

# La Telequinesia

Podríamos definir telequinesia como la capacidad que poseen TODOS LOS SERES HUMANOS para mover objetos con la mente. Es una de las ramas de la kinesis, la cual trata de la manipulación del plano físico mediante energía psíquica. En este artículo me centraré en la telequinesia (básicamente en cómo es). Si tenéis alguna duda o notificáis algún fallo en el artículo, hacédmelo saber mediante el foro o un e-mail. Es probable que periódicamente modifique el archivo o le añada más información.

**1.- Lo primero y más importante** de todo es la toma de conciencia (aquí debajo escribo unas frases, verdaderos dogmas para cualquier telequinético).

1. **LA TELEQUINESIA EXISTE**
2. **CUALQUIER PERSONA TIENE POTENCIAL NECESARIO PARA DESARROLLARLA**
3. **TÚ PUEDES LOGRARLO**

Admito que puede parecer ciencia-ficción, pero es la pura realidad. Hasta hace unos pocos meses, yo mismo dudaba de la existencia misma de la telequinesis, pero experiencias personales me han abierto los ojos. Te recomiendo que leas diversos artículos de telequinesia y otros fenómenos psíquicos para que, poco a poco, lo vayas asimilando.

En mi opinión, esto es la parte más difícil de la telequinesia: Si consigues mentalizarte y trabajar suficiente, lo conseguirás.

**2.-** La forma más rápida de aprender telequinesia es practicando. En la sección ejercicios (dentro de la carpeta telequinesia) encontrarás un par de ejercicios, aunque antes de nada, te urjo a que leas un par de advertencias.

# !!!MUY IMPORTANTE!!!

## *Advertencias*

Antes de nada, quiero darte a entender que la telequinesia no es un camino de rosas, y si estas verdaderamente dispuesto a aprenderla, tendrás que hacer algunos sacrificios:

- El tiempo que tardes en obtener resultados puede variar entre los primeros días de práctica y bastantes meses (suele oscilar entre 6 semanas y 6 meses) El tiempo que tardes no significa que estés más o menos dotado para la telequinesis: a mucha gente le cuesta mucho en un principio conectar con la parte del cerebro encargada de la telequinesis.

- Márcate tu propio ritmo, e intenta ser constante. 30 min. diarios sería un buen ritmo

- Mucha gente, por no decir la inmensa mayoría, duda o niega los fenómenos psíquicos, he intentado inútilmente convencer a mis más allegados y aún así no sé si realmente me creen. No insistas en ello, que crean lo que quieran (Si consigues un buen dominio de la telequinesis, verás cómo creen...JeJeJe...)

- Antes de nada, creo NECESARIO que leas dos artículos: [Concentración](#) de Tefnakt y [La moralidad](#) de Eriol, además de los artículos de iniciación al mundo psíquico.

- Practica todos los días, aunque no veas resultados. Aparte de la toma de conciencia, perseverar en tus intentos aunque no veas resultados resulta lo más complicado.

- Debes practicar en un lugar “alejado del mundanal ruido”. Un lugar en el que nada ni nadie te moleste y puedas concentrarte. También te recomiendo que te encuentras en buen estado físico y mental (esto se supone, pero por si acaso lo menciono ;p) y DUERME TUS HORAS, a más de uno le ha sucedido que al intentar concentrarse se ha quedado sobao...

- Disfruta con ello, esto es muy importante, si te pones tenso o nervioso porque no rindes o no logras nada, entonces si que no conseguirás nada. Tómatelo como un juego.

- No te sientas estúpido practicando telequinesia. Hay gente que se ve ahí, sentada y con las manos en la mesa intentado mover un objeto, y de repente le asalta el pensamiento de sentirse estúpida haciendo eso. En mi opinión, esto les sucede porque aún no se creen totalmente que la telequinesia exista. Si éste es tu caso, habla con otras personas que practiquen o lee artículos.

- Si tienes alguna pregunta o duda, búscame por el foro o escríbeme.

Si ya estás decidido a practicar telequinesia, te insto a que leas un par de ejercicios en la sección ejercicios, puedes empezar por la psiwheel. Los ejercicios están numerados de menor a mayor dificultad, no obstante, el orden es orientativo. Si te sientes capacitado para realizar cualquier otro o simplemente quieres probar hazlo, pero no lo olvides, intenta centrarte en un ejercicio hasta dominarlo.

## Anexo

Supongo que estaréis ansiosos por un método “estándar” para realizar telequinesis, aunque, antes de nada, hay que aclarar varios puntos:

- Aunque en el fondo todas las formas de telequinesis obtienen el mismo resultado, la forma de llegar a ellos, el camino, pueden ser distintas.
- Expondré mi forma de realizar telequinesia. Si estas en desacuerdo o crees que tu forma es más eficaz, házmelo saber y la añadiré al artículo.

### *Como realizar telequinesia*

1. Primero deberás entrar en un estado de concentración alfa o simple (¿ya leíste el artículo de concentración, no?), hay gente que rinde mejor con un estado de concentración que con otro, te propongo que pruebes los dos y elijas (actualmente consigo casi los mismos resultados, aunque suelo usar más el estado de concentración simple)
2. Cuando hayas “liberado” tu mente de pensamientos innecesarios concéntrate en el objeto que quieres mover el tiempo que sea necesario. Debes sentirlo, oírlo, olerlo, como si estuvieses unido a él. El objeto y tú sois uno, no hay separación. Es una parte más de ti
3. En ese momento, ¡¡¡muévelo!!! NO pienses que lo mueves, simplemente muévelo, hazlo como quieras, pero muévelo, no piensas que lo muevas MUEVELO. Puede que estés pensando que es muy fácil decir que lo tienes que mover, pero, realmente no se mueve. Con lo de muévelo me refiero a la misma acción que haces cuando mueves un brazo: No piensas que vas a mover el brazo, simplemente lo mueves. El mismo mecanismo es el empleado en telequinesia. No piensas que vas a mover un lápiz o un anillo o lo que hayas escogido. Simplemente lo mueves. Puede parecer difícil, y te llevará tiempo, pero verás que en el fondo no es tan complicado.
4. Hay gente que visualiza líneas de energía, hay otras que prefieren ver una prolongación de sus manos para mover sus objetos. Hay otras que no

visualizan nada. Lo dejo a tu elección, recuerda que *Todos los caminos llevan a Roma*. Es casi lo mismo.

5. **Sobre la canalización de la energía:** la mayoría de la gente suele usar las manos para canalizarla, situándolas cerca del objeto que se quiere mover. Esto no es estrictamente necesario, puedes mover objetos sin usarlas. Yo mismo estoy entrenándome para no usarlas, aunque me cuesta más canalizar la energía. Si usas las manos, puedes probar a moverlas mientras intentas mover el objeto o visualizar líneas de energía.

---

Si estás leyendo este documento desde cualquier otro sitio que no sea <http://www.academiaatenea.esp.st> , <http://academiaatenea.webcindario.com> o <http://groups.msn.com/academiaatenea> , por favor envíame un e-mail avisándome de ello a: [balkoth@hotmail.com](mailto:balkoth@hotmail.com)

Zervan

© 2003 Atenea: La Academia Española de las Artes Psíquicas