

Telekinesis, de lo básico a lo avanzado

Por James Ford

Para esto es necesario un mínimo de manejo con el psiwheel. (Haberlo movido algunas veces y, sobretodo, no dejar de practicar con él)

También ayudaría que practicara con las psiballs a parte de la telekinesis y con el abrir sus chakras (opcional).

Primero haré un recuento del cómo mover el psiwheel (es un "molino" de papel y hay mucha info de cómo hacerlo y moverlo en la página). Para empezar no ocuparemos las manos, así aumentaremos la dificultad y esto se convertirá una ventaja como indicaré al final. Una vez hecho el psiwheel y con un poco de información sobre la telekinesis (lo que nos ayuda a asimilar que es un hecho real) estaremos listos. Para reforzar más la idea de que la telekinesis es real, pueden ver algunos videos de nina kulagina en youtube.

Técnica de asimilación al inconsciente.

En nuestro inconsciente se encuentra un registro gigantesco sobre todas las cosas de nuestra mente o , por lo menos, la gran mayoría. También se encuentran ahí los condicionamientos o barreras mentales que nos separan de las habilidades psíquicas. Para atacar este problema o impedimento es el siguiente ejercicio:

Imáginese a usted mismo en un lugar agradable que se le haga familiar como una habitación cualquiera.

Luego imagine un mueble con objetos que se le hacen familiares.

Ahora concéntrese de la siguiente forma: Primero relajar su cuerpo totalmente parte por parte de los pies a la cabeza, prestando atención a todos los músculos posibles. (Para mayor información sobre la relajación pueden ver mi otro artículo: "pyrokinesis muy básica" que ha sido subida a la web). Luego usar así la concentración: Una vez relajado centre su mente en mover el objeto en su "mueble"; entonces vendrán a usted, inevitablemente, pensamientos ajenos a lo que tiene que hacer como: problemas, la escuela, el trabajo, la familia...etc Si entre esos problemas estuviera la falta de fe en la telekinesis, debe reforzar la asimilación fuera de este ejercicio con videos o documentos. Al momento de sentir que vienen estos pensamientos sólo déjelos pasar sin luchas contra ellos, sólo no les preste atención. Si se pone a "expulsarlos" creará otro pensamiento y se limitará aún más. Cuando logre completamente el objetivo de este ejercicio experimentará un sentimiento nuevo, de paz y energía que nunca antes sintió. Deberá hacer varias sesiones con este ejercicio para que el encuentro con este sentimiento nuevo no implique una distracción o una sobre-excitación del tipo "Dios mío, lo estoy logrando".

Cuando pueda hacer esto último, sólo mueva el objeto y antes de despertar de esta "visualización", sienta con seguridad que ha progresado mucho.

Este ejercicio no debe tomar más de 15 minutos y se puede realizar dos veces al día para mayor práctica.

Consejo sobre visualización: si tiene problemas para visualizar haga lo siguiente. Ahora que esta frente a su computadora, póngase de pie y diríjase a la cocina a buscar un vaso con agua, luego vuelva y siéntese.

Ahora cierre los ojos y concéntrese en recordar paso por paso todo lo que hizo usando la concentración que le he enseñado. Recuerde sensaciones, olores , sabores....todo lo que pueda...con mayor práctica lo hará fácilmente, este el paso más fácil de todo este artículo. El objetivo es lograr concientemente el estado que usted a diario llama "soñar despierto", sólo que ahora es voluntario y usted le da un uso específico. Esto esta basado en la técnica de visualización de Robert Bruce, del cuál hay artículos en la página.

Una vez que este ejercicio le entregue beneficios en su manejo del psiwheel es hora de pasar a mover otros objetos como un anillo, un lápiz, un teléfono móvil u otra cosa de tamaño similar. Debe hacer la misma visualización que le he enseñado, sólo que ahora usted le dará más detalles. Por ejemplo, puede ver como de sus ojos la energía de cierto color (A su elección) le ayuda a envolver al "objeto" en su "mueble" y éste obedece y realiza un movimiento corto y simple (De preferencia girar, por la semejanza que se tiene con el mover el psiwheel).

Cuando pueda mover otro objeto a parte del psiwheel (no deje de practicar con él nunca) puede realizar este ejercicio tres veces al día.

El objetivo a largo plazo es convertir la telekinesis en un reflejo conciente. Cuando usted haya llegado a ello, sólo le hará falta recordar lo que siente para mover objetos. Ya no será necesaria la meditación y su cuerpo estará entrenado para relajarse rápida y efectivamente.

Por último recuerde esto: La visualización no hace el trabajo, lo que lo realiza es el proceso que realiza su mente y su fe. La visualización es sólo un paso necesario para llegar a algo más grande, sólo es una figura mental que necesita sólo al comienzo de su entrenamiento.

Sea responsable y déle un buen uso a esta habilidad, ya que este ejercicio SÍ funciona.

LICENCIA:

Documento bajo Licencia Creative Commons 2.5



Usted es libre de:

- Copiar, distribuir y comunicar públicamente la obra

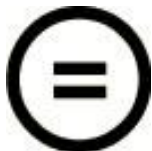
Bajo las condiciones siguientes:



Reconocimiento. Debe reconocer los créditos de la obra de la manera especificada por el autor o el licenciadador.



No comercial. No puede utilizar esta obra para fines comerciales.



Sin obras derivadas. No se puede alterar, transformar o generar una obra derivada a partir de esta obra.