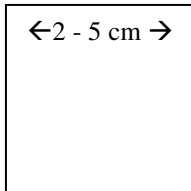


La psiwheel

Personalmente le llamo “el molinillo”, aunque generalmente es conocida como psiwheel. Es un ejercicio de los más básicos (por no decir el que más) en telequinesia.

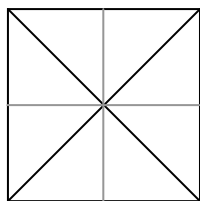
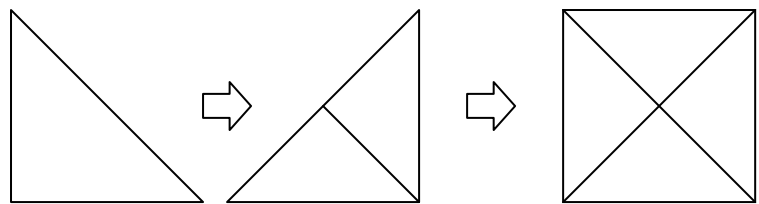
Construcción



Tomamos un cuadrado de papel que tenga de lado de 2 a 5 cm (si es tu primera vez te recomiendo que sea sobre 2 cm)

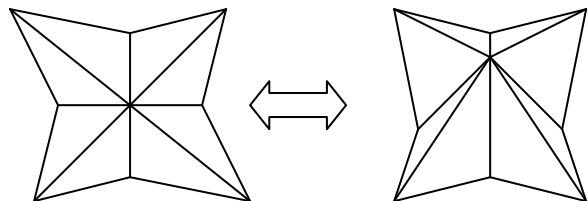
El cuadrado no tiene que ser de papel, también puedes hacerlo de papel de aluminio, que ofrece menos resistencia.

Doblamos el cuadrado por sus diagonales, debería quedarte algo así:

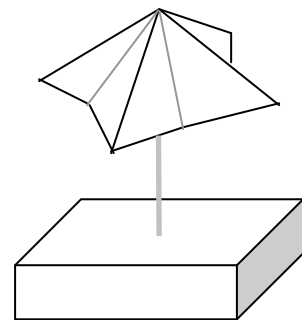


Ahora haz lo mismo, pero el doblado debe de ir de la mitad de un lado, a la mitad del lado opuesto, y el sentido del doblado debe de ser opuesto al de las diagonales.

Debería quedarte algo así, una especie de estrella de 4 puntas



Ahora deberás necesitamos un soporte, algo como un corcho o similar. Debe de ser estable ya que en él tienes que clavar la aguja que será el eje. Te quedará algo así. Es muy importante que la parte que “pincha” de la aguja quede hacia arriba, quedando la parte en la que se enhebra el hilo clavada en el soporte. Sitúa la psiwheel encima de la parte punzante de la aguja, pero **NO CLAVES** la estrella



Como hacer que se mueva

Lo único que tienes que hacer ahora es situar la psiwheel en un sitio estable (una mesa) y sentarte cómodamente cerca de ella. Relájate y concéntrate. Te recomiendo el estado de *concentración simple*, descrito en el documento [Concentración](#) de Tefnakt, aunque también puedes probar en *Concentración alfa*. Siente la estrella (la parte que se mueve) como si fuera una parte de tu mismo cuerpo e intenta hacerla girar. Hay muchos modos de hacerlo, puedes “visualizar” líneas de energía saliendo de tu mano o imaginar que la estrella se mueva, sintiéndola, oyéndola (aunque no haga ruido) etc. Puede parecer difícil, pero una vez que lo hayas logrado, verás lo fácil que es, se trata de sentir la estrella, de estar unido a ella. Es un sentimiento difícil de explicar, pero cuando lo logres, me entenderás.

No desesperes si no lo logras en el primer día, en la primera semana o en el primer mes. He de admitir que es muy frustrante pasar sesiones sin conseguirlo, pero solo insistiendo lograrás que se mueva

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

Zervan