

# La Cryokinesis

Por Radagast

Bueno como ya sabréis, la cryokinesis es la habilidad de controlar las bajas temperaturas. En cierto modo generalizamos al llamar cryokinesis, ya que en las primeras etapas es una termokinesis centrada básicamente en el frío. Para que resulte esto más comprensible la cryokinesis funciona disminuyendo la velocidad de vibración y movimiento de los átomos, solo que nosotros en lugar de pensar en átomos relacionamos con el frío y lo conseguimos por imitación, pero está bien comprender de que se trata.

Para llegar a controlarla necesitaremos tiempo y mucho entrenamiento, ya que, al igual que la pyrokinesis, es difícil acostumbrarse a unas temperaturas diferentes a las corporales. Yo voy a poner algunos ejercicios que ha mi me han servido y ayudado mucho al desarrollo de esta kinesis.

## **Ejercicio 1: Conocer el frío**

Está claro que todos hemos sentido frío en muchas ocasiones, bien, pues este ejercicio se basa en "perderlo": al igual que perdemos el miedo debemos llegar a perder la incomodidad del frío y convertirlo en la sensación que nos gusta sentir. Para ello solamente debemos conocerlo, no vamos a juzgarlo ni a pensar <<aquí hace frío>>, se trata de percibir su esencia, el espíritu del frío. Bueno, esto dicho así parece bastante complicado por eso estas son algunas maneras:

- Quedarnos en algún lugar frío a meditar, a sentir la sensación que nos produce y a grabarla en la memoria para poder imitarla.
- Coger un cubito de hielo (o varios) todos los días y centrarnos en esa sensación. Con tenerlo 3 minutos los primeros días basta, luego id subiendo el tiempo.
- Hacer psiballs frías, visualizando la energía azul o blanca y recordando la sensación que el frío nos produce.

\* Alguna gente toma baños fríos, no voy a pedirlos eso ya que podríais resfriaros, pero es verdad que los baños muy calientes no ayudan.

## **Ejercicio 2: Termokinesis elemental.**

Ahora vamos a hacer un pequeño ejercicio de termokinesis que nos será muy útil para llegar a controlar la cryokinesis. Recomiendo haber hecho el ejercicio anterior unas dos o tres semanas para estar habituados al frío.

- Cogemos un vaso de agua a temperatura ambiental. Nuestro objetivo será enfriarla.
- Lo agarramos con las dos manos y nos concentramos en la sensación que tenemos al estar en contacto con el frío, olvidaos del vaso de agua, pensad en el frío. Enviad toda esa energía, esa sensación a las manos, sentid como se quedan heladas y canalizan todo ese frío hasta el vaso.
- Si lo estamos haciendo bien el vaso debería enfriarse en unos minutos.

\* Otro ejercicio es hacer lo mismo pero con un vaso de agua caliente, es más difícil y debe hacerse en poco tiempo ya que si no el vaso se enfriará al estar en contacto con una temperatura más fría como es la del ambiente.

\* También puede hacerse esto en una habitación, cambiando la temperatura de ésta. Más difícil por supuesto.

### **Ejercicio 3: Mantener el hielo congelado.**

Como veis la cosa se complica. Ahora vamos a intentar que algo congelado no se descongele, o si lo hace, que sea en el mayor tiempo posible.

El ejercicio anterior debe ser practicado otras 2 o 3 semanas, sin dejar de practicar el primero.

- Tomamos un hielo como solemos hacer, pero esta vez vamos a intentar que no se derrita.
- Al igual que en el segundo ejercicio enviaremos toda la sensación de frío a nuestras manos. Si tenemos dificultad para esto podemos visualizarnos en el polo norte o en un montaña nevada.
- Ahora visualizaremos el hielo perfectamente congelado, recibiendo energía helada (visualizada como con las psiballs) constantemente, de manera que no puede derretirse.

Conseguir esto nos llevará algunas semanas, pero poco a poco iremos mejorando. Y es una habilidad muy útil para los escépticos ya que es evidente que si no se descongela.. es por algo.

### **Ejercicio 4: Cryokinesis media - Psiballs heladas.**

Al contrario que en otros artículos yo no voy a exponer cosas como "bolas de hielo" o "ráfagas de hielo" o cosas así. Eso es mucho más difícil que por ejemplo crear fuego. Yo quiero enseñaros como crear psiballs completamente heladas que pueden llegar a enfriar el agua en segundos.

- Para este último y más difícil ejercicio necesitaremos haber meditado antes media hora, cargándonos a tope de energía y frío.
- Ahora crearemos una psiball fría como ya sabemos hacer.
- Enviamos todo nuestro frío (cosa que también hemos hecho ya) a las manos y visualizamos un lugar completamente frío y como esos lugares os envían energía helada a vuestras manos.
- Ahora sumaremos otra visualización los átomos comienzan a moverse muy lentamente entre vuestras manos y toda la energía que entra fuertemente comienza a ralentizarse cuando llega a la psiball.
- Sentid todo lo que habéis sentido en ese tiempo practicando y poco a poco sentiréis que tenéis algo completamente congelado entre las manos. Puede que no sea físico, pero es perfectamente perceptible.

Este ejercicio requiere mucho entrenamiento y para llegar a conseguirlo pueden requerirse incluso meses. Hay que seguir practicando los ejercicios anteriores. Y aquí sí, tomar baños fríos.

## **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 licenciadore.



**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.