

# QUANDO COMECEI A PRATICAR OS EXERCÍCIOS

---

Meu primeiro encontro com karran foi no dia 12 de janeiro de 1976. Fiquei na nave durante dois dias e só cheguei à minha casa, no Rio de Janeiro, na manhã do dia 15.

Em minha mente tudo estava muito claro. Eu me lembrava de tudo que tinha visto e ouvido durante o tempo em que estive dentro da nave.

As palavras de Karran me impressionaram tanto que até hoje não me esqueci delas. E foi em razão desta minha lembrança, e motivada pela possibilidade de uma saída consciente para fora do meu corpo físico, que comecei a praticar os exercícios no mesmo dia que chegamos em casa.



**Centro de Estudos de Sineidologia Ltda.**

Fazenda Maik-buz, Rodovia Br. 060, km 05 – Zona Rural

Santo Antônio do Descoberto – GO

End. Correspondência: Caixa Postal, nº 08 – Centro - Alexânia – GO CEP: 72.920-970

Site Oficial: <http://www.tfca.com.br> E-mail: [tfca@tfca.com.br](mailto:tfca@tfca.com.br)