



# Autoesforço no Desenvolvimento Energético e Parapsíquico

**Márcio da Silva César**

---

Este trabalho aborda o papel do autoesforço no desenvolvimento energético e parapsíquico. Ele discute a importância do domínio energético e parapsíquico para a autoevolução e sua condição de ferramenta para a interassistência. Apresenta, também, a técnica de 40 estados vibracionais diários, além de estratégias para implementação e resultados obtidos pelo autor ao experimentá-la. Mostra, por fim, a relação entre a profundidade dos trabalhos energéticos e as reciclagens intraconscientes.

**Palavras-chave:** autoesforço; autoevolução; estado vibracional; interassistência; parapsiquismo.

**Márcio da Silva César**, formado em Educação Física; professor de ensino fundamental; voluntário do Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC) em Porto Alegre desde 2012; docente de Conscienciologia desde 2013.

E-mail: [marciosc91@hotmail.com](mailto:marciosc91@hotmail.com)