



APRENDE A DOMINAR TUS PODERES TELEPÁTICOS

MARÍA & CRISTIÁN
DÚO TELEPÁTICO

RESUMEN

| | |
|--|-------------|
| INTRODUCCIÓN | P.3 |
| <hr/> | |
| CAPÍTULO 1 El estado mental para despertar tus capacidades telepáticas | P.4 |
| <hr/> | |
| CAPÍTULO 2 Las cuatro razones por las que despertarás tus facultades telepáticas | P.8 |
| <hr/> | |
| CAPÍTULO 3 El punto clave del dominio de la telepatía | P.12 |
| <hr/> | |
| CAPÍTULO 4 Las condiciones necesarias para una comunicación telepática exitosa | P.14 |
| <hr/> | |
| CAPÍTULO 5 Practica regularmente la relajación | P.18 |
| <hr/> | |
| CAPÍTULO 6 Practica regularmente la concentración | P.22 |
| <hr/> | |
| CAPÍTULO 7 Cómo iniciar tu práctica telepática | P.26 |
| <hr/> | |
| CAPÍTULO 8 Los ocho secretos del despertar de tu poder telepático | P.30 |
| <hr/> | |
| CAPÍTULO 9 Ejercicios para activar la telepatía I- Ejercicio No. 1 de Telepatía II- Ejercicio telepático No. 2 del lanzamiento de los dados III- Ejercicio telepático No. 3 de formas geométricas | P.36 |
| <hr/> | |
| CONCLUSIÓN: ¿Y DESPUÉS? | P.46 |

Introducción

La telepatía podría definirse como la acción de una persona sobre otra persona a través de su mente sin pasar por los sentidos ordinarios.

La telepatía es una facultad utilizada desde el principio de los tiempos en todas las civilizaciones del mundo.

Numerosos experimentos han demostrado la realidad de esta facultad. No podemos negarla ni ignorarla. Pero sí es muy posible que aprendas a desarrollar tus poderes telepáticos y utilizarlos en la vida cotidiana.

Como resultado de los muchos experimentos exitosos, la telepatía se puede considerar incluso como un hecho científico.

De hecho, un hecho científico es un hecho que es reproducible y produce, todas las veces, resultados idénticos.

De hecho, se han realizado muchos experimentos sobre telepatía, produciendo, cada vez, resultados similares, autenticados y verificados. Por lo tanto, podemos considerar esta facultad como un hecho científico.

La otra característica de un hecho científico es que no solo es reproducible, sino que también uno puede aprender a activarla, por lo que si consideramos la telepatía como una ciencia, significa que podemos aprender a dominarla.

La característica de la telepatía es que puede aprenderse o desarrollarse espontáneamente.

María x Cristián

Capítulo 1

El estado mental para despertar tus capacidades telepáticas



Este hecho de un despertar espontáneo o por aprendizaje debe ser una motivación para ti si quieres aprender a dominar esta habilidad psíquica.

Del mismo modo, si deseas, entonces, desarrollar esta facultad, y si ya tienes la motivación, es posible que tus habilidades telepáticas se activen antes de concluir tu aprendizaje.

Deberías, sin duda, poder constatarlo en tus actividades. Cuando tienes la motivación y sientes una pasión por algo, lo aprendes y lo pones en práctica más rápidamente.

Ya sea que quieras aprender a conducir, adquirir nuevos conocimientos, avanzar en uno de tus proyectos... o aprender telepatía, si tus motivaciones son fuertes, tu mente estará abierta a la adquisición de esa facultad.

La fuerza de tu motivación será, por lo tanto, un factor fundamental que podría ayudarte a despertar esa habilidad más rápido.

Si tienes fuertes motivaciones y metas generosas, despertarás tus facultades telepáticas muy rápidamente.

Al abordar esta iniciación telepática con el estado mental recomendado anteriormente, deberías acelerar el dominio y el uso de tus habilidades telepáticas.

Las diferentes formas de telepatía

Según la etimología (ciencia del estudio y del origen de las palabras), la palabra «telepatía» proviene de los términos tele (remoto) y pathie (emoción, sentimiento).

La telepatía es entonces la transmisión de un sentimiento o una emoción a distancia.

Entonces, generalmente, cuando pensamos en la telepatía, de acuerdo con su definición: naturalmente pensamos en la transmisión del pensamiento entre dos personas.

Esta transmisión entre dos personas puede ser consciente o espontánea, es decir, la telepatía se puede desencadenar después de un acuerdo entre dos personas o de forma involuntaria.

La telepatía es, por lo tanto, una facultad que permite la transmisión extrasensorial

de palabras, oraciones pero también imágenes, dibujos, fotos, símbolos geométricos, números... ¡de una persona a otra o a más personas!

La mayoría de los estudios científicos relacionados con la telepatía generalmente involucran la transmisión de imágenes entre dos personas sin contacto físico entre ellas.

Además, el transmisor de los pensamientos y el receptor de esos pensamientos generalmente están en salas separadas bajo la supervisión de científicos, investigadores esotéricos, observadores neutrales o incluso escépticos.

En aras de la simplificación, a partir de ahora, llamaremos «transmisor», a la persona que transmite los pensamientos telepáticos y «receptor», a la persona que los recibe.

Estas condiciones científicas le brindan a estos ejercicios telepáticos su máximo valor y proporcionan una prueba más de lo real que es esta facultad extrasensorial, que no solo está reservada para unas pocas personas privilegiadas.

Cualquiera puede desarrollar sus habilidades telepáticas, simplemente porque todos las poseemos.

También existen casos de telepatía con animales que han sido legitimados, pero aquí nos centraremos en la telepatía que es provocada conscientemente entre los seres humanos.

La telepatía, una gran desconocida

Si el fenómeno de la telepatía es bien conocido y existe evidencia de su realidad, por otra parte, como todas las facultades extrasensoriales, nadie puede explicar su verdadera naturaleza y dar una explicación unánime.

Es, ante todo, un hecho: la telepatía es un fenómeno que no se basa en los sentidos, sino que utiliza otro factor. Es en la explicación de esta transmisión que las opiniones difieren.

La telepatía pasa a través de un contacto invisible entre el transmisor y el receptor de pensamientos pero, a veces, esa transmisión de pensamientos se realiza involuntariamente, por ejemplo, en el caso de las palabras, pensamientos o imágenes que transmite una persona en peligro, en un estado emocional intenso o incluso en el

proceso de la muerte.

De hecho, se reportan muchos casos en los que una persona, conociendo o no la existencia de la telepatía, ha expresado que sentía que un ser querido estaba en peligro o moría.

Se ha verificado en numerosas ocasiones que el receptor había recibido esos mensajes o imágenes telepáticas en el preciso momento en que el transmisor, de forma voluntaria o involuntaria, ¡estaba realmente en peligro, vivía una felicidad intensa o estaba al borde de la muerte!

En esos casos de telepatía espontánea, una explicación plausible sería que una situación muy emocionante, dolorosa o inusual crearía una reacción de tal intensidad emocional que generaría vibraciones invisibles.

Esas vibraciones serían lo suficientemente fuertes como para transmitir información (imágenes, dibujos, símbolos, palabras, emociones, pensamientos...), de manera inconsciente o consciente, entre dos o más personas.

Para algunos, la telepatía sería comparable a la transmisión de mensajes entre dos teléfonos inalámbricos, aunque la base o el vector de «comunicaciones telepáticas» no se conoce con exactitud.

Para otros investigadores, las células cerebrales específicas estarían a cargo de las comunicaciones telepáticas y crearían ondas invisibles que las transportarían.

Otra explicación es que no existe una transmisión de pensamiento bidireccional, sino de una lectura por parte de una de las dos personas de las imágenes y pensamientos que hay en la mente de la otra.

Una teoría diferente sería que la energía universal, a la que se dan muchos nombres, sea la transmisora de pensamientos telepáticos entre las mentes de dos individuos diferentes, ya sea de forma espontánea o dirigida.

La adopción de una u otra de las teorías queda a tu criterio. Adopta la que más te convenga o ninguna, ¡poco importa! ¡En tanto que eso no te impida practicar los futuros experimentos telepáticos!

Capítulo 2

Las cuatro razones por las que despertarás tus facultades telepáticas



Existen cuatro razones principales que podrán explicar por qué será posible que logres acelerar el despertar de tus capacidades telepáticas.

Primera razón: Probablemente ya has practicado la telepatía

¿Alguna vez has adivinado lo que alguien te iba a decir?

¿Alguna vez has pronunciado las mismas palabras al mismo tiempo que otra persona?

Si has vivido esas situaciones o algo similar, sin saberlo, ya has usado tus facultades telepáticas, ¡pero es posible que no lo recuerdes!

Incluso si no lo recuerdas, eso no significa que aún no hayas vivido una experiencia telepática.

De hecho, nuestra personalidad consta de dos partes: un lado emocional y psíquico y un lado racional y lógico que constantemente se enfrentan siempre en nuestro interior.

Cuando queremos actuar o analizar una experiencia o un evento, estos dos aspectos de nuestra personalidad interactúan, se enfrentan y se observan entre sí.

Además, cuando participamos en un evento inusual o cuando nos enfrentamos a una facultad que no estamos acostumbrados a usar como la telepatía, los dos aspectos de nuestra personalidad, el aspecto emocional y el aspecto lógico de nuestra mente, participan en una lucha feroz para explicar lo que está sucediendo.

Como seres humanos, siempre buscamos una explicación para todo, ya sea racional o emocional.

Este es obviamente el caso en la manifestación de un evento telepático que, además, se refiere al hecho inusual de que no estamos acostumbrados a vivirlo generalmente en nuestra vida cotidiana.

La batalla psíquica interna que luego se libra en nosotros para encontrar una explicación entre nuestra razón y nuestra mente es más intensa que aquella que explica los hechos cotidianos y materiales.

Aquí es donde entra la importancia de esta pregunta: «¿Tienes una mente lógica o una emocional?».

Hasta ahora, la conclusión a la que llegas después de una experiencia telepática depende de tus creencias y de tus ideas aceptadas, asimiladas a tus experiencias personales y a las ideas que te inculcaron durante tu infancia.

De hecho, es gracias a tu mente (lógica o emocional) que llegas a tener conclusiones sobre tus experiencias vividas o los eventos a los que asistes.

Entonces, si tu mentalidad es bastante racional, en lo que se refiere a la telepatía:

- encuentras una razón lógica para este fenómeno,
- O bien piensas que es una mera coincidencia,
- O niegas el fenómeno,
- O ni siquiera crees que tiene que ver con la telepatía y olvidas, consciente o inconscientemente, lo que sucedió.

Por otro lado, si tienes un estado mental psíquico abierto al esoterismo, a la espiritualidad, a la posibilidad de las facultades parapsíquicas, ¿consideras que se trata de una facultad extrasensorial como es la transmisión de pensamiento, la hipnosis o la telepatía!

En caso de que no lo recuerdes, pregúntales a las personas que te rodean y te sorprenderás con las pruebas que ofrecen sobre experiencias telepáticas.

Las respuestas que obtengas pueden incluso despertar tus recuerdos enterrados o reprimidos en lo profundo de tu mente.

Segunda razón: puedes encontrar evidencia de telepatía

Si a pesar de las preguntas que le hagas a tus seres queridos o conocidos, no logras reunir testimonios sobre fenómenos telepáticos, lee revistas especializadas o libros dedicados a las facultades parapsíquicas o a la telepatía, en particular.

Otra solución accesible también es hacer una búsqueda en Internet, donde podrás encontrar una gran cantidad de evidencias sobre la telepatía.

Es particularmente importante pasar por esta fase de la investigación porque la recopilación de evidencia directa o indirecta o a través de los medios de

comunicación, la prensa, los libros o el internet... ayudará a fortalecer tu convicción sobre la existencia de la telepatía.

La acumulación de evidencia no solo fortalecerá tu creencia en la telepatía, sino que al abrir por completo tu mente a esta posibilidad, acelerarás el aprendizaje de esta facultad.

Además, para acelerar el pronto despertar de tus facultades telepáticas, o al menos, facilitar tu aprendizaje con este libro, léelo por completo la primera vez...

En resumen, antes de intentar tener experiencias telepáticas, literalmente sumérgete en un baño de telepatía a través de esta lectura.

Esta actitud facilitará tu aprendizaje de la telepatía a través de un proceso llamado incubación psicológica, especialmente si lees este libro antes de quedarte dormido.

De hecho, acumular conocimientos antes de conciliar el sueño facilitará tu asimilación por parte del cerebro.

Tercera razón: sin saberlo, ya has empezado a despertar tus facultades telepáticas

De hecho, si te sumerges en este «baño telepático» como se indicó anteriormente, este comportamiento promoverá el despertar de tus facultades telepáticas.

A través del proceso de incubación recomendado anteriormente, pasarás la primera barrera, o incluso el obstáculo más importante para despertar tus facultades telepáticas: eliminarás cualquier duda que puedas tener sobre tus poderes telepáticos.

De hecho, cuanto más crees en la telepatía, más motivación tienes para despertar tus habilidades telepáticas y más probabilidades tienes de poder activarlas y usarlas muy rápidamente.

Si sigues estos consejos, el despertar de tus facultades telepáticas será más fácil y más rápido.

Ya, el simple hecho de tener este libro en tus manos demuestra que al menos tienes un interés real en este tema y, sin duda, que también deseas descubrir tus propias

capacidades telepáticas.

Tu mente ya está abierta a esta posibilidad y establece las mejores condiciones para activar tu poder telepático.

Esta apertura es un paso necesario para expresar tus habilidades telepáticas. Adoptar este comportamiento facilitará enormemente el aprendizaje de tu telepatía... y grandes posibilidades de despertarla rápidamente.

Cuarta razón: no consideres la telepatía como una facultad extraordinaria

Otro obstáculo para el despertar de la telepatía es el hecho de considerarla como una facultad extraordinaria.

Tener esto crearía en ti un bloqueo que dificultaría tu acceso a tu poder telepático, o incluso evitaría tu despertar.

Además, si aceptas y realmente crees en estas cuatro razones por las que seguramente descubrirás tus facultades telepáticas, ¡abrirás un camino real hacia ese despertar!

Además, como se señaló en el Capítulo 1, el despertar de la telepatía no está reservado para unos pocos privilegiados que poseen naturalmente esa facultad y que la explotan espontáneamente o a voluntad.

De hecho, cualquiera puede desarrollar sus habilidades telepáticas, simplemente porque todos las poseemos.



Capítulo 3

El punto clave del dominio de la telepatía: la concentración



Si deseas dominar la telepatía, es esencial que desarrolles un poder infalible de concentración.

De hecho, la telepatía se basa en la capacidad de silenciar el flujo interminable de pensamientos que usualmente atraviesan nuestras mentes para enfocarnos en un solo pensamiento que se transmite a la mente de una o más personas.

En el caso de una transmisión telepática, es imperativo que la idea que deseas transmitir sea extremadamente poderosa para que, como un rayo láser, penetre la mente de los receptores.

Todo esto se explica por el hecho de que el receptor de un pensamiento telepático, especialmente si no está advertido de esta comunicación extrasensorial, también tiene la mente llena de su propio flujo de pensamientos.

Por lo tanto, es necesario que el pensamiento transmitido por ti, el emisor, mantenga una carga emocional muy fuerte para que se desprenda del flujo habitual de pensamientos del receptor.

Desarrollar regularmente tu poder de concentración es, por lo tanto, el primer paso esencial para desencadenar una comunicación telepática exitosa.

El paso preliminar es establecer la calma o el estado de relajación más profundo posible para que puedas concentrarte en un solo pensamiento telepático.

En esta perspectiva, cuanto más calmada y en paz esté tu mente, más podrás emitir un pensamiento láser capaz de cruzar el éter.

Desde un punto de vista espiritual, el éter es el nombre que recibe el aire que nos rodea y que está formado por ondas invisibles capaces de «transmitirlas» a la mente del receptor.

Capítulo 4

Las condiciones para una comunicación telepática exitosa



Se deben cumplir una serie de factores para garantizar el éxito de la comunicación telepática.

Los errores que se deben evitar

Antes de comenzar cualquier acción en el sentido de despertar tu poder telepático, debes evitar ciertos errores que puedan desanimarte, retrasar o incluso evitar el despertar de tu poder telepático.

Un enfoque incorrecto de la telepatía puede llevarte a una ausencia de resultados que incluso podrían llevarte a pensar que nunca podrás activar tu capacidad telepática o, lo que es peor, ¡que no tienes ningún poder telepático o extrasensorial!

Entonces, si crees que en unos pocos días y sin entrenamiento, podrás activar tu poder telepático a voluntad, te aconsejo que... ¡cierres este manual introductorio a la telepatía!

De hecho, naturalmente posees la capacidad de la telepatía como todos los seres humanos y activarla es más fácil que la mayoría de los otros poderes extrasensoriales (telequinesia, clarividencia, influencia a distancia, profetismo...)

Sin embargo, como con cualquier proceso de aprendizaje, la telepatía exige:

- a) Creer sincera y profundamente en su existencia,
- b) Practicarla con frecuencia (de ser posible todos los días),
- c) Tener paciencia y una gran motivación.

Si sigues estas recomendaciones, es probable que despiertes tu poder telepático con bastante rapidez.

Facilita tus transmisiones con tu receptor telepático

Sin duda, la detección de un pensamiento telepático es más fácil si la persona en cuestión o el receptor telepático:

1. Ya está abierto o cree en la telepatía.
2. es consciente de la transmisión del pensamiento que deseas realizar, incluida su naturaleza y el momento en que lo transmites,
3. Está en condiciones de recibir tu pensamiento telepático

1 - La persona está abierta o cree en la telepatía

Al igual que con todo aprendizaje, la convicción de que existe la telepatía

es fundamental para una comunicación telepática exitosa.

Si la mente del receptor está abierta a la realidad de la telepatía, no se opondrá a la recepción de tu pensamiento telepático.

Si, por el contrario, se opone a la existencia de la telepatía, su mente se opondrá, consciente o inconscientemente, a la transmisión o recepción de cualquier pensamiento telepático.

2 - La persona es consciente de la transmisión del pensamiento que deseas realizar, incluida su naturaleza y el momento en que lo transmites.

Es imperativo que el receptor practique o, al menos, crea en la telepatía.

Desarrollen, en conjunto, un protocolo de transmisión telepática estableciendo de antemano el tipo de pensamiento que transmitirás (una imagen, un dibujo, un símbolo geométrico, una palabra, una frase...).

Al comienzo de tus experiencias, es mejor hacerlo con alguien frente a ti en un lugar donde no haya ruidos ni interrupciones.

Del mismo modo, establece una hora específica para la transmisión del pensamiento, especialmente si te encuentras en diferentes salas o lugares.

3 - La persona está en condiciones físicas y psicológicas para recibir tu pensamiento telepático.

El receptor debe estar totalmente accesible a una comunicación telepática.

En el momento de la comunicación telepática, el receptor también debe estar en un lugar aislado de ruidos y de otras personas y totalmente enfocado en recibir un pensamiento telepático.

Al principio, te aconsejamos que se pongan de acuerdo en el pensamiento que vas a transmitir.

Una vez que lo logres con frecuencia, podrás tratar de transmitir pensamientos sin que el receptor conozca su naturaleza.

En otras palabras, sin saber si está tratando de comunicarte telepáticamente una imagen, un símbolo geométrico, un dibujo, una palabra, una frase,

una foto...

Estas condiciones son esenciales para garantizar el éxito de la transmisión telepática, especialmente si eres nuevo en este campo.

Para activar rápidamente tu poder telepático, asegúrate de realizar tus experimentos telepáticos siguiendo este protocolo hasta que tengas éxito con tus intentos telepáticos.

Capítulo 5

Practica regularmente la relajación



La práctica de la telepatía requiere, en particular al principio, encontrarte en un estado de total aislamiento físico y sensorial, así como en un profundo estado de relajación psico-corporal.

Para hacerlo, sigue estos pasos:

Si ya estás practicando un método de relajación, úsalo regularmente. Se recomienda la práctica de al menos una sesión de relajación por día.

Si puedes hacerlo más a menudo durante el día, profundizará tu estado de relajación y aumentará tus posibilidades de despertar tus poderes telepáticos.

Además, la práctica de la relajación tiene muchos beneficios. Combate el estrés, calma la mente, tiene propiedades relajantes en el cuerpo, aumenta el bienestar, aumenta la vida útil, fortalece el sistema inmunológico...

Si aún no estás practicando alguna forma de relajación, es imperativo que comiences una. Incluso puedes hacerlo gratis si sigues nuestros consejos.

De hecho, debes convertir tu mente un río largo y tranquilo y establecer la calma y no permanecer en el flujo tumultuoso habitual de los pensamientos.

¡Debes convertir tu mente un lago tranquilo y cristalino en el que solo flotará tu pensamiento telepático! Eso se comienza con la práctica de la relajación.

¡Cuanto más domines tus pensamientos, más calmarás su curso al reducirlos a uno! Cuando llegues emitir ese famoso y único pensamiento telepático láser, podrás garantizar el éxito de tus comunicaciones telepáticas.

Aquí tienes dos técnicas efectivas de relajación indispensables para fortalecer tu concentración.

a) Práctica de la respiración profunda

- Instálate en un lugar alejado del ruido y de otras personas donde puedas estar tranquilo durante al menos 15 minutos.
- Siéntate en la posición más cómoda, incluso reclinado, y si te duermes, no importa, porque experimentarás un sueño reparador.
- Cierra los ojos y practica la respiración profunda que consiste en inhalar y exhalar. Deja que tu respiración se profundice naturalmente.
- Después de quince minutos de esta práctica, deberías estar en un estado de relajación profunda.

b) Práctica de la respiración yogui

Este tipo de respiración está inspirada en los ejercicios de los yoguis de la India. Permite alcanzar un estado de relajación muy profundo y, lo que es más importante aún, aumenta tu poder de concentración.

Instálate en un lugar alejado del ruido y de otras personas donde puedas estar tranquilo durante al menos 15 minutos.

1. Siéntate en la posición más cómoda pero con la espalda recta y la cabeza alineada con tu columna vertebral.
2. Cierra la fosa nasal derecha con el pulgar de tu mano derecha.
3. Inhala por la fosa nasal izquierda durante cinco segundos.
4. Cierra la fosa nasal izquierda con el dedo índice de la misma mano.
5. Aguanta la respiración durante diez segundos.
6. Retira el pulgar y exhala por la fosa nasal derecha durante cinco segundos.
7. Inhala de nuevo por la fosa nasal derecha durante cinco segundos.
8. Cierra la fosa nasal derecha con el pulgar y aguanta la respiración durante diez segundos.
9. Exhala durante cinco segundos después de retirar el dedo índice de la fosa nasal izquierda.
10. Repite este ciclo de respiración del 1) al 9) al menos cinco veces o las veces que sea necesario para alcanzar un estado de gran relajación.

Prueba estos dos tipos de relajación psico-corporal (cuerpo/espíritu) y practica regularmente la que más te convenga y te permita alcanzar la relajación más profunda posible.

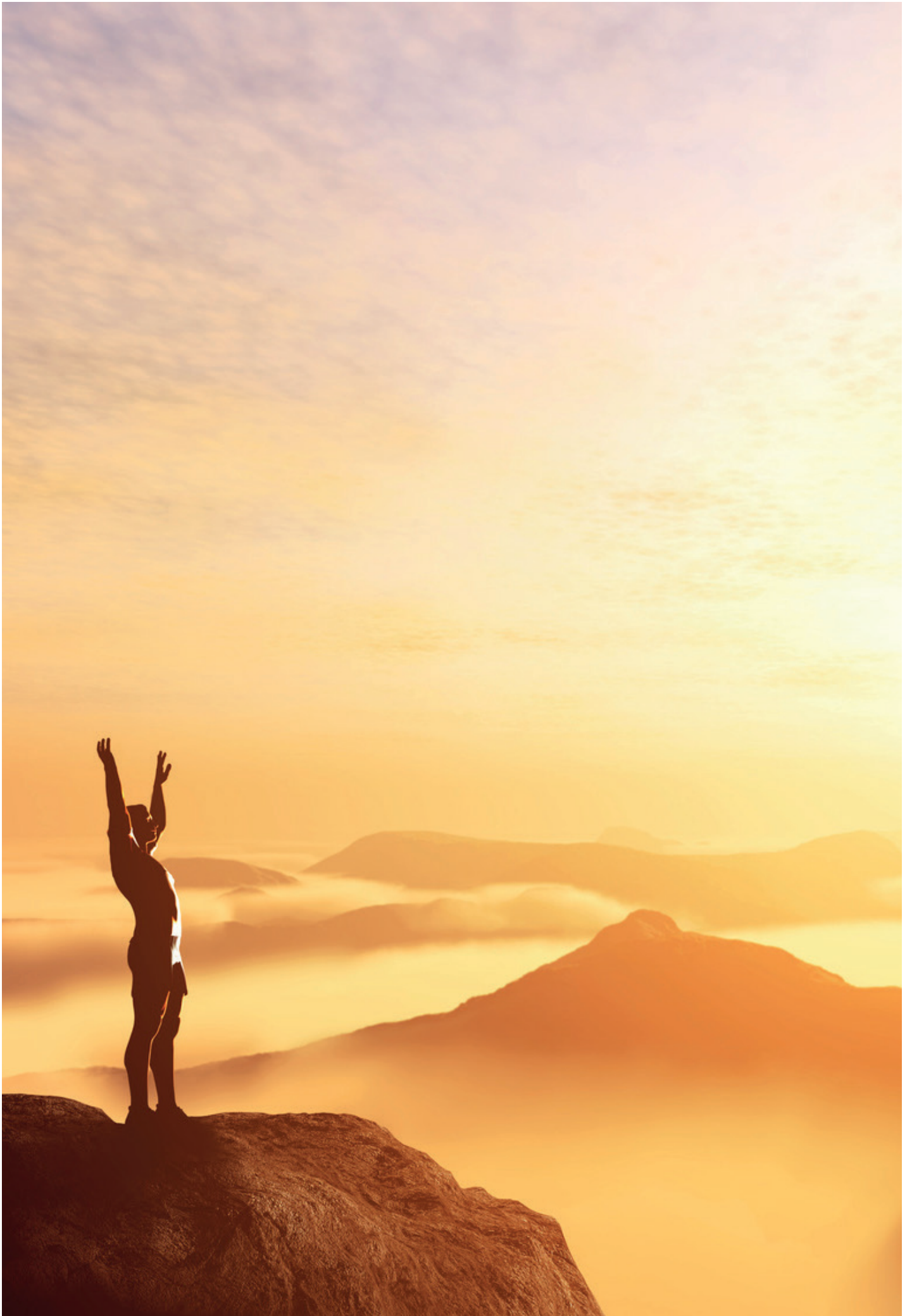
También puedes practicarlas alternativamente, cada dos días, si es posible, todos los días hasta que te sientas cómodo con esta práctica.

La relajación psicofísica anterior es el paso esencial antes de aprender a mantener tu concentración en tu emisión telepática.

La transmisión telepática es el envío a otra persona de un mensaje telepático a través del pensamiento: una imagen, una palabra, una frase, una idea, un símbolo geométrico, una foto...

Antes de practicar tu primera transmisión telepática y después de acostumbrarte a la relajación, quedaran dos pasos por recorrer.

- Practica regularmente la concentración
- Carga emocionalmente tu pensamiento telepático.



Capítulo 6

Practica regularmente la concentración o el pensamiento láser



La práctica del pensamiento telepático consiste en lanzar un pensamiento con fuerza a la mente de otra persona y asegurarse de que la otra persona lo detecte en el momento adecuado.

Por lo tanto, es necesario, poder enviar tu mensaje telepático de manera continua y poderosa hacia la mente de la persona en cuestión, ¡para emitir ese famoso Pensamiento Telepático Láser!

Para eso, debes tener un gran poder de concentración. Es decir, la capacidad de concentrarte en un solo pensamiento de manera intensa sin sufrir la más mínima perturbación o distracción durante todo el tiempo de tu transmisión telepática.

Sea cual sea el nivel de tu facultad de concentración actual, siempre es posible capacitarla y mejorarla por medio del entrenamiento.

Para hacerlo, sigue estos pasos:

Después de practicar uno de los dos métodos de relajación corporal mencionados anteriormente, permanece en la misma posición cómoda y siempre aislado de ruidos y perturbaciones, concéntrate en una sola idea telepática fuerte.

¿Qué es una idea telepática fuerte?

Una idea telepática fuerte es un pensamiento lo suficientemente fuerte emocionalmente como para que estés completamente enfocado en él durante un largo período de tiempo sin distracciones externas.

Es en este espíritu que hablamos de pensamiento láser telepático. De hecho, imagina un pensamiento telepático como un rayo láser.

Un rayo láser es un rayo de luz extremadamente concentrado que se proyecta en una línea de luz fina y perfectamente recta con una precisión extrema.

Así que te recomendamos que pienses en un rayo láser cuando emitas un pensamiento telepático porque debes tener la precisión y la fuerza de un rayo láser.

Para volver a esta idea de pensamiento fuerte, especialmente en tus primeros días, emite ideas extremadamente fuertes emocionalmente.

¡Tanto para el transmisor (tú) como para el receptor (tu compañero o receptor de tu

pensamiento telepático láser)!

Así que hay dos requisitos para activar y aumentar tu poder de concentración.

1. Elegir un pensamiento telepático simple muy fuerte emocionalmente.
2. Seleccionar cuidadosamente tu pareja telepática.

1 - Elegir un pensamiento telepático simple muy fuerte emocionalmente.

El éter (el aire que nos rodea compuesto de vibraciones) es el portador de nuestros pensamientos y, en particular, de nuestros mensajes telepáticos.

Así que la intensidad emocional con la que cargarás tu pensamiento telepático te permitirá alcanzar con fuerza la mente de tu receptor.

Elige entonces un pensamiento con una carga emocional muy positiva para ti y, de ser posible, para tu compañero telepático.

Selecciona, al principio, pensamientos o ideas que los motiven a ambos, sentimientos o pasiones comunes, pensamientos positivos que puedan crear reacciones fuertes para ambos.

Puede ser un sentimiento de amor, un ideal, una causa común, una pasión o una actividad que compartas en el dominio privado, social, profesional, divertido, un hobby compartido...

Además, elige, en los primeros tiempos, los pensamientos que provoquen en ambos las reacciones más fuertes posibles.

Esta carga emocional llevará tu pensamiento clara y poderosamente al receptor de tus pensamientos. Además...

2 - Selecciona cuidadosamente tu pareja telepática

Muchas experiencias y testimonios de comunicaciones telepáticas demuestran que son particularmente efectivas cuando las dos personas en cuestión se conocen o están unidas por lazos familiares, de amistad o amorosos...

De hecho, si las personas comparten ideas, actividades, pasiones, proyectos comunes... esa connivencia facilita la transmisión del pensamiento y ayuda a fortalecer la capacidad telepática.

Como principiante, elegir un compañero con el que tengas afinidades

facilitará la comunicación telepática y te dará confianza.

Antes de escalar el Monte Everest, los alpinistas practican escalar montañas cada vez más altas.

Ningún alpinista serio se lanzaría primero el pico más alto del Himalaya, ¡la cadena montañosa más alta del mundo!

Del mismo modo, como principiante en telepatía, establece las condiciones máximas de éxito con pensamientos telepáticos emocionalmente cargados con un compañero muy cercano a ti.

Gracias a los éxitos logrados, profundizarás tu conocimiento y práctica de la telepatía.

Luego, gradualmente, podrás transmitir pensamientos telepáticos cada vez más fácilmente a un gran número de personas.

Capítulo 7

Cómo iniciar tu práctica telepática



Para aumentar tu concentración, practica primero por tu cuenta.

Entrénate para concentrarte en un solo pensamiento cargado emocionalmente por ti cada vez más.

Cuanto más tiempo puedas mantenerte enfocado en un pensamiento, más tiempo podrás darle fuerza y poder para llegar a la mente de tu futuro compañero telepático.

Cuanto más tiempo te concentres en un pensamiento durante largo tiempo, más atención recibirás de la mente de tu receptor.

Ponte en las mejores condiciones de práctica

Por lo tanto, es importante al principio practicar la telepatía con un compañero usando mensajes telepáticos simples como una palabra, una oración, una idea, un pensamiento, una emoción...

Un consejo para ayudarte a tener éxito en tus emisiones telepáticas

Te recomendamos que al principio, en la fase de principiante, te conformes con mensajes telepáticos simples como los que se indican arriba en el siguiente orden: 1. una palabra, 2. una frase, 3. un pensamiento, 4. una idea, 5. una emoción.

Si se te recomienda encarecidamente seguir este orden, es porque este método ha demostrado ser el más efectivo hasta ahora para lograr dominar gradualmente la potencia de la transmisión telepática.

Luego, una vez que se despierte tu poder telepático y se practique regularmente con éxito de esta manera, podrás transmitir mensajes más elaborados, imágenes tales como mapas, fotos y símbolos geométricos.

Luego, una vez que finalices esta fase de principiante, podrás ensayar las emisiones telepáticas más complejas según las distintas situaciones.

Entonces, una vez que llegues a transmitir mensajes telepáticos simples (una palabra, una frase, una idea, un pensamiento, una emoción...), entrénate con mensajes telepáticos cada vez más complejos: imágenes tales como mapas, fotos, símbolos geométricos.

Cómo dominar tu habilidad telepática

Para tener éxito en la transferencia telepática, es esencial que tu atención permanezca enfocada en el pensamiento telepático que deseas enviarle a tu receptor.

Solo podrás hacer esto si logras mantener tu enfoque el mayor tiempo posible, al menos hasta que el receptor te diga que ha recibido tu pensamiento telepático.

Esto implica invertir en el tiempo que toma desarrollar tu capacidad de concentración como se te enseñó anteriormente.

Concentrarse o enfocarse en tu comunicación telepática es realmente la clave que abrirá la puerta a tus capacidades telepáticas.

Tómate el tiempo necesario para eso. Recomendamos que no pases a la fase de transferencia de pensamiento telepático hasta no haber mejorado tus habilidades de concentración, como se describe anteriormente.

No hay razón para que no puedas hacerlo si tienes la motivación para despertar tu capacidad telepática y la paciencia que necesitas para trabajar regularmente en el despertar de tus poderes telepáticos.

Si ya puedes enfocar tu mente en un pensamiento con suficiente fuerza durante mucho tiempo, deberías poder enviar ese pensamiento láser telepático a tu compañero telepático.

Fijar tu mente en el mismo pensamiento, con la excepción de todos los demás, con perseverancia, te cargará con tanta energía positiva que esta práctica regular te ayudará a expresar gradualmente tu poder telepático.

Ten en cuenta que el ejercicio de respiración yogui que aprendiste en el capítulo anterior dedicado a la relajación del cuerpo es una excelente manera de desarrollar tu poder de concentración.

Por lo tanto, al practicar regularmente la respiración Yogui, podrás matar dos pájaros de un tiro logrando los dos primeros pasos del dominio de tu poder telepático a la vez: la relajación psico-corporal (primer paso) y el refuerzo de tu poder de concentración (segundo paso).

Se recomienda practicar la respiración Yogui, por la mañana al levantarte o por la noche antes de quedarte dormido para obtener el máximo beneficio.

Pasos preliminares para la activación telepática: la respiración yogui

Tómate tu tiempo para dominar esta respiración yogui de forma regular.

Si practicas con regularidad este ejercicio entre 15 y 20 minutos, estarás de verdad en las condiciones más favorables para activar tu poder telepático.

Segundo requisito para la activación de la telepatía: la concentración en el pensamiento único

Luego, aplícate para mantener tu concentración de 5 a 10 minutos en la misma idea cargada emocionalmente.

Practica tus ejercicios de iniciación a la telepatía sin establecer un límite de tiempo, ya que este poder extrasensorial se puede activar en cualquier momento.

Capítulo 8

Los ocho secretos del despertar de tu poder telepático



Los principales puntos que debes respetar en tu práctica telepática para activarla con éxito, son:

1. Creer en la existencia de tu poder telepático.
2. Tener motivaciones positivas dirigidas hacia el Bien.
3. Entrenarte regularmente.
4. Dominar una técnica de relajación psico-corporal.
5. Aumentar tu poder de concentración.
6. Elegir la pareja adecuada que comparta las mismas creencias, incluso si nunca ha practicado el despertar de su poder telepático, pero al menos que crea en su existencia y (posiblemente) espere encontrar el suyo.
7. Concentrarte en una sola idea suficientemente cargada emocionalmente para luego transmitirla con suficiente fuerza a tu compañero.
8. Cumplir estrictamente con las condiciones anteriores y los pasos para desencadenar y desarrollar tu despertar a la telepatía.

Si eres capaz de respetar estos Ocho Secretos de tu Despertar Telepático, tendrás de tu parte todas las posibilidades de dominar tu poder telepático.

De ahí la importancia de...

Llevar un diario telepático

Para alentar y facilitar tu progreso, te recomendamos que mantengas actualizado tu diario telepático anotando, con cada nuevo intento, las condiciones del experimento y los resultados obtenidos.

Mantener un diario telepático es fundamental para hacer un seguimiento de tu progreso, reforzar tus motivos y corregir lo que está mal si no obtienes los resultados que esperas.

Puedes mantener tu diario telepático en un cuaderno o en un archivo de tu computadora de la siguiente manera.

Registra:

1. la fecha, especialmente la hora del experimento, en la parte superior de tu página
2. La duración total de tu iniciación (se completará al final del experimento)
3. La duración particular de tu concentración (se completará al final del experimento)
4. Escribe tu estado emocional, tu grado de motivación (muy alto, alto, bueno,

- promedio) antes y después de cada sesión
5. Escribe el tipo de mensaje telepático enviado: una idea, una imagen como un mapa, una foto, un símbolo geométrico...
 6. Comprueba que has seguido los Ocho Secretos de tu despertar telepático paso a paso, dejando suficiente espacio entre cada uno de ellos (una o dos líneas) para posibles comentarios.

Usa este plan de ocho puntos a lo largo de tu despertar telepático.

Antes de sacar conclusiones de tus ejercicios telepáticos, sigue este plan de forma regular al menos siete veces. Preferiblemente todos los días durante una semana o cada dos o tres días.

Aprende el máximo secreto del despertar de tu poder telepático

Incluso si no obtienes resultados durante este período de una semana si practicas todos los días, o después de tus siete intentos si entrenas durante un período de varias semanas, ¡no varíes este plan de ataque telepático!

El seguimiento de este plan de ataque telepático es el máximo secreto de tu éxito en esta área.

Recuerda esto constantemente, especialmente en los períodos de duda que puedan ocurrir si los resultados tardan en llegar.

Del mismo modo, nunca olvides que el despertar de tu facultad telepática puede ocurrir en cualquier momento, pero a menudo se requiere algo de paciencia.

Además, es importante que mantengas tus motivaciones porque las emociones negativas, como las dudas, pueden crear vibraciones dañinas y pensamientos que pueden retrasar o incluso evitar la activación de tu telepatía.

¿Cómo puede manifestarse tu poder telepático?

Al final de este período de siete días (o después de siete intentos consecutivos, preferiblemente en un período corto), para despertar tu telepatía siempre en las mismas condiciones, deberás tener tus primeros éxitos en la materia.

Abre completamente tu mente al despertar de tu poder telepático porque a menudo sucede que las primeras manifestaciones no son flagrantes ni espectaculares.

Esto puede manifestarse por la recepción, por parte de tu compañero, de un fragmento de la frase enviada telepáticamente, una parte de la palabra transferida, una palabra similar, un sinónimo...

Si al final de este ciclo de siete intentos, ya sea en siete días consecutivos o durante un período más largo, no registras ningún resultado, lo que sería sorprendente, analiza los resultados de tu diario telepático.

Esa es la mejor manera de detectar lo que no ha funcionado en tu práctica y de alcanzar rápidamente tu poder telepático.

De hecho, si tienes dificultades para activar tu telepatía, es evidente que uno o más de los Ocho Secretos de su Despertar Telepático se han aplicado incorrectamente y que deberás hacer algunas modificaciones.

Los repetimos aquí punto por punto con las posibles modificaciones y las principales objeciones de cada etapa.

1 - Creer en la existencia de tu poder telepático

¡El peligro que debe evitarse es dudar de la existencia o de tu capacidad para despertar tus facultades telepáticas!

Si piensas, «no tengo poder telepático»: ¡nada es más falso!

Recuerda que, como cualquier ser humano, posees habilidades extrasensoriales, incluida la telepatía.

Podrías necesitar más de 7 días o variar las condiciones de tu experiencia a continuación para lograr esto. En ese caso, amplía este período.

2 - Tener fuertes motivaciones positivas dirigidas hacia el Bien

Si piensas: «¡No lograré nunca activar mi poder telepático!»: esto es tan falso como la frase del punto 1, porque no hay una razón objetiva por la que no puedas despertar esa habilidad extrasensorial.

Solo las razones subjetivas podrían explicar el retraso de la activación de tus facultades de telepatía.

Las descubrirás al analizar los ocho secretos de tu despertar telepático.

3 - Entrenarte regularmente

Aquí no hay mucho que comentar, solo recomendarte que te entrenes continuamente, una de las claves de tu éxito, que también se encuentra en el campo de la telepatía o en cualquier otro campo.

4 - Dominar una técnica de relajación psico-corporal.

No hay comentarios aquí tampoco, el dominio de la relajación corporal es el paso esencial para desencadenar tu telepatía.

5 - Ser capaz de concentrarte durante una cierta cantidad de tiempo en una sola idea

No hay comentarios aquí tampoco, la capacidad de concentrarte es el segundo paso esencial para activar tu telepatía.

6 - Elegir la pareja adecuada que comparta las mismas creencias, incluso si nunca ha practicado el despertar de su poder telepático, pero al menos cree en su existencia y (posiblemente) espera encontrar la suya propia.

Del mismo modo, un requisito previo para desencadenar tu telepatía.

7 - Concentrarse en una sola idea fuerte suficientemente cargada emocionalmente para luego transmitirla con suficiente fuerza a tu compañero

Del mismo modo, un requisito previo para desencadenar tu telepatía.

8 - Cumplir estrictamente con las condiciones anteriores y los pasos para desencadenar y desarrollar tu despertar a la telepatía.

Del mismo modo, un requisito previo para desencadenar tu telepatía.

Cómo acelerar el despertar de tus facultades telepáticas

Cabe destacar, sin embargo, que a menudo son las razones subjetivas por las que la telepatía no se activa en algunas personas.

En otras palabras: un bloqueo psicológico es a menudo responsable de un retraso en la manifestación del poder telepático.

Ese bloqueo psicológico a menudo está vinculado a la incredulidad habitual de la sociedad acerca de la telepatía.

Si vives en una sociedad materialista, incluso si tienes una mente abierta a la existencia de la telepatía, podrás experimentar inconscientemente ese bloqueo.

En el caso de un bloqueo psicológico que impida la expresión de tu telepatía, hay, sin duda, una lucha entre tu mente lógica racional y tu mente espiritual y que en eso, por el momento, sea la primera que siga siendo la más fuerte.

Tu mente racional percibe el mundo material a través de los cinco sentidos (oído, visión, tacto, gusto, olfato) y transmite la información al cerebro que busca explicarlo, ¡pero la mente racional no puede entender el mundo invisible!

Además, la mente racional solo puede trabajar en el mundo material a través de los sentidos y las limitaciones impuestas por el tiempo y el espacio.

Mientras tanto, la mente espiritual no tiene que ver con esas restricciones temporales y espaciales. Puede alcanzar los confines del universo al instante y descubrir nuestras habilidades extrasensoriales más sutiles e inconscientes.

El mundo invisible de las habilidades extrasensoriales solo puede ser captado por tu mente espiritual que usa una percepción sutil e inaccesible de la mente lógica y racional. De ahí la importancia de abrir tu mente a la posibilidad del despertar de la telepatía.

Seguir los consejos y los planes de iniciación que se revelan en este libro será la mejor manera para que tu mente espiritual tenga prioridad sobre tu mente lógica y abra las puertas a la expresión de tus facultades de telepatía.

Probablemente ya hayas tenido o debido adquirir conocimientos materiales, intelectuales o manuales, ya sea durante tu educación, para capacitarte para un

oficio o por cualquier otro motivo. En ese caso has utilizado tu mente racional.

Tu mente espiritual te servirá de la misma manera para captar y dominar las capacidades extrasensoriales del mundo invisible. Esa habilidad no está al alcance de tu mente racional consciente.

Si tienes dificultades para despertar tu poder telepático, recuerda que la telepatía es una habilidad extrasensorial pero que requiere, como todo, una cierta cantidad de tiempo para llegar a dominarla.

Adopta esta mentalidad ahora y verás cómo este nuevo estado de ánimo te ayudará a despertar tus habilidades telepáticas.

La telepatía es, como todas las facultades extrasensoriales, una capacidad extremadamente sutil, simple y compleja a la vez.

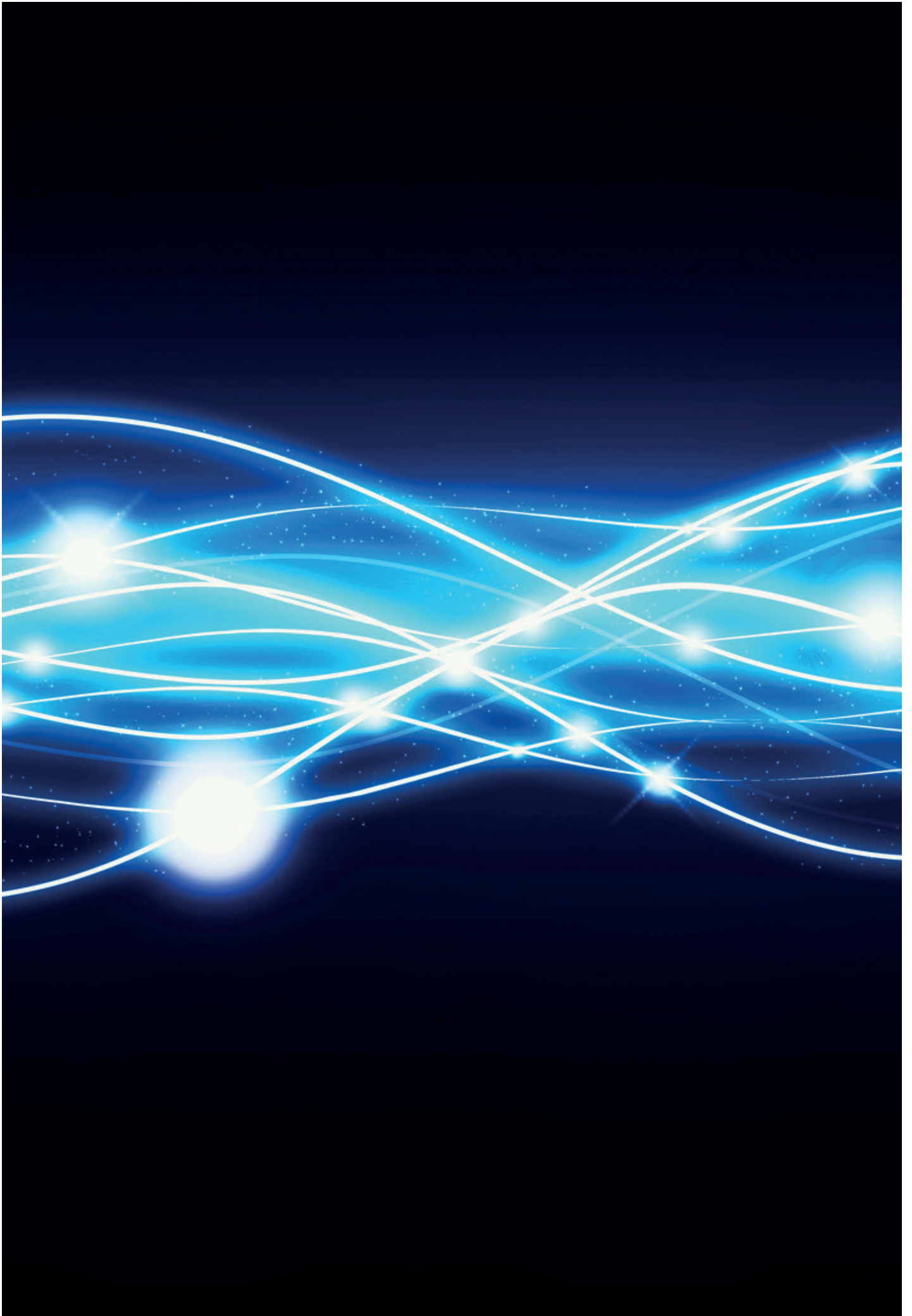
Es simple porque es posible desencadenarla pero es compleja porque se deben reunir varios factores (físicos y psicológicos) para desencadenarla, expuestos a lo largo de esta iniciación.

Estos factores están bien resumidos en los Ocho Secretos de tu Despertar Telepático. Respetarlos es la mejor manera de resaltar tus habilidades telepáticas y expresarlas de manera regular.

¡A veces, un pequeño cambio en tu práctica de los Ocho Secretos del Despertar Telepático es suficiente para que tus poderes telepáticos despierten!

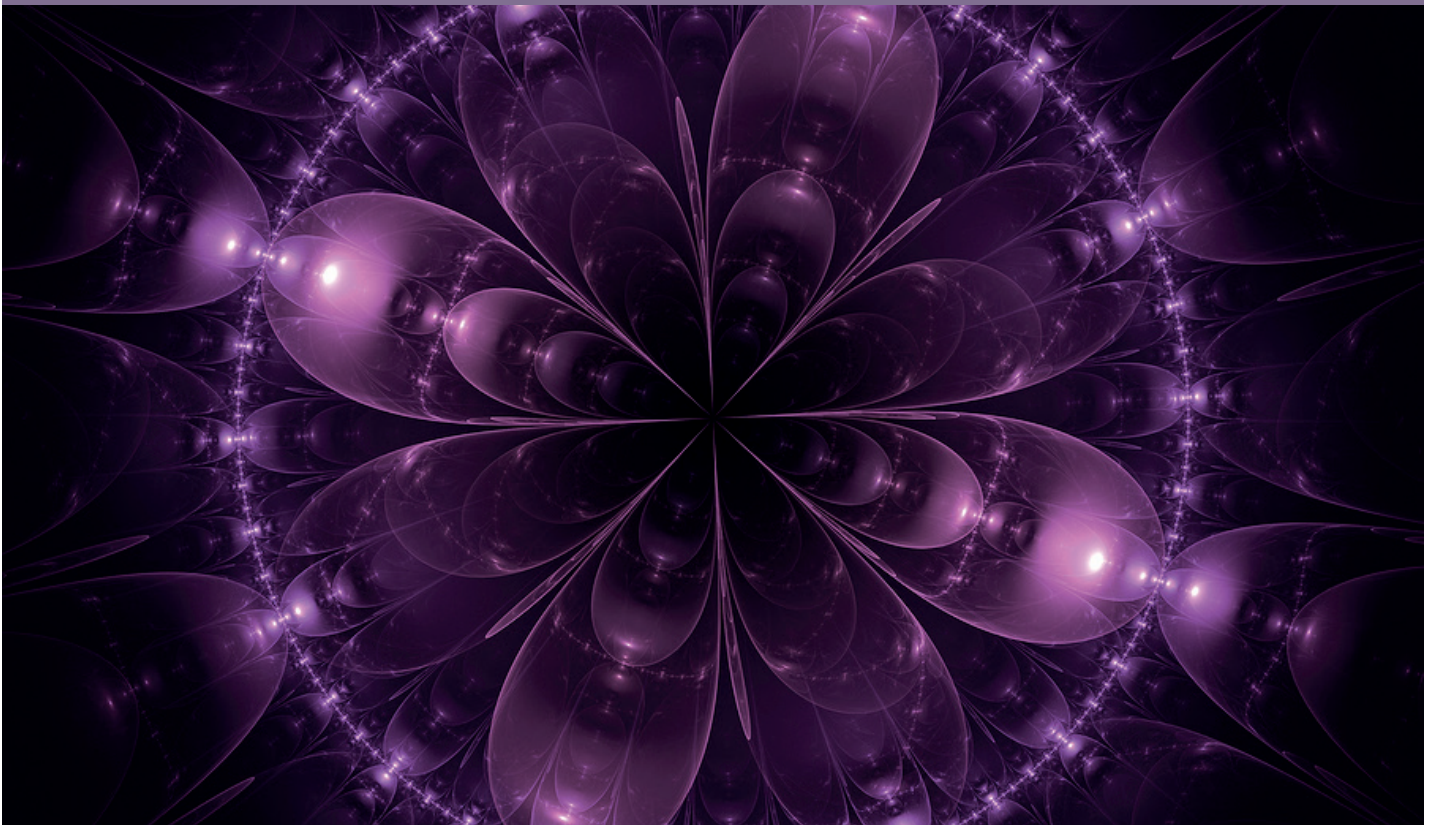
¡Así que tómate tu tiempo!

Practica los Ocho Secretos del Despertar Telepático regularmente, a tu propio ritmo, modificando algunos detalles en tu práctica y a fuerza de experimentar, ¡finalmente lograrás expresar tu potencial telepático!



Capítulo 9

Ejercicios para iniciar la telepatía



Ahora practicarás los ejercicios de iniciación para activar tus habilidades telepáticas.

Estos ejercicios deben realizarse bajo las estrictas condiciones descritas anteriormente con respecto a la práctica del principiante, en particular manteniendo tu diario telepático.

Observar estrictamente las condiciones y consejos dados en cada ejercicio. Esta será la clave de tu éxito telepático.

¡La menor modificación que hagas podría arruinar tus esfuerzos, hacerte dudar de la existencia de la telepatía o limitar tu capacidad para desencadenarla!

Para que entiendas bien el proceso, vamos a ir frase por frase desde el primer ejercicio.

Al principio, practica el primer ejercicio gradualmente.

Cada ejercicio tiene cinco partes.

1. La fase de relajación psico-corporal.
2. La fase de concentración de tu mente.
3. La fase de visualización del mensaje telepático.
4. La fase de transferencia telepática.
5. La fase de recepción del mensaje por parte de la pareja telepática.

Antes de comenzar los ejercicios con un compañero, asegúrate primero de dominar las tres primeras fases anteriores.

Asegúrate de haber dominado la Fase 1 antes de comenzar con la Fase 2 y luego practica las Fases 1 y 2 hasta que lo logres sin problemas.

Luego practica la fase 3, y sigue con las fases 1, 2, 3 hasta dominar esta secuencia.

Luego, acostúmbrate a la transferencia telepática de la fase 4 y, finalmente, pasa por las fases 1, 2, 3 y 4 hasta que estés perfectamente a gusto.

La actitud que debe adoptar tu pareja telepática

Mientras tanto, tu compañero tendrá un papel pasivo para recibir el mensaje telepático, pero esto requerirá, como ya hemos dicho, que haya practicado la telepatía o, al menos, que crea en la existencia de la telepatía.

Incluso si juega solo el papel de receptor pasivo, sería bueno que tu pareja telepática también dominara las dos primeras fases de los ejercicios telepáticos, en otras palabras:

1. La fase de relajación psico-corporal.
2. La fase de concentración de su mente.

Puede practicar antes de las sesiones pero, preferiblemente, al mismo tiempo que tú para estar en las mejores condiciones de recepción telepática en las fases 3, 4, 5. En otras palabras, durante...

3. La fase de visualización del mensaje telepático.
- 4- La fase de transferencia telepática.
- 5- La fase de recepción del mensaje por parte de la pareja telepática.

Asegúrate de que tu pareja telepática conozca y sepa encadenar bien las diferentes fases antes de comenzar a practicar la telepatía.

Sobre todo, si eres principiante, comprueba que estén ambos en armonía espiritual y que tu pareja esté siguiendo las diferentes fases de los ejercicios telepáticos.

En esas condiciones, facilitará la activación de tu facultad telepática y, en el proceso, acelerarás la obtención de resultados.

Eso solo fortalecerá tu confianza en ti mismo y te permitirá desencadenar tu telepatía a voluntad.

De manera similar, al principio, enfocarte en imágenes simples te dará la confianza y la audacia que te permitirá transmitir mensajes más complicados, como imágenes, cartas de la baraja, dados aleatorios, fotos, imágenes y símbolos geométricos...

También es importante que lleves a cabo tus sesiones lejos de las comidas, obviamente sin excesos, especialmente con poca grasa, azúcares y alcohol... cuya digestión obstaculizaría tu concentración. Digamos dos o tres horas después de una comida.

Practica solo si estás en buen estado físico y mental, relajado y, de ser posible, de buen humor con una fuerte motivación y entusiasmo.

De hecho, cualquier estado psicológico negativo retrasaría o incluso podría impedir la activación de tu poder telepático. Debe ser lo mismo para tu pareja. También debes contar con un alto nivel de motivación.

Si no estás en ese estado mental recomendado, es mejor que pospongas tu sesión o tomes las medidas necesarias para que puedas acceder a ese estado mental que facilita la comunicación telepática.

Al principio, ponte de acuerdo con tu compañero sobre los mensajes telepáticos que enviarás para que pueda detectarlos sin dificultad o dejarlos pasar por el flujo de tus pensamientos.

Siempre ten en cuenta estos consejos, ya que la experiencia ha demostrado que son los mejores para descubrir nuestras facultades telepáticas. Finalmente, tú y tu pareja deben tener mucha paciencia y hacer todo lo posible para obtener resultados.

I- Ejercicio No. 1 de Telepatía

Duración: 15 minutos por sesión durante una semana y luego 30 minutos.

Deja pasar 24 horas entre sesiones.

Este ejercicio está destinado a que te acostumbres a los siguientes ejercicios de telepatía, pero también podría despertar tus poderes telepáticos.

a) La fase de relajación psico-corporal.

Al practicar respiraciones profundas, relajas gradualmente todo tu cuerpo, la relajación de tu mente vendrá a continuación.

Un ciclo de respiración profunda comienza con la inhalación seguida por la exhalación. En cada ciclo respiratorio, relaja sucesivamente las diferentes partes de tu cuerpo desde los pies hasta la cabeza, hacerlo durante la exhalación facilita la relajación psico-corporal.

Cierra los ojos y concéntrate en tu respiración, dejando que se profundice naturalmente.

Luego, procede de la siguiente manera, de los pies a la cabeza.

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mis pies. (No lo pienses solamente, relaja en verdad tus pies y así sucesivamente para las diferentes partes de tu cuerpo).

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mis piernas.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi pelvis.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mis genitales.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi espalda.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi vientre.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi pecho.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mis manos.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mis brazos.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mis hombros.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi cuello.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi mandíbula.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi rostro.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi frente.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi tercer ojo (ubicado sobre la nariz, entre las cejas».

b) La fase de concentración de tu mente.

Repite regularmente tu mensaje telepático (al principio una palabra o frase simple) por lo menos durante 4 a 5 minutos permaneciendo totalmente enfocado, o más precisamente dejando pasar con calma pero sin piedad todos los demás pensamientos que se llaman, en general «pensamientos parásitos»!

Por ejemplo, puedes repetir la palabra «dinero» o «amor» o la frase «Quiero ser rico» o «Quiero vivir el amor perfecto».

c) La fase de visualización del mensaje telepático.

Ver una imagen de tu mensaje telepático facilita la transferencia a la mente de tu compañero telepático y le ayuda a detectar mejor tu mensaje telepático.

Por ejemplo, puedes visualizar un montón de barras de oro en combinación con tu palabra telepática «dinero» o tu frase telepática «Quiero ser rico».

Del mismo modo, puedes unir la palabra «amor» o «Quiero vivir el amor perfecto» con la imagen de un corazón o la persona de tus sueños.

Nuevamente, estos dos ejemplos son solo... ejemplos.

Eres libre de elegir otras combinaciones de palabras o frases telepáticas e imágenes correspondientes.

Lo principal es que tus mensajes e imágenes telepáticas estén muy cargados emocionalmente de acuerdo con tus deseos y motivaciones.

d) La fase de transferencia telepática

Una vez que tu mensaje telepático esté cargado emocionalmente o simbolizado por una imagen previa, envíalo como un rayo láser con fuerza al bucle mental de tu compañero telepático hasta la siguiente fase.

e) La fase de recepción del mensaje por parte de la pareja telepática.

Continúa enfocándote intensamente en enviar la frase o la imagen que la simboliza hasta que tu compañero te diga que ha recibido tu mensaje telepático.

Para dominar perfectamente este primer ejercicio telepático, practica muchas veces en condiciones similares con otras palabras, frases e imágenes telepáticas simples.

Cuando llegues a obtener resultados regulares satisfactorios con lo simple, digamos una tasa de éxito del 50 al 70%, podrás pasar al ejercicio telepático No. 2.

II- Ejercicio telepático No. 2 del lanzamiento de los dados

Duración: 15 minutos por sesión durante una semana y luego 30 minutos.

Deja pasar 24 horas entre sesiones.

Instálate en un lugar alejado del ruido y de otras personas donde puedas permanecer tranquilo durante al menos 15 minutos para comenzar. A continuación, podrás aumentar ese período regularmente.

Para este ejercicio, toma un dado y coloca una barrera entre tú y tu compañero para que él no pueda ver cuando lanzas tus dados, sino solo tu rostro.

a) La fase de relajación psico-corporal.

Al practicar respiraciones profundas, relajas gradualmente todo tu cuerpo, la relajación de tu mente vendrá a continuación.

Un ciclo de respiración profunda comienza con la inhalación seguida por la exhalación. En cada ciclo respiratorio, relaja sucesivamente las diferentes partes de tu cuerpo desde los pies hasta la cabeza, hacerlo durante la exhalación facilita la relajación psico-corporal.

Cierra los ojos y concéntrate en tu respiración, dejando que se profundice naturalmente.

Para hacerlo, procede de la siguiente manera:

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mis pies.»

(No lo pienses solamente, relaja en verdad tus pies y así sucesivamente para las diferentes partes de tu cuerpo).

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mis piernas.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi pelvis.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mis genitales.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi espalda.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi vientre.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi pecho.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mis manos.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mis brazos.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mis hombros.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi cuello.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi mandíbula.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi rostro.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi frente.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi tercer ojo (ubicado sobre la nariz, entre las cejas)».

b) La fase de concentración de tu mente.

Esto se basará en la práctica de la respiración yogui.

1- Siéntate en la posición más cómoda pero con la espalda recta y la cabeza alineada con tu columna vertebral.

2- Cierra la fosa nasal derecha con el pulgar de tu mano derecha.

3- Inhala por la fosa nasal izquierda durante cinco segundos.

4- Cierra la fosa nasal izquierda con el dedo índice de la misma mano. Aguanta la respiración de diez a quince segundos.

5- Retira el pulgar y exhala por la fosa nasal derecha durante cinco segundos.

6- Inhala de nuevo por la fosa nasal derecha durante cinco segundos.

7- Cierra la fosa nasal derecha con el pulgar y aguanta la respiración de diez a quince segundos.

8- Exhala durante cinco segundos después de retirar el dedo índice de la fosa nasal izquierda.

9- Repite este ciclo de respiración del 1) al 8) cinco veces. Ahora estás en un profundo estado de concentración

10- Concentrándote completamente en tu dado, lánzalo

c) La fase de visualización del mensaje telepático.

Cierra los ojos y ve la cara del dado con la cifra correspondiente, por ejemplo 5.

d) La fase de transferencia telepática.

Una vez que tu mensaje telepático esté cargado emocionalmente o simbolizado por una imagen del dado, envíalo como un rayo láser con fuerza al bucle mental de tu compañero telepático hasta la siguiente fase.

e) La fase de recepción del mensaje por parte de la pareja telepática.

Concéntrate fuertemente en enviar la imagen de la cara del dado con, por ejemplo, el número 5, espera a que tu compañero te diga que ha recibido tu mensaje telepático.

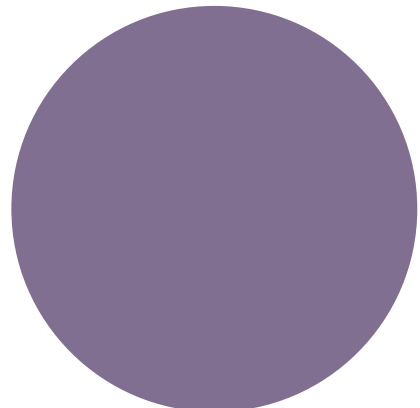
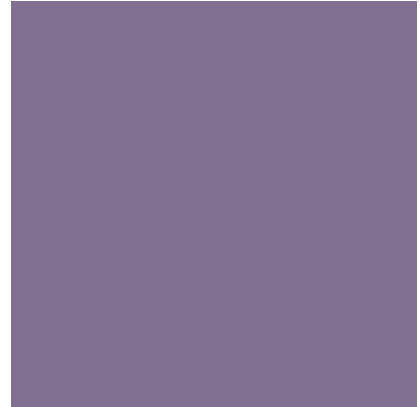
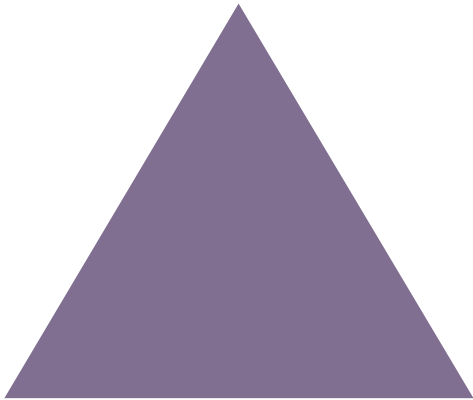
Luego anota en tu diario telepático el número del lanzamiento y el número correspondiente entre el 1 y el 6. Por ejemplo: lanzamiento 1, número 5.

Después de un límite de tiempo o una cantidad de respuestas predeterminadas, suspende el experimento y renuévalo más tarde hasta que tu compañero adivine el número correcto de manera regular.

Como antes, una tasa del 50 al 70% es una tasa de éxito honrosa. Mejorarás con la experiencia. Una vez que lo logres, pasa al ejercicio 3.

III- Ejercicio telepático No. 3 de formas geométricas

Para este ejercicio, usa las siguientes cuatro formas básicas: círculo, triángulo, cuadrado y rectángulo. Puedes imprimirlos según los siguientes:



Duración: 15 minutos por sesión durante una semana y luego 30 minutos.

Deja pasar 24 horas entre sesiones.

Para este ejercicio, toma las cuatro formas impresas frente a ti y coloca una barrera entre tú y tu compañero para que él no pueda ver tus formas geométricas, sino solo tu rostro.

Instálate en un lugar alejado del ruido y de otras personas donde puedas estar en tranquilidad durante al menos 15 minutos para comenzar. A continuación, puedes aumentar este período regularmente

a) La fase de relajación psico-corporal.

Al practicar las respiraciones profundas, relajas gradualmente todo tu cuerpo, la relajación de tu mente vendrá a continuación.

Un ciclo de respiración profunda comienza con la inhalación seguida por la exhalación. En cada ciclo respiratorio, relaja sucesivamente las diferentes partes de tu cuerpo desde los pies hasta la cabeza, hacerlo durante la exhalación facilita la relajación psico-corporal.

Cierra los ojos y concéntrate en tu respiración, dejando que se profundice naturalmente.

Para hacerlo, procede de la siguiente manera:

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mis pies.» (No lo pienses solamente, relaja en verdad tus pies y así sucesivamente para las diferentes partes de tu cuerpo).

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mis piernas.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi pelvis.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mis genitales.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi espalda.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi vientre.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi pecho.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mis manos.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mis brazos.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mis hombros.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi cuello.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi mandíbula.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi rostro.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi frente.»

Inhala, y al exhalar declara: «Exhalo y relajo mi tercer ojo (ubicado sobre la nariz, entre las cejas)».

b) La fase de concentración de tu mente

Esto se basará en la práctica de la respiración yogui.

1. Siéntate en la posición más cómoda pero con la espalda recta y la cabeza alineada con la columna vertebral.
2. Cierra la fosa nasal derecha con el pulgar de tu mano derecha.
3. Inhala por la fosa nasal izquierda durante cinco segundos.
4. Cierra la fosa nasal izquierda con el dedo índice de la misma mano.
5. Aguanta la respiración de diez a quince segundos.
6. Retira el pulgar y exhala por la fosa nasal derecha durante cinco segundos.
7. Inhala de nuevo por la fosa nasal derecha durante cinco segundos.
8. Cierra la fosa nasal derecha con el pulgar y aguanta la respiración de diez a quince segundos.
9. Exhala durante cinco segundos después de retirar el dedo índice de la fosa nasal izquierda.
10. Repite este ciclo de respiración del 1) al 9) cinco veces. Ahora estás en un profundo estado de concentración

c) La fase de visualización del mensaje telepático

Mira fijamente una de esas formas geométricas (por ejemplo, el círculo), luego cierra los ojos y visualízalo con una concentración intensa de dos a cinco minutos.

d) La fase de transferencia telepática.

Una vez que esa imagen telepática esté firmemente implantada en tu mente, con los ojos aún cerrados, envíala como un rayo láser a la mente de tu compañero telepático en bucle hasta la siguiente fase.

e) La fase de recepción del mensaje por parte de la pareja telepática

Continúa enfocándote intensamente en enviar la forma geométrica elegida hasta que tu compañero te diga que ha recibido tu imagen telepática.

Después de un límite de tiempo o una cantidad de respuestas predeterminadas, suspende el experimento y renuévalo más tarde hasta que tu compañero adivine la imagen correcta de manera regular.

Como antes, una tasa del 50 al 70% es una tasa de éxito honrosa. Mejorarás con la experiencia.

Luego repite la misma experiencia telepática en las mismas condiciones con las otras tres imágenes.

Conclusión ¿Y después?

Una vez que llegues a transmitir mensajes telepáticos simples (una palabra, una frase, una idea, un pensamiento, una emoción, una imagen...), entrénate con mensajes telepáticos progresivamente más complejos: imágenes como mapas, fotos, símbolos geométricos.

Si se te recomienda encarecidamente que sigas este orden, es porque este método ha demostrado ser el más efectivo para lograr dominar la potencia de la transmisión telepática.

Una vez que tu poder telepático se despierte y practiques con regularidad de forma exitosa con mensajes telepáticos simples, varía las condiciones de la práctica.

Por ejemplo, enseguida podrás:

- Siempre con la misma persona, practica en dos habitaciones separadas pero poniéndote de acuerdo en el momento en que vas a enviar tu pensamiento telepático.
- Siempre con la misma persona, practica en dos habitaciones separadas, pero poniéndote de acuerdo en el momento en que vas a enviar tu pensamiento telepático pero con pensamientos distintos.
- Siempre con la misma persona, practica en dos habitaciones separadas pero poniéndote de acuerdo en el momento en que vas a enviar tu pensamiento telepático, pero con mensajes de diferente naturaleza, por ejemplo, después de los pensamientos, puedes practicar enviando imágenes, mapas, fotos, símbolos geométricos ...

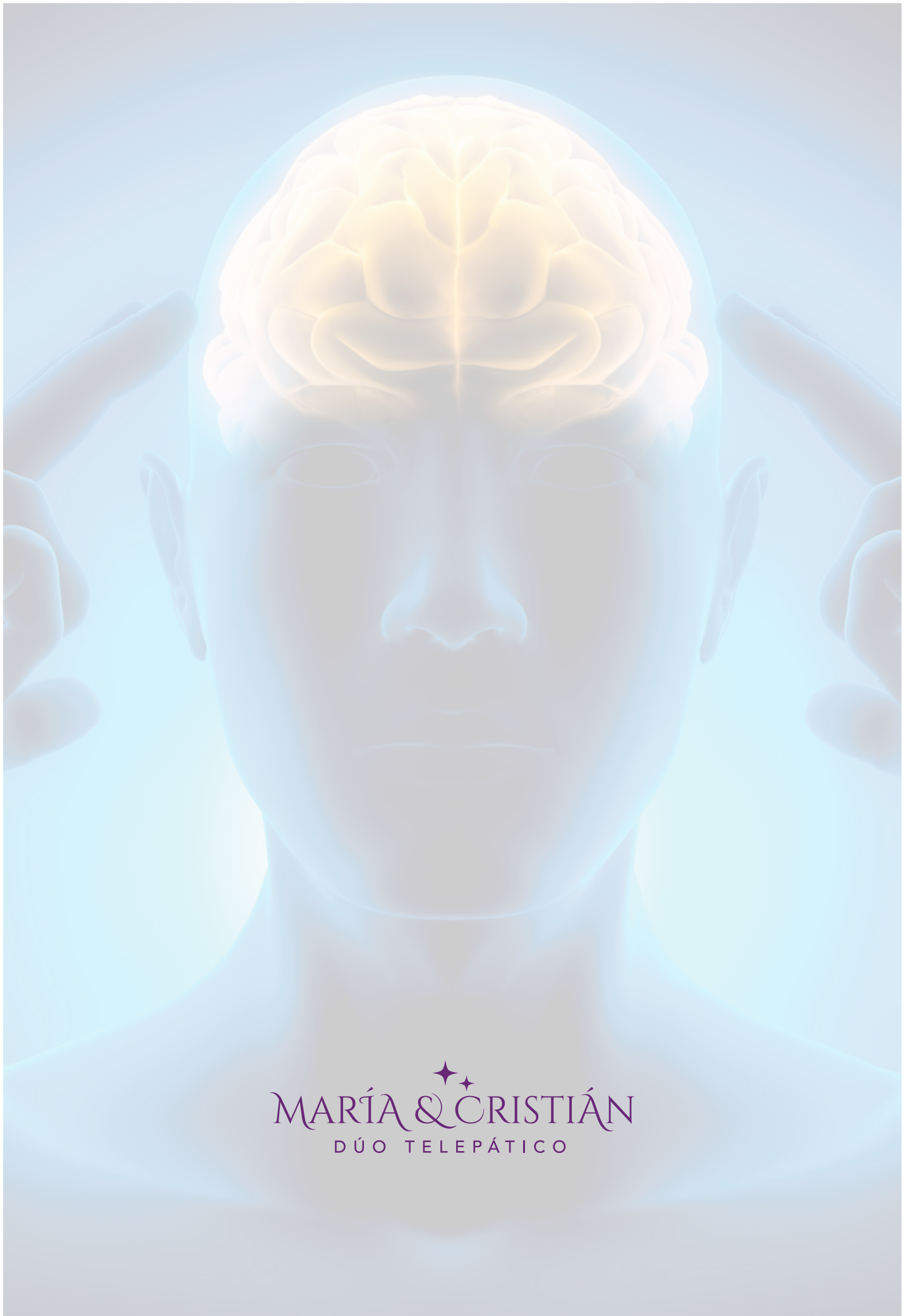
También es posible que captures los pensamientos de tu compañero telepático o de cualquier otra persona con la que te encuentres durante tu inicio de siete días o de los siete pasos ¡de manera voluntaria o espontánea!

Mantente alerta, siempre atento a los pensamientos de las otras personas.

Envía mensajes telepáticos con regularidad, cree siempre en tu poder telepático, evita dudar...

En esas condiciones, favorecerás el despertar de tus habilidades telepáticas.

Maria x Cristián



MARÍA & CRISTIÁN
DÚO TELEPÁTICO