

Psi-balls (método de Tefnakt y otros métodos)

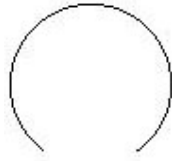
por Tefnakt

La infame psiball, el primer reto para la mayoría de los novatos, es lo que yo y la mayoría de los psíquicos recomendamos aprender primero, ya que, aparte de ser fácil, al aprender a hacer psiballs, se aprende la base sobre el manejo de la energía psíquica (que de aquí en adelante llamaremos “psi”).

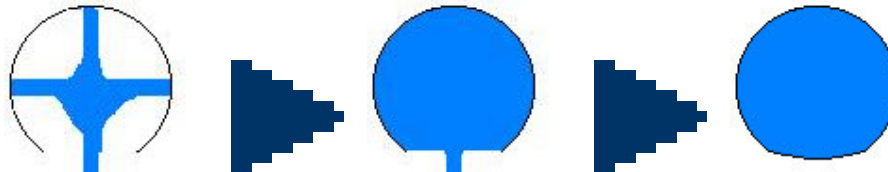
Primero definamos qué es una psiball: la psiball es una bola compuesta por psi. Simplemente eso. Sus aplicaciones son tantas como se le pueden dar al psi, y ése es otro tema que trataré en su respectivo artículo. No obstante diremos que el primer objetivo de la psiball es iniciarnos en las habilidades psíquicas, y por dicha razón, voy a explicar cómo hacer una psiball en varios pasos detallados (para mi método), y otros métodos de forma más general.

Bien, comencemos con mi método:

- Primer paso. Elige el sitio donde quieres que se forme la psiball. Normalmente para empezar se eligen una o las dos manos (yo personalmente prefiero hacerla en una sólo), pero digo que elijas el lugar para darte a entender que realmente puedes crearla en cualquier sitio, incluyendo zonas que no pertenezcan a tu cuerpo. Para nuestro ejemplo elijamos la mano derecha, posicionada con la palma hacia arriba.
- Segundo paso. Siente el psi en tu estómago. Visualiza tu estómago como si fuera un depósito de psi, lleno de él. Puedes representar el psi como un líquido azul. Mantén esta visualización un rato hasta que sientas una sensación de hormigueo, punzante o alguna otra sensación especial en el estómago ¹. Mientras mantienes la imagen en mente, visualiza el psi (el líquido) como pequeñas gotas que se agitan intensa y rápidamente.
- Tercer paso. Visualiza cómo cierta cantidad del líquido se mueve en dirección hacia la mano derecha. En breve deberías sentir la misma sensación que notas en el estómago en el recorrido de éste a la mano. Haz un “zoom” a la energía que va del estómago a la mano y visualiza cómo las gotas del líquido giran en espiral con respecto al eje del flujo del líquido.
- Cuarto paso. Saca el psi al exterior y agrúpalo en una bola. Para ello visualiza el líquido saliendo a la palma de tu mano y formando un borde fuerte de forma esférica por todos lados salvo por abajo. La forma debería quedar de la siguiente manera:



Esto es para contener el psi y que no se disperse al salir y formarse la bola.
A continuación visualiza el líquido entrando en el contorno sólido hasta que se llene por completo. Después cierra el contorno por abajo.



- Quinto paso. Dejarla ir. Cuando quieras disolverla simplemente visualiza la bola desvaneciéndose (snif).

Bien, ése es mi método. Los otros métodos son muy parecidos, la variación es mínima:

- Variación de la fuente de la energía. Hay quienes, en lugar de sentir la energía en su interior desde el principio, prefieren absorberla de otros cuerpos. Se puede hacer, realmente de cualquier sitio: del Sol, de la Luna, del agua, del fuego, del viento, etc. Eso depende de cómo se desee hacer la bola. Si quieres hacer una bola que emita calor, entonces deberías tomar energía del fuego o del Sol.

Realmente eso también se puede hacer mediante mi método, pero a mucha gente le resulta más sencillo así. Es tu elección: escoge el método que te parezca más fácil.

- Variación de la visualización. Esto puede entenderse de dos maneras:
 - a) La visualización puede variar. No hay por qué representar el psi como un líquido azul, ni tampoco girando en forma de hélice. El psi puede representarse de otras maneras, por ejemplo partículas individuales o como señales eléctricas que se mueven por cables, o de infinitas maneras, todo depende de la persona. "Todo maestrillo tiene su librillo". No obstante, para empezar os aconsejo mi método, ya que a mí me va muy bien con él.
 - b) Puede variar el método de visualización. En vez utilizar visualización mental se puede usar la visualización táctil. Pero como aún yo no la domino del todo bien, no voy a escribir nada sobre ella aquí. Probablemente en el futuro le dedique todo un artículo cuando yo esté preparado para ello.

Bien, has seguido los pasos dados y ¡ lo has hecho! Como ves no es nada difícil, de hecho como ya he dicho antes, esto constituye la base de los poderes psíquicos. Recuerda que la clave para mejorar en los poderes es la práctica, así que practica esto con frecuencia hasta que lo domines. Espero que haya servido de ayuda :).

Aquí termina el artículo. Exponed vuestras dudas en el foro o enviadlas a tefnakt@hotmail.com. Tras responderos, ampliaré el documento resolviendo la duda en él si lo veo adecuado.

¹ Si pasas más de 15 minutos concentrado en la visualización y no sientes nada en el estómago, avanza entonces al siguiente paso e ignora todas las ocasiones en que digo la palabra ‘sentir’ o ‘notar’. Hay personas que no sienten la energía en un principio a pesar de poder manipularla. Normalmente con la práctica se van volviendo sensibles y acaban sintiéndola.

Anexo

FAQ sobre el artículo

P: ¿Cómo me cargo de energía?

R: Hay varios métodos. En el [FAQ sobre Psiballs](#) sale uno. Mi método es otro. Como he descrito arriba, lo único que hago es visualizar mi estómago lleno de psi (energía). Al momento me siento agradablemente inundado de energía. Por supuesto, la primera vez que lo hice no me salió al momento, sino que me podría haber pasado incluso 10 minutos visualizando (la verdad es que nunca me he cronometrado). Como digo, esto es igual que las demás cosas de la vida: práctica. Prueba los dos métodos (el del FAQ y el mío) a ver cuál va mejor contigo. Más adelante podrás crear tu propio método basándote en el que mejor te haya ido.

P: ¿Hay que ponerse en alguna posición especial para hacer las psiballs?

R: No. Hazlo como más cómodo te parezca. Si haciendo el pino estás cómodo, hazlas haciendo el pino :-P. Personalmente, suelo hacerlas sentado, porque tumbado me relajo DEMASIADO, y haciendo el pino... bueno a ver si me sale algún día el pino :-).

P: ¿Se pueden hacer psiballs escuchando música?

R: Poderse se pueden, pero yo recomiendo, al menos al principio, que os busquéis un lugar en silencio, para que la concentración no se rompa. Además, ¿de qué sirve poner música si te conviene no escucharla para mantener la concentración? Bueno, puede ser útil practicar, por si algún día pretendes hacer psiballs o cualquier manejo de energía cuando estás en medio de una fiesta bailando ;-).

P: Al hacer una psiball y querer disolverla, ¿ocurre algo si en lugar de dejar que fluya cerramos la mano?

R: Si has programado la psiball para que cuando cierres la mano se disuelva, sí. Si cierras la mano porque sí, sin la intención de disolver la psiball, ésta permanecerá en el aire (siempre y cuando esté “sellada” adecuadamente).

P: ¿Qué es una psiball sellada?

R: Una psiball sellada es la que has programado para que tenga un borde que contenga la energía dentro. Si no sellas la psiball, ésta se disolverá en cuanto pierdas la concentración (bueno, no instantáneamente, pero sí en cuestión de segundos).

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 tefnakt@hotmail.com

© 2003 Atenea: La Academia Española de las Artes Psíquicas