet kan utvides uendelig eller klemmes sammen på et meget lite areal.
- I astralverdenen stråler lys ut fra gjenstander og vesener, til forskjell fra den fysiske verden der lyset bare reflekteres.

- Fjerde nivå's energibevisthet kan føres inn i fysiske gjenstander, som da blir som en slags beholder.
- Drømmer kan være opplevelser av fjerde nivå's virkelighet
- Jo tydeligere hensikt og jo mer balansert og samstemt tanke, følelse og vilje er, desto tydeligere, sterkere og mer holistisk blir resultatet.

For de som evner å se og besøke astralverdenen omtaler Brennan i resten av disse kapitlene hvordan det sted du havner i astralverdenen avhenger av deg selv og dine overbevisninger, hvordan du kan bevege deg i astralverdenene, hva du må passe på og hvordan du skal tolke det du møter, og hvordan du skal komme det ut av astralverdenen, særlig om du har havnet på et mørkt og negativt sted. Dette er for de med spesielle åndelige evner og gjengis ikke her.