

FRANK R. YOUNG



**CICLOMANCIA**

# **LA CICLOMANCIA**

**EL SECRETO DEL CONTROL  
DEL PODER SIQUICO**

por

**Frank Rudolph Young**

## DEDICATORIA

*«¿Esto no es algo más que fantasía?»*

HAMLET

*«Hay más cosas en los espíritus y en los cuerpos de las personas, hijo mío, de las que han sido soñadas en todas sus ciencias.»*

JOHN ARNOLD YOUNG  
(El padre del autor,  
a la memoria del cual  
está dedicado este  
libro)

## LO QUE ESTE LIBRO HARA PARA USTED

Este libro le enseñará la forma de adquirir sorprendentes poderes místicos. Poderes de curación, de materialización, de profecía y de transmisión del pensamiento, y otros aún más sorprendentes. Prueba claramente que la Magia existe realmente y muestra cómo pueden obtenerse resultados increíbles, incluso sin mover un dedo.

La CICLOMANCIA (otro nombre de la Magia Blanca) es simplemente la utilización de ciertos poderes ocultos que todos poseemos. Poderes que nos fueron dados mucho antes de que fuesen inventados los libros. Poderes olvidados. Por ejemplo, cómo desplazar objetos sin tocarlos. ¡Pero usted posee el poder de hacerlo!

¡Este poder dormido reposa en usted en este mismo momento! ¡Así como muchos otros! Poderes como la visión radioscópica, la proyección astral, la atracción mental hipnótica, y el oído superpotente, por nombrar solamente algunos.

En cada fase de su vida, observará que la CICLOMANCIA le aporta resultados increíbles. Por ejemplo, gracias a la visión radioscópica, como muestra este libro.

El maestro síquico ve a través de paredes de ladrillo, de acero y de piedra, percibe lo que pasa en una habitación contigua o en un lugar vecino. Con la Visión del Poder Síquico lee pasajes de libros cerrados, cartas cerradas y ve el contenido de cajas fuertes cerradas con llave. El mismo suelo sobre el que camina se hace transparente para él y puede ver hasta sus profundidades. En el interior de la tierra... puede descubrir vetas de minerales, de carbón, de petróleo y ríos subterráneos.

Y a pesar de todo, estas técnicas mágicas no son muy difíciles de utilizar. Por el contrario, no exigen ninguna aptitud especial ni material caro de ningún tipo. Usted solamente tiene que leer las instrucciones y hacer los ejercicios, y es posible que pueda despertar en usted poderes sorprendentes que nunca había soñado.

¿Qué clase de poderes? Poderes tales como éstos:

- 1) El poder de ver de cerca a una gran distancia, gracias a su Telescopio Astral.
- 2) El poder de extraer la historia pasada de un objeto extraño, simplemente sosteniéndolo en la mano.
- 3) El poder de saber, gracias a la Sicometría, lo que pasa en cierto lugar a una hora determinada, *sin estar allí*.

- 4) El poder de saber cómo son las personas antes de haberlas visto.
- 5) El poder de viajar con su Cuerpo Astral.
- 6) El poder de extender su Brazo Astral y desplazar los objetos gracias a él.
- 7) El poder de predecir el futuro gracias a la bola de cristal.
- 8) El poder de adelgazar y mantenerse delgado sin privaciones.

¡Y todo esto no es más que el comienzo! Verá cómo muchas personalidades encantadoras e inolvidables no utilizaron más que un procedimiento de la CICLOMANCIA (como será explicado más adelante) para catapultarse a la gloria y la fortuna. *¡Y cómo usted puede hacer lo mismo si lo desea!*

He aquí lo que esto significa para usted: usted debería ser capaz de *fascinar a los demás* con sus *pensamientos*, encantarles con la gracia de sus movimientos, centuplicar su potencia muscular solamente con su espíritu, despertar un intenso deseo en las personas del sexo opuesto simplemente con su presencia, y atraer a los demás hacia usted como la miel atrae a las abejas.

Todo esto será expuesto gradualmente con instrucciones completas y fáciles de seguir. Verá cómo hacer venir a su compañero sin pedir nada... Cómo ordenar a los demás que hagan lo que usted desea, sin proferir un sonido ni mover un dedo... ¡Cómo aumentar continuamente un ejército entero de amigos y partidarios leales!

Encontrará en este libro los secretos censurados durante siglos por las autoridades, bien dispuestas, pero que se equivocaban porque temían lo que podría suceder si todo el mundo conociese los formidables poderes que todos poseemos.

La sabiduría prohibida fue suprimida durante siglos y utilizada solamente por algunos que la conocían y la utilizaban para fines personales. Usted también, hoy, puede utilizar estos potentes poderes y realizar un «milagro» en su vida.

Sí, es cierto. En estas páginas descubrirá la CICLOMANCIA, la única verdadera forma de magia que le hará capaz de recolectar una gran cosecha de sabiduría, de comprensión, de poder y de amor. Descubrirá cómo puede «ver» la verdad profunda de las cosas gracias al extraño y maravilloso Ojo Mental, cómo recuperar un pretendiente o un cónyuge dudoso, atraer a las personas de su vecindario que piensan como usted acerca de cierto proyecto o de una idea y obtener todos los conocimientos e informaciones necesarias gracias al secreto del Control del Poder Síquico!

Y todo esto no es más que una pequeña muestra de la inmensa sabiduría y de la perspicacia que este notable libro le ofrece.

### ***¡SU VIDA CAMBIARA INSTANTANEAMENTE!***

Si desea dinero, pruebe las sorprendentes técnicas de la materialización en la lección 20. Si desea una casa bonita, hermosos vestidos y joyas, la CICLOMANCIA debe procurárselos fácilmente, con tanta seguridad como el sol brilla a través de su ventana.

Supongamos que usted ha utilizado el Poder Síquico para hacer volver su compañero a usted sin pedirselo o para restablecer el contacto con un amigo o un pariente perdido desde hace mucho tiempo. Para obtener que él, o ella, haga lo que usted desea, simplemente proyecte sobre su espíritu un rayo Síquico.

Gracias a estos poderes, su vida tomará un nuevo aspecto. ¡Cada día que antes suponía un nuevo tormento, le proporcionará ahora una nueva victoria! Sus problemas, poco importa cuán grandes y desastrosos fueron, debe parecer que repentinamente *se disuelven y desaparecen*.

¡Como un milagro!... Casi de un día para otro transformará la tristeza en alegría, el fracaso en éxito, el odio en amor, la cólera en benevolencia, la desconfianza en confianza, la debilidad y la impotencia en audacia, fuerza y vitalidad, el aburrimiento y la apatía en una sincera alegría de vivir y en placer.

¡Porque la CICLOMANCIA es Magia! ¡Magia que puede incluso detener los años! Gracias a ella, como descubrirá en las lecciones 6 y 7, puede devolver el tono a sus músculos y a su piel, borrar las arrugas, parecer más fresco, más joven y mucho más atrayente casi de un día para otro... dar aspecto de salud radiante a su piel y a sus cabellos... comer mejor, trabajar mejor, jugar mejor y dormir como un bebé desde esta misma semana.

### *¡UN PODER ILIMITADO ESTA EN SUS MANOS!*

Una vez que domine estas primeras pruebas, la CICLOMANCIA hará aún más por usted. Al dinero, al amor, al éxito en los negocios, a los nuevos amigos, a una nueva energía, a una sabiduría infinita y al control de las personas, puede añadir:

- ★ una personalidad más dinámica, más autoritaria!
- ★ una memoria infalible!
- ★ un mejor poder de concentración!
- ★ mayor poder de elocución y más vocabulario!
- ★ resistencia al reuma, a la gripe y a los problemas respiratorios!

Manifiestamente, no hay límites a las posibilidades de la CICLOMANCIA. Este libro le proporciona una técnica experimentada, progresiva, que ampliará sus aptitudes en cualquier actividad y en todo lo que pueda imaginar, con una rapidez y una facilidad que le asombrará.

¡Descubrirá un nuevo USTED cuya existencia no había sospechado jamás! El concepto que este libro propone es revolucionario. Debe ser efectivo para usted, porque lo ha sido para cientos de hombres y mujeres que no son diferentes de usted.



## Cómo

**Hacer trabajar para usted  
al fantástico potencial  
de su Consciente Primario**

### SU CONSCIENTE PRIMARIO ALETARGADO

Su Consciente Primario es su espíritu «instintivo, prehistórico». A medida que la vida ha ido progresando, desde la edad más instintiva de los peces, de los anfibios, de los reptiles y de los pájaros hasta la edad más intelectual de los grandes monos y del hombre, se ha sentido cada vez menos la necesidad de este notable control que el Consciente Primario ejercía y más la de los grandes poderes de razonamiento. El hombre, en consecuencia, ha perdido el vacilante control síquico y muscular de que el Consciente Primario había dotado a las más antiguas, y a la vez más elementales formas de vida. Hizo evolucionar, en sustitución, la corteza cerebral (envoltura exterior gris del cerebro) comparativamente espesa, que protege el consciente y el subconsciente. En efecto, durante todo el tiempo de su crecimiento hasta su madurez ha perdido aún más Consciente Primario. Estaba más desarrollado en usted anatómicamente (tal como lo han descubierto los embriólogos), cuando era un niño. Su corteza era también muy delgada entonces, lo que indica que sus poderes de razonamiento eran menos importantes en esa fase de su vida y por tanto interferían menos en el Consciente Primario.

Ocurre sin embargo que sus ocupaciones y su vida cotidiana, con el progreso de la civilización, **tienen más necesidad que nunca** del Consciente Primario. Las decisiones importantes no dependen ya exclusivamente de la opinión de personas de mente clara, como los Presidentes Eisenhower, Kennedy y Johnson lo han dado a entender. Otros, como Clark Gable, Rodolfo Valentino, Jean Harlow y por supuesto Marilyn Monroe y otras inolvidables y encantadoras estrellas de la pantalla, no se valieron más que de su personalidad desconocida (lo explicaremos más tarde) para catapultarse hacia la gloria y la fortuna. Su lógica y razonamiento pueden ayudarle igualmente, pero su instinto, o su Consciente Primario, pronto domina y echa por tierra sus conclusiones más perfectamente estudiadas, basadas en la lógica más rigurosa y en la habilidad. Felizmente, usted **NO HA PERDIDO** su Consciente Primario. Constituye una gran parte de su cerebro y funciona siempre en usted involuntariamente (o instintivamente). Su deficiente control síquico y muscular está



siempre aletargado en usted, como lo han demostrado las grandes realizaciones de que son capaces las personas en estado de hipnosis. Además, su control PUEDE ser despertado en usted y utilizado conscientemente para realizar cosas fantásticas. Por ejemplo, usted ya no puede probablemente mover las orejas a voluntad, pero posee los músculos para hacerlo. Usted podría, si lo deseara, estimular estos músculos para que las hiciesen mover de nuevo.

Usted puede adquirir un increíble poder síquico y fisiológico despertando aunque sólo sea una pequeña parte de su Consciente Primario. Puede utilizarlo para obtener una salud excepcional... para fascinar a los demás con sus pensamientos... subyugarles con la gracia de sus gestos... atraerles hacia usted como la miel atrae a las abejas... para controlar sus espíritus incluso a gran distancia... aprender cualquier oficio en mucho menos tiempo de lo que hubiese necesitado anteriormente... despertar un intenso deseo sexual en el sexo opuesto con su sola presencia... aumentar diez veces su fuerza muscular únicamente por medio de su espíritu... convertirse en campeón de un deporte para el que tenga cierto talento... mejorar considerablemente su visión y su oído... recuperar un enamorado indeciso o un marido infiel... conocer el pasado de un objeto simplemente sosteniéndolo en sus manos... saber rápidamente lo que ocurre en un lugar situado a miles de kilómetros de distancia sin estar allí... encontrar la situación de una nueva mina existente en las cercanías de otra... ver y oír a enormes distancias... atraer personas de su localidad que piensen como usted sobre un cierto proyecto o una idea... conseguir los conocimientos e informaciones necesarios... entrar en contacto con el pasado y el futuro gracias a su espíritu. Gracias a él, como le será demostrado, el maestro síquico ve incluso a través de la tierra, disuelve una nube, parece desplazar las montañas y realiza «milagros» sin fin.

## LAS DOS PRUEBAS CIENTÍFICAS «DE CONFUSION»

Existen dos pruebas científicas indiscutibles para demostrar que CUALQUIERA puede despertar su Consciente Primario para transformar todo su ser y su vida entera. La primera es una prueba patológica que podría demostrarse en cualquier víctima desdichada, durante algunos años. La segunda es una prueba sicopática que podría ser expuesta por CUALQUIERA en un instante, si la ocasión se presentase. Estas dos pruebas son la sífilis y la histeria.

**Primera prueba. La sífilis.** Eminentes patólogos llaman a la sífilis «La Gran Imitadora». Sus manifestaciones clínicas son múltiples, porque puede afectar a cualquier órgano o tejido y puede tomar prácticamente el aspecto de cualquier enfermedad. (Numerosas autoridades declaran que realmente es cierto). Dicho de otro modo, los tejidos de cada persona poseen una característica desconocida, que cuando se somete a un estimulante patológico apropiado (es decir el *Treponema pallidum* u organismo de la sífilis), en el período de algunos meses o de algunos años, puede imitar a cualquier enfermedad que el cuerpo pueda sufrir.

**Segunda prueba. La histeria.** La histeria es estrictamente una condición mental, aunque puede manifestar los síntomas de cualquier enfermedad que el individuo crea tener, incluso si los exámenes físicos de los tejidos revelan que estos están normales. Durante la guerra, por ejemplo, más de un soldado sufrió ceguera histérica después de escapar por los pelos de una mutilación corporal, ver, un momento después, a

su mejor amigo hecho pedazos por una explosión. Otros soldados que fueron encargados de enterrar a los cadáveres en putrefacción, perdieron el sentido del olfato.

Otro nombre que se da a la histeria es el de enfermedad sicosomática. Esta puede presentarse prácticamente bajo la forma de cualquier enfermedad de la piel, de los músculos (reumatismo, dolores de espalda, calambres), males respiratorios (asma, hipo) enfermedades del corazón, gastro-intestinales, gènito-uritarias, mal funcionamiento glandular, enfermedades del sistema nervioso; de hecho, enfermedades de cualquier parte del cuerpo. El histérico no tiene más que convencerse de que posee una enfermedad y desarrollará todos sus síntomas. Además, no puede persuadirse con facilidad de que no la tiene, a pesar de todos los exámenes clínicos y de laboratorio más convincentes. Si permanece demasiado tiempo convencido de que efectivamente tiene esta enfermedad, sus tejidos obedecerán a su convicción y contraerán la enfermedad.

¿Qué prueba todo esto? Prueba que la superioridad del poder síquico del histérico es tan enorme que puede realmente dar a su espíritu o a su cuerpo el estado que cree tener. Sus tejidos pueden verdaderamente degenerar, simplemente porque está convencido de que ya han degenerado. La orden de su poder síquico domina sobre el razonamiento lógico de su consciente y ordena a su Consciente Primario modificar su espíritu o su cuerpo en la forma que él cree estar. Convierte en realidad lo que imagina ser.

**La conclusión es evidente.** Si usted adquiere ahora el mismo control de su espíritu y de su cuerpo que el histérico, pero lo emplee juiciosa y constructivamente, ¡qué maravillas podría realizar en su vida!

Sin embargo, su consciente «lógico» no le dejará, y su poder síquico se ha subordinado a él con el transcurso de los años. La CICLOMANCIA, EL SECRETO DEL CONTROL DEL PODER SIQUICO, liberará su poder síquico de esta subordinación. Es así como se realizan los milagros. El soldado histérico queda ciego en un instante porque SE NIEGA a continuar viendo y se convence a sí mismo de que ha perdido la vista. Felizmente, por otra parte, varias personas ciegas han recobrado la vista en un instante, simplemente porque creían totalmente en su curación y estaban convencidas de que verían de nuevo.

Estas dos pruebas científicas «de confusión» demuestran que las sustancias que forman su cuerpo y su espíritu poseen ya una cualidad inherente que las hace capaces, con una estimulación patológica apropiada, de imitar casi todas las enfermedades si se les da la ocasión y el tiempo necesario. Prueban igualmente que su poder síquico, cuando es lo suficientemente fuerte, puede cambiar la condición de su espíritu y de su cuerpo, prácticamente tanto como desee, por medio del control que ejerce sobre su Consciente Primario. Estudie su prodigioso Consciente Primario y aprenda la forma de ponerlo bajo el control del poder síquico.

## LA COMPOSICION DEL CONSCIENTE PRIMARIO

Anatómicamente, el Consciente Primario se compone de diez partes importantes del cerebro, a saber:

**1.ª parte. El Centro del Poder Síquico.** («La región del silencio» del cerebro, o frente, y la región de las sienas).

- 2.ª parte. El Centro de Registro de las Sensaciones. (El tálamo).
- 3.ª parte. El Centro de Control de los órganos. (El hipotálamo).
- 4.ª parte. El Centro de Coordinación de los Músculos. (El sistema nervioso extrapiramidal).
- 5.ª parte. Las Antenas Cerebrales. (La artillería del poder síquico. Los nervios ópticos y la retina).
- 6.ª parte. Los Centros de los Reflejos de la Vista y del Oído. (Los colículos superior e inferior).
- 7.ª parte. El Centro de la Vista Primaria y el Gran Centro Visual. (Los cuerpos articulados externos y los lóbulos occipitales).
- 8.ª parte. El Centro del Oído Primario. (Los cuerpos articulados medios).
- 9.ª parte. La Visión del Poder Síquico. (El globo ocular).
- 10.ª parte. El Oído del Poder Síquico. (Los nervios auditivos y los lóbulos temporales).

## DESCRIPCION DE LAS DIEZ PARTES DEL CONSCIENTE PRIMARIO

1.ª parte. El Centro del Poder Síquico. (La Zona del Silencio del cerebro), difiere microscópicamente de las zonas adyacentes del cerebro y posee un poder probado y sorprendente sobre el espíritu y el cuerpo, que el consciente y el subconsciente no poseen. Dado que la corteza cerebral no ha sido convenientemente analizada (según Gray), el misterioso poder de esta parte del cerebro debe ser el poder síquico, ya que nadie ha podido probar que fuese otra cosa. Científicamente ha sido probado que este centro controla el poder de atención, la memoria, la digestión, el corazón y las funciones renales, la respiración, la tensión, las sensaciones de dolor, de temperatura y de tensión. Está relacionado también con muchas de las más importantes zonas de recepción de mensajes (sensoriales), tales como la zona somestética (conocimiento de su cuerpo) y las zonas visual y auditiva. En pocas palabras, el Centro de Poder Síquico es la región más importante del cerebro para desarrollar la personalidad desconocida. Una vez haya aprendido a gobernar su cuerpo gracias a él, podrá controlar a voluntad los pulmones, el corazón, el hígado y las funciones renales, la digestión, las deposiciones, la tensión sanguínea, la coordinación de los músculos, su temperatura y muchas otras cosas más, tales como realizar manifestaciones de potencia mental y física que dejarán a los demás confundidos. Es como el ojo único del Cíclope, CICLOMANCIA. Sin él el Cíclope era un gigante desamparado, con él, era invencible.

A excepción del Gran Centro Visual (situado en el lóbulo temporal), las demás partes del Consciente Primario NO son centros de poder síquico. Sin embargo, con-

trolan los músculos y diferentes sistemas nerviosos. El Centro de Poder Síquico es capaz de controlar todo el cuerpo simplemente porque puede gobernar todas las demás partes del Consciente Primario.

**2.ª parte. El Centro de Registro de las Sensaciones** (el tálamo), es la región del cerebro que siente primero el dolor, los cambios de temperatura y de presión, la posición y los movimientos de las diferentes partes del cuerpo, y el contacto sobre las partes pubescentes (o sensaciones de placer), todo ello antes de que el consciente se haya dado cuenta. A continuación, el consciente reprime y aquilata estas sensaciones antes de dejarle responder a ellas. Por este motivo, gobernando el Centro de Registro de las Sensaciones gracias al poder síquico, usted puede controlar las sensaciones de dolor, de temperatura, de presión y placer. Puede, por ejemplo, estar soportando un frío intenso y a pesar de ello sentir tanto calor que incluso transpire. Puede, a voluntad, demostrar un ardor tan vibrante que despierte un intenso deseo sexual en las personas del sexo opuesto, con su sola presencia. Puede evitar la torpeza y adquirir una sorprendente gracia física desarrollando hasta un alto grado de sensibilidad la posición y los movimientos de las diferentes partes del cuerpo. (Esto se refiere también a la forma de hablar). Cortejando, tocando un instrumento, escribiendo a máquina, o haciendo cualquier otra cosa que requiera el empleo de los dedos (comprendida la cirugía, la odontología, los cuidados a los enfermos, el masaje, los cuidados de belleza y muchas otras), puede sobresalir simplemente aplicando sus dedos con la presión adecuada.

**3.ª parte. El Centro de Control de los Organos** (el hipotálamo), es el centro de transmisión de los sistemas nerviosos gran simpático y parasimpático. Es también el centro de transmisión de las emociones. Aunque estos dos sistemas nerviosos controlen todas las funciones vivas de su cuerpo, usted puede igualmente controlarlas, de la misma forma que a sus emociones, y a voluntad, una vez que haya adquirido el control del poder síquico sobre el Centro de Control de los Organos.

Entonces, usted puede, por ejemplo, aumentar o disminuir considerablemente el apetito a voluntad. (En el laboratorio los jugos gástricos pueden aumentarse ocho veces por medio del Centro de Control de los Organos). De esta forma, y gracias a ello, usted puede controlar su peso, a menos que su peso no cambie por una razón patológica, en cuyo caso necesita un tratamiento. Puede regularizar sus funciones intestinales... evitar el temor y el nerviosismo... llenarse de confianza inquebrantable... rebotar de energía infatigable. A título de ejemplo, aunque sea impracticable para usted, el yogui, controlando a la vez los Centros de Registro de las Sensaciones y de Control de los Organos, puede quedar en estado letárgico durante semanas y sin embargo vivir.

**4.ª parte. El Centro de Coordinación de los músculos** (el sistema nervioso extrapiramidal), controla la coordinación de los músculos. Gracias a él, bajo el control del poder síquico, puede realizar increíbles proezas de equilibrio sin entrenamiento... aumentar su potencia muscular sin desarrollar el volumen de sus músculos... no sentirse «nunca» cansado... adquirir más fácilmente el dominio de cualquier actividad que requiera el uso de los músculos, tal como un deporte para el que tenga cierto talento, como el golf, tenis, deportes sobre pista o campo, basket-ball, lucha, acrobacia, deportes náuticos, patinaje ski, natación, ping-pong, voley-ball, baseball, fútbol, halterofilia... adquirir más fácilmente el dominio de actividades musculares sociales, tales como la danza, el ballet, el juego de bolos, hacer de modelo, caminar con gracia en la calle o en un escenario, conducir un coche y andar en bicicleta.

La coordinación de los músculos le evitará esfuerzos considerables en todas las actividades físicas que realice y aumentará al mismo tiempo su potencia muscular y su eficacia.

Tome un ejemplo efectivo pero sencillo de coordinación de músculos, y vea cómo su Centro de Coordinación de los Músculos hace maravillas para usted.

### COMO SU BICEPS ELEVA UN PESO LIGERO, MOVIMIENTO POR MOVIMIENTO

**Primer movimiento.** Su bíceps, la motriz del peso, se contrae para elevarlo.

**Segundo movimiento.** Su tríceps, el antagonista del bíceps, es relajado inmediatamente por el Centro de Coordinación de los Músculos para dejar que éste se contraiga sin oposición.

**Tercer movimiento.** Pero su tríceps no se relaja completamente, sino que también se contrae para «frenar» al bíceps. Sin embargo, se contrae menos que este último.

**Cuarto movimiento.** Los músculos de fijación del codo se contraen (gracias al Centro de Coordinación de los Músculos) para asegurar la coyuntura del codo y permitir al bíceps elevar este peso ligero con la mínima pérdida de esfuerzo. Y así, su bíceps eleva un peso ligero.

### COMO SU BICEPS ELEVA UN PESO MAYOR MOVIMIENTO POR MOVIMIENTO

**Primer movimiento.** Cuando usted eleva un peso pesado con su bíceps, éste se contrae con más fuerza.

**Segundo movimiento.** Su tríceps se relaja de nuevo inmediatamente; pero gracias a su Centro de Coordinación de los Músculos, se contrae aún más para «frenar» con más fuerza al bíceps.

**Tercer movimiento.** Los músculos de fijación suplementarios (los de la espalda y los del antebrazo) que se contraen débilmente al comenzar, lo hacen ahora con más fuerza para estabilizar las coyunturas de la espalda y de la muñeca, además de la del codo, para dejar que su bíceps eleve el peso con la mínima pérdida de esfuerzo. Esto se debe también al control ejercido por el Centro de Coordinación de los Músculos. Y así, su bíceps eleva un peso mayor.

## COMO SU BICEPS ELEVA UN PESO PESADO, MOVIMIENTO POR MOVIMIENTO

**Primer movimiento.** Cuando usted levanta un peso pesado con el bíceps, casi todas las fibras de este músculo se contraen.

**Segundo movimiento.** Su tríceps, una vez más, se relaja inmediatamente, pero se contrae también con más fuerza, para frenar al «bíceps».

**Tercer movimiento.** El Centro de Coordinación de los Músculos obliga ahora, prácticamente, a todos los músculos del cuerpo a contraerse como músculos de fijación para estabilizar todas las coyunturas de su cuerpo y permitir al bíceps levantar el peso pesado con el mínimo esfuerzo.

Los músculos de los pies y de las piernas, por ejemplo, se contraen para bloquear los tobillos y las rodillas para mantener su posición a pesar de la tracción del peso hacia abajo.

Los de las caderas se contraen para bloquear las coyunturas de éstas y mantenerlas extendidas estando de pie.

Los de la espalda, del pecho y del abdomen se contraen para mantener la cabeza derecha, así como la espalda y el tórax.

Incluso los músculos de la cara y de la frente se contraen frunciendo las cejas, como consecuencia del poder síquico y de la determinación ejercidos por su mente.

En resumen, estabilizando las diferentes coyunturas durante el esfuerzo de levantamiento, todas estas series de músculos permiten al bíceps elevar el peso pesado suavemente y economizando esfuerzo. Esto permite también levantar un peso mucho mayor —y haciendo mucho menos esfuerzo— del que podría elevar sin esta coordinación. Cuando usted gobierna su Centro de Coordinación de los Músculos gracias al poder síquico, puede convertirse en un «Hércules» **incluso sin entrenamiento**; tendrá tanta gracia como un cisne **sin practicar**; y hará sus tareas continianas como si fuese infatigable. Adquirirá también el dominio de nuevas actividades que exijan gracia, agilidad o ritmo con una rapidez extraordinaria.

**5.ª parte. Las Antenas Cerebrales** (la artillería del poder síquico). Sirven para la proyección del poder síquico y para la recepción del mismo desde el exterior del cuerpo. Consisten principalmente en los nervios ópticos y la retina. La retina es una excrescencia del cerebro y un verdadero sistema nervioso por sí misma. No se asemeja a ningún otro órgano de los sentidos. Gracias a las diferentes proyecciones de calor, de radiaciones y de ondas de sus Antenas Cerebrales, puede emitir y recibir mensajes y órdenes a cualquier distancia. Gracias a ellas puede influir en la salud de personas cercanas a usted o lejanas... puede hacer amistades y controlar a las personas... y ejercer la sicocinesia (o poder síquico sobre las sustancias inorgánicas).

**6.ª parte. Los Centros de los Reflejos de la vista y del Oído** (los colículos superior e inferior), le economizan cada día una cantidad considerable de energía. No influyen en las sensaciones sino en los reflejos. Le dan una prestancia que se nota en la economía de movimientos (movimientos graciosos, felinos) y hacen a su espíritu capaz de funcionar mientras usted esté en acción, con la máxima eficacia. Esto le hace muy eficaz en la vida social. Favorece enormemente el atractivo de su aspecto.

**7.ª parte. El Centro de Vista Primaria y el Gran Centro Visual** (los cuerpos articulados externos y los lóbulos occipitales). Despertando el Centro de la Vista Primaria poseerá automáticamente dos importantes centros visuales en vez de uno. Ninguna otra puede favorecerle con un poder de visión que no había poseído nunca. Podrá también leer con mucha mayor rapidez porque posee «cuatro» ojos en vez de dos. Más tarde, desarrollando también el Gran Centro Visual, aumentará su facultad de reconocer, determinar e identificar los colores y las formas y adquirirá una visión artística más profunda. Podrá hacer lo mismo cuando esté en movimiento y sobresalir en actividades, oficios y deportes como nunca pudo hacerlo antes.

**8.ª parte. El Centro del Oído Primario** (los cuerpos articulados medios). Gracias a la misteriosa Electricidad del Caracol que posee y que usted puede desarrollar enormemente, su oído puede aproximarse mucho más a la super-agudeza del histérico (que oye dieciséis veces más que usted) y al oído radar de los murciélagos.

**9.ª parte. La Visión del Poder Síquico** (el globo ocular). Adquiriendo el poder de acción de la Visión del Poder Síquico, el maestro síquico puede adquirir el ojo «microscópico» y «telescópico» y «ver a través» de la materia y a largas distancias. Creando un Tubo Astral puede incluso ver astralmente a enormes distancias. Usted puede también, gracias al poder de sus ojos, «alargarse» y tocar a las personas situadas a seis metros de distancia. Para fines prácticos, puede mejorar su visión de cerca y de lejos de forma notable.

**10.ª parte. El Oído del Poder Síquico** (los nervios auditivos y los lóbulos temporales) le permiten mejorar considerablemente su oído... distinguir los sonidos con una capacidad sorprendente en medio de numerosos ruidos distintos, oídos al mismo tiempo... «sentir» los sonidos incluso antes de haberlos oído... multiplicar sus eficaces reacciones hacia el sonido gracias a la Electricidad del Caracol dirigida por su poder síquico... crear un oído astral para recibir los sonidos desde grandes distancias y para mejorar el oído en proporciones notables, como hacen los ciegos.

**EN RESÚMEN:** despertando su Consciente Primario puede recuperar una parte sobrehumana de sus poderes aletargados mentales, físicos y astrales. Esto se debe a que los potenciales de su Consciente Primario son fantásticos. En la lección siguiente usted comenzará a despertarlos. Aprenda primero a dirigir su poder síquico hacia ellos para conseguirlo.

### TRES ETAPAS PARA CONDUCIR EL PODER SÍQUICO A CUALQUIER PARTE DEL CUERPO

Cualquiera que sea la parte del cerebro o del cuerpo que desee dominar con su poder síquico, emplee siempre la misma técnica. Consiste en tres etapas, a saber:

**1.ª etapa.** Dé la orden al consciente. Pero si al consciente le falta poder de acción para ejecutarla, transférala al Centro de Poder Síquico. Esta etapa se supera fácilmente. Usted solamente tiene que elaborar su orden y a continuación enviarla a la frente.

**2.ª etapa.** Dirija la orden de su poder síquico desde la frente hasta el nervio que la transporta y a través de él, hasta la parte del cerebro o del cuerpo que desee gobernar.

**3.ª etapa.** Ahora, implante la orden de su poder síquico en esta parte del cerebro del cuerpo y ella la incitará para que haga lo que usted desea.

En la lección 2 aprenderá a ejecutar estas tres etapas con una prodigiosa autoidad e inmediatamente después se elevará hacia otras experiencias.

## LA DINAMITA LATENTE EN SU IRRITABILIDAD PROTOPLASMÁTICA

Usted es capaz de dirigir una orden de su poder síquico a través de sus nervios a cualquier parte de su cerebro o de su cuerpo a causa de la dinamita latente en la irritabilidad protoplásmica. La irritabilidad (o tendencia a reaccionar a un estímulo) es una propiedad fundamental, común a todos los protoplasmas, y sus nervios, como todos los demás tejidos vivos, están formados de protoplasmas. Cada uno de ellos, a pesar de todo, difiere protoplásmicamente. Cada persona tiene su propio olor característico que un perro o un gato pueden detectar fácilmente. Cada individuo tiene igualmente su propio color y su propia forma de aura y una receptividad telepática.

La irritabilidad del protoplasma es dinamita latente porque posee un potencial eléctrico. Cuando el protoplasma es estimulado o excitado, **incluso por el poder síquico**, pasa una corriente eléctrica a través de él y se propaga por todo el tejido u órgano de que forma parte. A esto se le llama dinamita latente.

Esta corriente eléctrica protoplásmica, evidentemente, es débil, exceptuando los animales como el torpedo y la anguila, es necesario tener un mecanismo delicado para detectarla. Pero esto no la hace **menos importante**. Gracias a esta dinamita latente en sus nervios (ya que sus nervios son también protoplasmas) usted puede dirigir sus órdenes de poder síquico a través de ellos hasta cualquier parte de su cerebro o de su cuerpo que desee gobernar.

## LAS DESVENTAJAS DE LA ADAPTACION A LAS ORDENES

Se deben seguir varias indicaciones, sin embargo, para sacar el máximo provecho de esta dinamita latente. Eléctricamente hablando, el tejido de un nervio no se apaga. Recupera en seguida su estado electrificado cuando ha pasado por él la corriente hacia un tejido determinado. Pero, **por el contrario**, se adapta a una corriente que circule continuamente. La adaptación a **todas** las formas de estimulación parece, en efecto, ser una propiedad universal del protoplasma. Por este motivo no debe dirigir nunca sus órdenes de poder síquico a través de sus propios nervios, o a través de los de otras personas, durante más de unos dos segundos a la vez. Sus nervios y los de los demás se adaptarían y dejarían de responder.



Sin embargo, no tiene que esperar antes de enviar la misma orden de poder síquico a través de sus nervios, o de los demás, aunque sea varias veces. Solamente tiene que aumentar o disminuir súbitamente su intensidad y esto estimulará sus nervios, o los de los demás, para responder a la orden como en un principio.

**CONCLUSION.** Ahora usted conoce el fantástico potencial de su Consciente Primario y sus bases científicas. Solamente necesita encontrar la forma de colocar sus diferentes partes bajo el control del poder síquico para poderlo despertar y empezar a aprovecharse de él rápida y extraordinariamente, haciendo trabajar para usted su fantástico potencial. Este libro, la **CICLOMANCIA: EL SECRETO DEL CONTROL DEL PODER SÍQUICO** lo hará para usted.

### LO QUE PUEDE HACER POR USTED UN SIMPLE 1 % DE SU INCONSCIENTE PRIMARIO

Usted ya sabe que su Consciente Primario es su personalidad desconocida. Pero usted no necesita despertar completamente su Consciente Primario. Desarrolle (o despierte) su personalidad desconocida solamente un 1 % y se convertirá en un milagro hecho hombre. Usted apenas puede imaginar lo que su espíritu es capaz de hacer, únicamente controlando por medio de su personalidad del Consciente Primario, la fisiología del cuerpo, su bioquímica, su neurología, su psicología y su bioelectricidad. ¡Observe lo que los yoguis pueden realizar con el suyo! Sí, gracias a él, usted puede también alcanzar los misteriosos poderes de su espíritu y de su cuerpo, los poderes que harán vacilar su imaginación y que podrán multiplicar su eficacia por 109 veces. Reflexione sobre ello, ¡multiplicar su eficacia por 109 veces!

¿Cómo pueden conseguir esto? La explicación es sencilla. Ante todo, es un hecho admitido que usted no utiliza más que el 1/10 de su personalidad mental conocida. En otros términos, 9 veces lo que usted utiliza de su personalidad conocida, quedan sin emplear. Pero usted no utiliza prácticamente ninguna parte de su Inconsciente Primario. Por tanto 100 veces, de lo que utiliza de su personalidad desconocida, o de su Consciente Primario, quedan sin emplear. Por tanto, un total de 9 veces más 100 veces de sus personalidades conocida y desconocida (es decir 109 veces) quedan sin emplear.

Esta es la razón de que los yoguis y los místicos realicen «milagros». Utilizan sus poderes mentales en la proporción de 109 con relación a usted. Son 109 veces más eficaces que usted con su espíritu, y el espíritu controla el cuerpo. ¡No es sorprendente que patenten una superioridad manifiesta sobre usted en el empleo de su espíritu y de su cuerpo!

Pero usted no tiene necesidad de ser 109 veces más eficaz que los demás para ser superior a ellos. Usted sólo necesita ser 1/10 más eficaz que ellos y no podrán compararse a usted. Entonces, usted solamente necesita desarrollar (o despertar) su Consciente Primario en un simple 1 % y utilizará también un 11 % de sus personalidades conocida y desconocida combinadas, mientras que los demás no utilizarán más que el 10 % de sus personalidades combinadas. Esto le hará 1/10 o un 10 % más eficaz que ellos.

Pero, ¡recuerde bien esto! En la escuela, en su profesión, en los deportes, en el

amor, en la popularidad, en los negocios o en cualquier cosa que usted emprenda: si supera a alguien en un 10 %, le dominará. Una firma que gane constantemente un 10 % más que su rival (siendo iguales en todo) la hará decaer. ¿Y por qué? Porque la firma que gana menos, irá ganando cada vez menos y perdiendo cada vez más negocios en beneficio de la otra, hasta que la supere en un 20 %, después en un 30 % y finalmente la conduzca al fracaso.

La misma regla se aplica a la competencia entre dos personas, socialmente o en los negocios. Primero usted será superior a su rival en un 10 %. Esto le desconcierta y desalienta sus mejores esfuerzos. Antes de que haya pasado mucho tiempo usted le superará en un 15 %, después en un 20 %, después en un 25 % y más. A partir de este momento está vencido y bajo su dominio. Por esto necesita usted adquirir el control y saber **COMO DESARROLLAR SU CONSCIENTE PRIMARIO** —y utilizar el poder latente de su espíritu y de su cuerpo solamente en un 1 %. Así pues, comience en seguida.



**Cómo**

**Poner el consciente  
 el Centro de Registro de las sensaciones  
 y el Centro de Control de los Organos  
 Bajo el Control del Poder Síquico**

**COMO MEJORAR LA TRANSMISION DE UNA ORDEN DEL PODER SIQUICO**

La transmisión de una orden del poder síquico está asegurada por la primera parte del Consciente Primario, el Centro de Poder Síquico. Con esta parte, como ya hemos establecido anteriormente, usted puede gobernar las otras nueve partes del Consciente Primario e igualmente el consciente. Adquiera una buena transmisión de órdenes del poder síquico tan rápidamente como le sea posible y estará en camino de desarrollar un sorprendente poder sobre sí mismo y sobre los demás. Ya que usted no utiliza probablemente más del 1 % de su poder síquico cuando lo aplica concienzudamente, no utiliza tampoco más del 1 % de las fibras nerviosas de su Centro del Poder Síquico cuando da una orden de poder síquico. Su poder síquico puede entonces intensificarse cien veces más. Es lo que el maestro síquico hace cuando realiza «milagros». (En realidad, como el maestro síquico, usted puede intensificar la orden de su poder síquico 1.200 veces venciendo rápidamente la resistencia que encuentra en el Punto de Unión del nervio. Como ciertos recorridos de los nervios tienen hasta tres o cuatro puntos de unión, usted puede intensificar su poder síquico en ellos un mínimo de 3.600 veces). En la lección aprenderá cómo conseguirlo.

Con los ejercicios 1 y 2 descritos a continuación usted se creará una potente transmisión de órdenes de poder síquico. Aprenderá a ordenar a su consciente que «sienta» una sensación mucho más intensamente de lo que la siente en realidad.

En el ejercicio 3 usted «sentirá» dos situaciones diferentes **al mismo tiempo** con las **diferentes** mitades de su cerebro y ordenará a cada mitad de su consciente, por medio de las órdenes del poder síquico, que «sienta» cada sensación distinta mucho más intensamente de lo que la siente en realidad.

Los siete ejercicios le obligarán a poner en acción cada vez más fibras nerviosas de su Consciente Primario bajo las órdenes del poder síquico y a desarrollar los poderes latentes de su espíritu.

## 7 EJERCICIOS PARA DAR ORDENES AL CONSCIENTE POR MEDIO DE LAS ORDENES DEL PODER SÍQUICO

Usted no puede esperar gobernar el resto de su cuerpo, y aún menos los espíritus y los cuerpos de los demás, con las órdenes del poder síquico, si no puede primero gobernar gracias a ellas su propio espíritu.

El ejercicio n.º 1 le da este poder —el poder de obligar a su propio consciente, lógico y dotado de razón, a aceptar exactamente lo contrario de lo que sabe que es verdad en él, enviando simplemente una orden del poder síquico desde su Centro del Poder Síquico. Solamente cuando haya conseguido esto estará en camino de convertirse en una persona milagrosa. El Salvador preguntaba siempre a un enfermo antes de aventurarse a curarle: «¿Crees en Mí?» u otras palabras semejantes. Los extranjeros enfermos no tenían una razón lógica para creer en El, pero como ya no tenía esperanza de curarse, obligaban a sus conscientes a creer que El podía curarles. Esto permitía que el milagro se realizase.

Usted puede hacer lo mismo que los enfermos extranjeros. Cuando haya entreñado su consciente para aceptar las órdenes de su poder síquico sin discusión (y **verdaderamente** sin discusión) será capaz por sí mismo de realizar milagros. Pero incluso si usted le persuade en un 1 % doblará el 1 % que posee ya del Consciente Primario y esto podría bastarle para los fines prácticos. Por tanto, el ejercicio n.º 1 es muy importante.

**Ejercicio n.º 1. Cómo gobernar el consciente por medio de las órdenes del Poder Síquico.** Coloque la mano izquierda en un recipiente suficientemente profundo, lleno de agua fría. A continuación emita una orden del poder síquico a su consciente, ordenándole «sentir» que el agua está «muy caliente». Representese la orden de su poder síquico en realidad, como un proyectil «muy caliente» lanzado desde la frente hacia atrás, a su consciente, situado en la corteza cerebral, en la parte superior de la cabeza. Su consciente «sentirá» inmediatamente que el agua fría está un poco más caliente. Al lanzar esta orden-proyectil del poder síquico, habrá utilizado aproximadamente un 1 % de las fibras nerviosas de su personalidad desconocida.

Después de uno o dos segundos, antes de que su consciente se adapte al proyectil «muy caliente», láncele otra orden-proyectil del poder síquico aún más caliente. Después imagine inmediatamente que su mano izquierda está mucho más caliente de lo que estaba. Para transmitir este mensaje reforzado, usted pondrá automáticamente en juego más fibras nerviosas de su personalidad desconocida.

Después de uno o dos segundos, antes de que su consciente se adapte a la orden reforzada del poder síquico, láncele otra orden-proyectil del poder síquico más caliente e imagine inmediatamente que su mano izquierda se calienta totalmente. Esta vez usted puede poner en juego AUN MAS fibras de su Consciente Primario —quizá en total un 2 %.

Lance un par de veces más, órdenes-proyectiles del poder síquico cada vez más calientes a su consciente, de forma que utilice y desarrolle al menos un 3 % de su Consciente Primario. A partir de este momento, usted puede realmente dar órdenes a su consciente por medio de las órdenes del poder síquico.

**Ejercicio 2.** Ahora coloque la mano derecha en un recipiente suficientemente profundo lleno de agua muy caliente y repita el ejercicio, pero al contrario. Lance una orden-proyectil del poder síquico «muy fría» desde la frente hasta el consciente, ordenándole «sentir» que su mano está «muy fría» en vez de caliente.

Después de uno o dos segundos, láncele una orden-proyectil del poder síquico aún más fría, al mismo tiempo que imagina que su mano derecha está notablemente más fría de lo que estaba.

Repítalo tres veces más intensificando sus órdenes proyectil del poder síquico, hasta un total de cinco lanzamientos de órdenes del poder síquico escalonadas. Una vez más, usted ha dado órdenes a su consciente gracias a las órdenes del poder síquico.

**Ejercicio 3.** Siéntese con la mano izquierda metida en un recipiente de agua fría y la derecha en otro de agua muy caliente. Repita los ejercicios 1 y 2 exactamente al mismo tiempo. Para hacerlo es necesario que concentre su atención dividida y, por tanto, esto duplica la dificultad del ejercicio. Es realizable, sin embargo, porque la mitad derecha de su cerebro controla su mano izquierda, mientras que la mitad izquierda controla la mano derecha. Esto le entrena para poner cada mitad de su consciente bajo una orden diferente del poder síquico **AL MISMO TIEMPO**.

Practique estos tres ejercicios hasta que sienta que las órdenes-proyectiles de su poder síquico son dirigidas directamente al cuello y desde allí hasta las manos derecha e izquierda.

**Ejercicio 4.** Repita los ejercicios 1, 2 y 3, pero ahora ordene a su mano derecha (la que está en el agua caliente) que sienta frío instantáneamente y a su izquierda (la que está en el agua fría) que sienta instantáneamente mucho calor.

Sus órdenes del poder síquico no tendrán éxito al primer intento, evidentemente, pero sus esfuerzos pondrán en acción cada vez más fibras de su Consciente Primario y como consecuencia le desarrollarán. Desde el momento en que sienta un cambio inmediato y notable en la temperatura de sus manos después de haber dirigido hacia ellas las órdenes de su poder síquico (y no debe tardar mucho en sentirlo), habrá adquirido toda la transmisión de órdenes de su poder síquico que necesita para realizar sus más elevados propósitos, mucho más fácilmente que antes.

**Póngase en guardia. NO utilice su imaginación para conseguirlo. NO imagine que su mano está metida en hielo cuando está solamente sumergida en agua caliente. Se está entrenando para desarrollar la transmisión de las órdenes de su poder síquico y no su imaginación. Fuerce más bien su mano o la parte de su cuerpo, por medio de órdenes-proyectil de su poder síquico, para resistir a su medio ambiente natural sin el auxilio de su consciente. ESA es la orden del poder síquico.**

La mínima capacidad que pueda adquirir con estos ejercicios pondrá en juego cada vez más fibras nerviosas de su Consciente Primario y le dotará de una transmisión de órdenes del poder síquico que las personas que usted conoce o encuentra apenas podrán sospechar.

**Ejercicio 5. La transmisión silenciosa: para desarrollar rápidamente su transmisión de órdenes de su Poder Síquico.** Siéntese cómodamente en su habitación, con las manos sobre las rodillas. Cierre los ojos y piense solamente en su mano izquierda. Con una gran fuerza de espíritu lance desde su frente una orden-proyectil del poder síquico muy caliente a través del Centro de Registro de las sensaciones (en el fondo de su cerebro), hasta debajo de la base del cuello. Desde allí láncela al hombro izquierdo y a continuación a lo largo del brazo hasta la mano izquierda.

Inmediatamente después, bloquee en el Centro de Registro de las Sensaciones, por medio de otra orden-proyectil del poder síquico, todas las sensaciones de temperatura normal que su mano izquierda pudiera enviarle.

Continúe enviando órdenes-proyectiles del poder síquico reforzadas a su mano izquierda durante este tiempo, para aumentar la sensación de calor.

**Ejercicio 6.** Repita el ejercicio 5, pero lance ahora una orden-proyectil del poder síquico, de frío, a su mano derecha.

**Ejercicio 7. La transmisión silenciosa cruzada.** Repita los ejercicios 5 y 6 al mismo tiempo. Lance su orden de poder síquico a su mano izquierda desde la mitad derecha de su frente, y, al mismo tiempo, envíe una orden similar a su mano derecha desde la mitad izquierda de su frente.

Con los ejercicios 5, 6 y 7 desarrollará rápidamente toda la transmisión de órdenes del poder síquico que necesite para la pronta realización de sus fines terrestres.

## COMO DESARROLLAR SU SENTIDO DEL TIEMPO GRACIAS AL CONTROL DEL PODER SIQUICO

**Ejercicio.** Varias veces al día trate de determinar la hora exacta. No piense hacia atrás para analizar sus actividades desde la última vez que echó un vistazo al reloj y tratar de representarse la hora exacta; por el contrario, fuércese a sentir la hora exacta en ese momento. No trate tampoco de adivinar. En lugar de esto, atraiga su poder síquico hacia la «sensación» general del tiempo y elimínela.

Después de haber repetido este ejercicio un cierto número de veces durante varios días, comenzará a hacer trabajar a su subconsciente en usted según estas directivas, guardando la hora secretamente para usted en su interior. Cuando más tarde se haga la misma pregunta, su Centro del Poder Síquico lanzará un proyectil a su espíritu subconsciente e iluminará el reloj oscuro e invisible situado en su interior, que le proyectará la hora exacta.

**Ejercicio 2.** Tome un libro (que no sea éste), verifique la hora y a continuación lea una o dos páginas de forma inteligible. Calcule el tiempo que ha necesitado para leer y verifique su cálculo en su reloj. Una vez más, no trate de imaginar el tiempo que ha necesitado para leer esas páginas; esto haría surgir su consciente dotado de razón. Depende solamente del control del poder síquico de su subconsciente.

**EN RESUMEN:** Músicos, bailarines, atletas, amas de casa, médicos, enfermeras, hombres de negocio, vendedores, locutores, y aquellos que trabajan en las innumerables profesiones o tienen actividades en los ratos libres (incluida la conversación ordinaria) deben utilizar constantemente el sentido del tiempo. En la mayoría de estas actividades es imposible mirar un reloj mientras se trabaja. En las demás es molesto hacerlo o insultante para los demás. Y desgraciadamente, sin un sentido exacto del tiempo en estas situaciones, usted está condenado a perder un tiempo considerable, a fallar a sus amistades o a arriesgarse a perderlas. Ser capaz de «adivinar» la hora con suficiente precisión, sin necesidad de recurrir a un reloj, sorprende y fascina a los demás. Esto aumenta sí enormemente su habilidad y su eficacia en todos los proyectos que emprenda.

## COMO AUMENTAR SU PODER DE VOLICION (O FUERZA DE VOLUNTAD) GRACIAS AL CONTROL DEL PODER SIQUICO

Su poder de volición, como los fisiólogos le denominan (en realidad su fuerza de voluntad) corresponde a su consciente. Gracias al poder de volición usted puede dirigir sus músculos para hacer un movimiento determinado. Usted puede también exhortar su espíritu a pensar de cierta manera o a realizar determinado proyecto. Cualquiera que sea el movimiento que hace con sus músculos, o cualquiera que sea el proyecto que se proponga con su espíritu, si lo realiza sin volición será hecho sin convicción, a menos que tenga ya el hábito de realizar este movimiento o proyecto y que no lo haya convertido en un reflejo condicionado. Cuando su poder de volición se intensifique hasta el punto en que usted desafíe las posibilidades de llevar a cabo el acto o el proyecto que tiene intención de realizar, logrará resultados en su vida cotidiana que sorprenderán a todo el mundo.

El maestro síquico desarrolla su poder de volición hasta tal punto que eclipsa totalmente el de las masas. Incluso desarrollando hasta un grado mínimo, su poder de volición puede realizar «casi milagros» en su vida cotidiana. Sin desarrollarlo del todo, no puede esperar desarrollar su personalidad desconocida de forma satisfactoria. Haga los ejercicios siguientes y desarrollará su poder de volición con una rapidez sorprendente.

**Ejercicio 1. Cómo obligarse a hacer algo que desea a pesar de los obstáculos que pueda encontrar en su camino.** Fíjate una hora concreta para ir a la cama por la noche. Cuando ésta se acerque, prepárese para ir a la cama a pesar de que prefiera hacer otra cosa, a menos que no sea un caso de urgencia. Fuércese a estar en cama exactamente a la hora que ha elegido, ni antes ni después. No deje que nada ni nadie le aparte de su propósito. No insulte a nadie diciéndole «que se aparte de su camino», pero escútese cortésmente si tiene que hacerlo y conserve el orden de sus ideas. No caiga tampoco en una neurosis de ansiedad, persiga solamente su plan pacientes y meticulosamente. Observe el reloj minuciosamente y asegúrese de estar en cama —para permanecer en ella— a la hora que haya elegido.

Esto parece un ejercicio sencillo, pero es difícil porque pondrá a prueba sus resortes de poder de volición. Probablemente usted se verá más que desbordado por multitud de razones y obstáculos que se opondrán a que ejecute su plan al pie de la letra, y tendrá que vencerlos todos. Quizá tendrá que superar los deseos de otras personas, situaciones inesperadas, viejos hábitos y el medio ambiente, para llegar a estar en cama a la hora que haya elegido, ni un momento antes, ni un momento después. Aunque viva solo, tampoco será fácil. El esfuerzo exige también de su parte un cálculo de tiempo preciso. Y, una vez más, debe conseguirlo sin ningún sentimiento de ansiedad. Pero se sorprenderá de ver en qué proporción se intensifica su poder de volición ejecutando todo al pie de la letra. Repita este ejercicio varias noches seguidas.

**Ejercicio 2.** Oblíguese a sentarse en seguida y a comenzar a escribir a alguien una carta. Si tiene ahora una cita, escoja una hora determinada para escribir esta carta mañana. Elija también en seguida una hora apropiada para escribir una carta la semana próxima.

**Ejercicio 3.** En el ejercicio 2, oblíguese a escribir una carta de tres páginas a su corresponsal. No la haga ni más larga ni más corta y terminela en media hora.



Este ejercicio forzará la gran región de su cerebro que recubre la parte superior de la cabeza (su lóbulo parietal) a proporcionarle rápidamente las palabras, los pensamientos y las expresiones necesarias para esta carta. Pero una vez más, hágalo todo con calma.

**RESUMIENDO:** Aunque no llegue a hacer estos ejercicios correcta o exactamente las primeras veces, repítalos hasta hacer cada uno de ellos bien tres veces como mínimo. Le hacen utilizar su poder síquico para intensificar su poder de volición de forma que realice estas tareas «más molestas» tal como lo había previsto. El dominio síquico desarrolla sus grandes poderes forzándose a realizar repetidas veces las tareas «más molestas» que desarrollan sus diferentes poderes.

## EJERCICIOS PARA HACER EL PENSAMIENTO MAS PENETRANTE PARA EL CONTROL DEL PODER SIQUICO

**Ejercicio 1:** Coja el libro «más profundo» que tenga al alcance de la mano —uno que usted deteste a causa de su profundidad. Abralo por el medio y lea con soltura como si fuese un simple libro escolar elemental. Cuando encuentre una palabra que no comprenda, atribúyala espontáneamente un significado que parezca corresponder a la frase y continúe leyendo. Lea poco más o menos dos tercios de página, forzándose continuamente a captar la información como si estuviese escrita con claridad.

Deje el volumen y comience el proceso con otro libro «profundo». Se sorprenderá al comprobar cómo lo comprende con mayor rapidez. Dedicarse a una tarea tan formidable de una forma tan trivial pone en acción una parte de su Consciente Primario y hace siempre maravillas para usted.

Pero esto exige de usted una verdadera energía mental para mantenerse mucho tiempo; este es el motivo de que deba leer solamente dos tercios de página cada vez que realice este ejercicio.

Repetir este ejercicio cuatro veces por semana desarrolla más fibras nerviosas de su personalidad desconocida y más energía mental de la que pueda gastar. Aumente gradualmente la duración de la lectura añadiendo una línea o dos hasta que lea una página a la vez. Después lea página y media a la vez y más tarde dos páginas. Su aptitud para asimilar informaciones complicadas se desarrollará y será muy admirado. Si es estudiante, comprobará que su aptitud para sacar el máximo provecho de su estudio aumenta de forma sorprendente.

De vez en cuando deje de utilizar esta aptitud durante varios días o incluso una semana de una vez. No ponga a prueba demasiado a su Consciente Primario antes de que esté mucho más despierto. Ni siquiera los yoguis utilizan siempre el suyo.

**Ejercicio 2.** Elija un problema urgente para el que no pueda encontrar una solución satisfactoria de inmediato. Analícelo de nuevo con nuevos ojos y en seguida eligirá la «mejor» solución. (Usted no tiene realmente que aplicar esta solución pero eñljala como si tuviese intención de hacerlo).

Haga lo mismo con cada problema que se le presente y para el cual no tenga una solución a punto. Cuando se sienta fatigado por el esfuerzo o tenga que luchar para encontrar soluciones espontáneas, cese de realizar el ejercicio. Para sacar pro-

vecho de estos ejercicios, practíquelos siempre con un espíritu fresco y reposado. Solamente entonces podrá sentir que domina —y dominar— con el poder síquico.

**Ejercicio 3.** Elija inmediatamente, después de una corta reflexión, una solución práctica para acabar para siempre con la guerra.

### COMO PUEDEN REALIZARSE HECHOS MILAGROSOS CON EL CONTROL DEL PODER SIQUICO DEL CENTRO DE REGISTRO DE LAS SENSACIONES

Los hechiceros polinesios pueden caminar sobre carbones encendidos sin quemarse porque expulsan momentáneamente todo el calor de las piernas y de los pies gracias a su Centro de Registro de las Sensaciones. No sienten el ardiente calor de las ascuas. Hay ciegos que pueden ver con los dedos; han desarrollado una visión extra-ocular. Todos los nervios del cuerpo portadores de mensajes están ligados de una forma u otra a todos los nervios del cuerpo que transmiten órdenes. Ud. pueden transferir las funciones de una parte de su cuerpo a otra. En la CICLOMANCIA: EL SECRETO DEL CONTROL DEL PODER SIQUICO, usted solamente aprenderá sin embargo procedimientos prácticos y provechosos que le ayudarán a integrarse mejor en la sociedad y a progresar como jefe reconocido y cuyo éxito es admirado.

### COMO COLOCAR SU CENTRO DE REGISTRO DE LAS SENSACIONES Y SU CENTRO DE CONTROL DE LOS ORGANOS BAJO EL CONTROL DEL PODER SIQUICO

Ya que el letargo es un ejemplo tan perfecto, aunque impracticable, del Dominio del Poder Síquico del Centro de Registro de las Sensaciones y del Centro de Control de los Organos. (La segunda y la tercera parte de su Consciente Primario) lo revelaremos aquí detallada y científicamente.

**Cómo realizan el letargo los Yoguis.** El letargo es el medio fisiológico «milagroso» por el cual un yogui que se deja enterrar vivo, seguirá vivo y con buena salud, aunque un poco demacrado, cuando le desentierren cuarenta días más tarde. Para llevar a cabo esta realización aparentemente desconcertante envía una orden de su poder síquico de tal violencia a su Centro de Registro de las Sensaciones y a su Centro de Control de los Organos a la vez, que provoca en sus funciones corporales los siguientes cambios increíbles que sirven para conservarle vivo durante la duración de la experiencia, sin alimento, sin agua y sin aire:

(1) Reduce su temperatura normal de 37° aproximadamente a una temperatura que oscila entre los 27° y los 32°.

(2) Reduce el ritmo de su corazón y de su respiración de una forma tan sorprendente que su pulso radial (el de la muñeca) apenas es perceptible.

(3) Hace bajar tanto su tensión que apenas puede tomarse.

(4) Disminuye su producción de orina de forma que ésta sea prácticamente nula o la suprime totalmente gracias a un increíble control de sus funciones renales.

(5) Disminuye su actividad digestiva al mínimo.

(6) Reduce el volumen de la sangre en circulación a un gota a gota apenas compatible con la vida.

(7) Reduce su metabolismo (su proceso de vida) del 20 al 50 %.

(8) En estas condiciones su cuerpo prácticamente no exige alimento para sobrevivir durante un período considerable. Su digestión, su metabolismo y su tensión son tan imperceptibles que utiliza un mínimo de energía para permanecer vivo. En consecuencia, necesita respirar muy poco oxígeno. El hombre normal medio moriría en estas condiciones porque no podría disminuir su proceso vital hasta tal grado y exigiría por tanto más oxígeno para permanecer vivo.

(9) Dado que el yogui es este estado respira en una cantidad tan pequeña de oxígeno, la grasa de su cuerpo (que es pobre en oxígeno) se convierte en hidrato de carbono que es rico en oxígeno). Así es como el cuerpo del yogui se proporciona oxígeno cuando está en letargo. Y tiene verdadera necesidad de oxígeno para sobrevivir.

Para ser explícito, NO se asegura el oxígeno necesario del aire (porque hay muy poco aire disponible para hacer respirar a su cuerpo cuando está enterrado), sino de sí mismo, convirtiendo sencillamente la grasa de su cuerpo en hidrato de carbono. (El letargo se consigue en nuestros días en la medicina moderna por medio de la refrigeración o Crioterapia (tratamiento por medio del frío). Es un recurso para las enfermedades crónicas tales como el cáncer de la piel o para aliviar un vivo dolor intratable).

Poniendo su Centro de Registro de las Sensaciones y su Centro de Control de los Músculos bajo el Control del poder síquico, como ha sido expuesto anteriormente, el yogui puede aletargarse y vivir cuarenta días y noches sin alimento, sin agua y sin aire. Así es como viven durante el invierno la ardilla y los osos.

**Ejercicio. Cómo calentarse cuando tiene frío gracias al Centro de Control de los Organos.** Un día que haga frío y si tiene buena salud, dé un paseo menos abrigado que de costumbre. Su Centro de Registro de las Sensaciones recibe una sensación de frío y la transmite a su consciente. Entonces, envíe inmediatamente una orden proyectil del poder síquico desde su Centro de Poder Síquico hasta su Centro de Registro de las Sensaciones ordenándole calentarlo. Su Centro de Registro de las Sensaciones PUEDE hacerlo por medio de su sistema nervioso simpático.

NO ABUSE DE ESTE EJERCICIO, sin embargo. Llévase un jersey de reserva, por si lo necesita.

Repita este ejercicio con un tiempo aún más frío, sin llevar más ropa. (Puede incluso hacerlo en su habitación quitando la calefacción en el tiempo frío o poniendo

el refrigerador cuando hace calor). Mantenga las manos y los pies calientes con unos guantes y unos calcetines de lana. NO deje que se enfríen sus extremidades. No se exponga al frío demasiado tiempo para no ponerse amoratado o quedar entumecido. Desarrolle gradualmente el control del poder síquico sobre la temperatura de su cuerpo. Por otro lado, no abandone el ejercicio hasta que se sienta desagradablemente frío. Resista sin temor durante un momento la sensación de frío ordenando a su Centro de Registro de las Sensaciones (gracias a las órdenes-proyectiles del poder síquico) que le mantenga caliente y represéntese visualmente este hecho por medio de su sistema nervioso simpático. ESO es lo importante.

## COMO DESARROLLAR LA DISCRIMINACION ESPACIAL O SU SENTIDO DE LA DIRECCION EN EL ESPACIO

Desarrollando la discriminación espacial o sentido de la dirección en el espacio, adquirirá seguridad de situación y «ojos» en los pies.

El maestro síquico tiene «ojos» en todas las partes del cuerpo.

**Ejercicio 1. Cómo tener «ojos» en los pies.** Manténgase en pie en el extremo de una habitación o en una esquina. Mire un punto de la pared que esté enfrente de usted.

Cierre los ojos y camine hacia ese punto. No debe haber ningún mueble u obstáculo en su camino. Mantenga una mano ligeramente extendida por delante de usted para evitar darse contra la pared. Adiestre a sus piernas a caminar en línea recta con los ojos cerrados y guíelas por medio de una orden del poder síquico sobre su Centro de Registro de las Sensaciones.

Cuando toque la pared, abra los ojos y determine la distancia del punto al que ha llegado.

Practique este ejercicio hasta que la orden de su poder síquico obtenga, guiando su Centro de Registro de las Sensaciones, un perfecto dominio del sentido de la dirección en el espacio.

**Ejercicio 2.** Vuelva a su punto de partida y observe de nuevo el mismo punto de la pared a través de la habitación.

Ahora póngase de lado y, a continuación, cierre los ojos.

Sin abrir los ojos, gírese de nuevo y trate de quedar de frente del punto de la pared situado al otro lado de la habitación.

Con una mano ligeramente extendida hacia adelante, atraviése de nuevo la sala. Cuando llegue al muro, abra los ojos y aprecie a qué distancia del punto ha llegado.

Practique este ejercicio. Entrena a las órdenes de su poder síquico para dirigir su Centro de Registro de las Sensaciones tras un corto aprendizaje. Los ejercicios complicados exigen el empleo de varios planes y movimientos memorizados, generalmente dominados con rapidez, aunque hay excepciones. El poder síquico, y no su consciente, es entonces quien le ayuda.

**Ejercicio 3.** Vuelva a su punto de partida y observe de nuevo el punto de la pared del otro lado de la habitación.

Ahora dé media vuelta de forma que quede enfrente de la pared que estaba detrás de usted.

Cierre los ojos.

De nuevo, dé media vuelta con los ojos cerrados y vuelva a atravesar la habitación hacia el mismo punto de la pared. Cuando toque la pared, abra los ojos y determine a qué distancia del punto ha llegado.

Este ejercicio sirve principalmente para entrenar su Centro de Registro de las Sensaciones. Añadir una orden del poder síquico, lo hace aún más eficaz.

**Ejercicio 4.** Vuelva al punto de partida y una vez más mire el punto de la pared situado al otro lado de la habitación.

Cierre los ojos.

Dé una vuelta completa esta vez con los ojos cerrados y después camine a través de la habitación hacia el mismo punto. Abra los ojos y determine una vez más la distancia a que ha llegado del punto.

Este ejercicio está destinado a entrenar a la vez su Centro de Registro de las Sensaciones y su control del poder síquico sobre él.

**Ejercicio 5.** Será un maestro del sentido controlado del poder síquico de la dirección en el espacio, cuando pueda dar dos vueltas completas sobre sí mismo con los ojos cerrados antes de atravesar la habitación y dirigirse directamente hacia el punto de la pared con los ojos también cerrados. Inténtelo en seguida pero no espere conseguirlo antes de algún tiempo.

Haga todos estos ejercicios uno detrás de otro. Debe comenzar fijando firmemente en su consciente el punto situado al otro lado de la habitación. Una vez que haya cerrado los ojos, debe contar otro tanto, si no más, con la orden de su poder síquico para que le guíe a través de la habitación recto hacia el punto.

## COMO PONER SU CENTRO DE CONTROL DE LOS ORGANOS BAJO EL CONTROL DEL PODER SIQUICO

Ya que el Centro de Control de sus Organos gobierna todas las funciones de su cuerpo, ponerlo bajo control del poder síquico puede tener efectos benéficos ilimitados sobre su salud. Gracias a él, por ejemplo, usted puede reducir su peso, aumentar el apetito, regularizar sus funciones intestinales, suprimir la tensión nerviosa, normalizar el ritmo de su sueño, regularizar la tensión, combatir la enfermedad e incluso controlar sus emociones de temor, de cólera, de placer y de alegría. Los ejercicios siguientes no son más que algunos ejemplos de lo que puede hacer por sí mismo controlando su Centro de Control de los Organos gracias a las órdenes de su poder síquico.

**Ejercicio 1. Cómo perder peso gracias al Centro de Control de los Organos.** A la hora de una comida, si se siente pesado, no coma. Pero represéntese a sí mismo como si hubiese comido y sintiese el estómago lleno. No se llene el estómago de agua para tener la impresión de que está lleno, porque esto mantendría su peso; sienta simplemente el estómago lleno a causa de una orden del poder síquico de que se sienta lleno. Envíe una orden-proyectil del poder síquico desde su frente hasta el Centro de Control de los Organos ordenándole detener su estómago para que se sienta lleno y deje de segregar jugos gástricos. Para ayudar a su Centro de Control

de los Organos, represéntese a sí mismo la imagen de su estómago transformándose en un neumático completamente desinflado.

Usted puede también tomar solamente una porción o una cantidad mucho más pequeña de su comida habitual, y a continuación, repentinamente, representarse su estómago quedando seco y dejando de segregar jugos digestivos.

No haga otra cosa que representarse estos cambios. Dirija la imagen visualizada en su estómago con una convicción absoluta gracias a una orden-proyectoril del poder síquico.

**Ejercicio 2. Cómo adquirir el hábito de unas funciones intestinales regulares gracias a su Centro de Control de los Organos.** Ya que el Centro de Control de los Organos gobierna sus intestinos, puede ser utilizado para darles hábitos regulares. Controla la onda peristáltica que se estrecha y desciende a lo largo de su tubo digestivo cuando sus intestinos están en movimiento y le vacía. Cuando está gobernado por su Centro de Poder Síquico, su Centro de Control de los Organos puede hacer maravillas por sus intestinos.

He aquí el ejercicio. Sentado sobre un taburete, visualice sus intestinos como si fuesen un tubo conduciendo directamente del estómago al exterior de su cuerpo. Visualícelo dilatándose y contrayéndose rítmicamente cada cinco segundos con su contenido descendiendo del estómago aproximadamente dos centímetros y medio cada vez. En otros términos, sincronice su Centro de Control de los Organos con el ritmo de la onda peristáltica cuando expulse el contenido del tubo fuera de su cuerpo.

Si lo practica con regularidad (la inducción de la onda peristáltica) y aproximadamente a la misma hora cada día, entrenará a su Centro de Control de los Organos a ponerla en acción automáticamente y sus intestinos serán regulados por su Centro de Control de los Organos controlados por el poder síquico.

**Ejercicio 3. Cómo hacer controlar su respiración por el Centro de Control de los Organos.** El control de la respiración por el Centro de Control de los Organos es muy útil para el importante ejercicio indicado a continuación, por tanto practíquelo.

Siéntese en una silla.

Respire profundamente y llene de aire su región diafragmática (es decir la parte del pecho situada alrededor de las costillas inferiores).

Llene ahora su pecho con más aire. Llénelo hasta la altura de los hombros (es decir el resto de los pulmones).

A continuación expire todo el aire que pueda.

Repítalo varias veces. Este ejercicio sirve también para purificar la sangre puesto que reduce la acidez causada por la emoción.

**Ejercicio 4. Cómo controlar sus emociones gracias al Centro de Control de los Organos.** Si se enerva con facilidad, si se encoleriza o está indeciso en ciertas situaciones, incite a Centro de Control de los Organos a disminuir, durante estas situaciones el ritmo de su respiración y el de los latidos de su corazón. Haga esto fácilmente gracias al Control de la Respiración por medio del Centro de Control de los Organos que ha aprendido en el ejercicio 3. Viejo o joven, este hábito le hará un bien inmenso. Cuanto más profundamente respire, mejor, porque almacenará más oxígeno con mayor rapidez y el ritmo de su respiración y de sus latidos del corazón disminuirá automáticamente. Estos, por reflejo, controlan sus emociones. (Por reflejo significa un movimiento involuntario provocado como respuesta a un estímulo).

Desarrollando un control consciente sobre su Centro de Registro de las Sensaciones y sobre su Centro de Control de los Organos podrá desarrollar también su inteligencia. Los famosos fisiólogos Penfield y Jasper admiten que la consciencia tiene su centro en los Centros de Registro de las Sensaciones y de Control de los Organos y en las partes superiores del tronco del cerebro superior. A estas estructuras y a sus conexiones se les llama Sistema Centroecefálico y se le considera (antes que al consciente y al subconsciente) como su centro de más alto nivel de desarrollo nervioso. Esta puede ser la importante razón de que los maestros síquicos realicen fenómenos asombrosos, al haber desarrollado (o despertado) sus Centros de Registro de las Sensaciones y del Control de los Organos hasta un grado sorprendente. Usted ganará inconmensurablemente desarrollando los suyos hasta cualquier grado.

## Cómo

### **Poner el Centro de Coordinación de los músculos bajo el Control del Poder Síquico**

#### **COMO MEJORAR INFINITAMENTE CON LOS INCREIBLES POTENCIALES DE SU CENTRO DE COORDINACION DE LOS MUSCULOS**

Su Centro de Coordinación de los Músculos (la cuarta parte de su Consciente Primario), tiene tres importantes fracciones primarias: su cuerpo estriado, en núcleo rojo y su cerebelo. Sin embargo, para simplificar, las agruparemos bajo la denominación de Centro de Coordinación de los Músculos.

En su Centro de Coordinación de los Músculos se producen potenciales eléctricos naturales, pero son débiles, porque su consciente los utiliza para conservar su actividad muscular «convencional». En el laboratorio, sin embargo, la conexión nerviosa entre el Control y el consciente ha sido cortada experimentalmente, liberándola de esta dependencia. Entonces se producen inmediatamente en el Centro, descargas de **alto voltaje**. Su Centro de Coordinación de los Músculos tiene, en otras palabras, un alto grado de la dinamita de la irritabilidad protoplásmica. Cuando la libera del control civilizado de su consciente, hace explotar dinamita y realiza lo increíble para usted.

**Usted puede liberarlo gracias al poder síquico.** Ponga su Centro de Coordinación de los Músculos bajo el control del poder síquico y podrá arrancar esta dependencia de su consciente, demasiado razonador y analizador, e inmediatamente conseguirá un poder muscular fulminante, resistencia, gracia física y ritmo. Esto es exactamente lo que hace el histérico, pero de forma negativa. Usted puede hacer lo mismo pero en forma positiva.

#### **COMO FUNCIONA SU CENTRO DE COORDINACION DE LOS MUSCULOS**

Cada músculo de su cuerpo está bajo el control del Centro de Coordinación de los Músculos. En la lección 1.ª ha aprendido cómo funciona la coordinación de sus



músculos cuando el bíceps levanta pesos cada vez mayores haciendo entrar en acción cada vez más músculos estabilizadores para aumentar su poder de levantamiento. Aprenda cómo su Centro de Coordinación de los Músculos hace entrar en acción su sistema nervioso para crear este aumento de potencia y por qué puede realizar así lo «milagroso» gracias a él poniéndolo bajo control del poder síquico.

He aquí lo que pasa en su sistema nervioso cuando trata de levantar un peso con su bíceps.

1. Su bíceps envía inmediatamente un mensaje a lo largo del nervio, hacia su consciente, pidiéndole la fuerza necesaria para levantar el peso. No podría levantar el peso si estuviese inconsciente o dormido, por muy ligero que fuese. Su consciente (o inconsciente) debe gobernar el músculo, sino el músculo no levantará el peso.

2. Pero el nervio no conduce a su consciente. Es solamente un segmento de nervio que conduce a la médula espinal y que termina allí.

3. Como consecuencia, en su medula espinal, el mensaje de su bíceps debe saltar el Punto de Unión del nervio (o sinapsis) y transferirse a otro segmento de nervio que conduce al cerebro.

4. Este segundo segmento de nervio conduce el mensaje del bíceps hasta la médula espinal y hasta el Centro de Coordinación de los Músculos y se detiene allí.

5. Su Centro de Coordinación de los Músculos recibe el mensaje del bíceps y le hace seguir, a través de otro segmento de nervio, hasta el Centro de Registro de las Sensaciones.

6. Finalmente su Centro de Registro de las Sensaciones lo envía a su consciente. Su consciente retiene y perfecciona el mensaje y elige para su bíceps la cantidad exacta de fuerza que necesita para levantar el peso.

7. A continuación su consciente da el orden a su bíceps, por medio de los nervios transmisores de órdenes, de que se contraiga lo suficiente para levantar el peso.

8. PERO su bíceps necesita un «estabilizador» para mantener su posición mientras levanta el peso. Al ser el tríceps su músculo antagonico, su Centro de Coordinación de los Músculos le da automáticamente la orden de que se contraiga también, para poner un freno al bíceps.

9. Por otra parte, su tríceps no debe contraerse demasiado, hasta el punto de impedir al bíceps levantar el peso con una pérdida de energía mínima. Por este motivo su Centro de Coordinación de los Músculos da otra orden a su tríceps para que NO se contraiga demasiado.

10. En resumen, su tríceps se contrae también (aunque mucho menos el bíceps) pero se relaja lo suficiente para dejar a su bíceps operar sin una pérdida inútil de energía.

Y también el bíceps levanta el peso ayudado por la coordinación del tríceps gracias a su Centro de Coordinación de los Músculos.

11. Cuando levanta pesos mayores y más músculos entran en acción como estabilizadores también se ponen bajo control de su Centro de Coordinación de los músculos porque ayudan a su bíceps a levantar, exactamente como lo hace el tríceps.

## OTRAS FORMAS EN QUE SU CENTRO DE COORDINACION DE LOS MUSCULOS LE AYUDA EN LA VIDA DE CADA DIA

La misma extensión de control de sus músculos se hace cuando dirige o realiza movimientos difíciles tales como los que exigen el equilibrio del cuerpo (es decir el sentido del equilibrio) o el que participe en un deporte o un juego en los cuales sus músculos sean utilizados de forma experta (por ejemplo, la natación, el esquí, el patinaje, el juego de bolos, el golf, la danza, el canto, tocar un instrumento musical, la pintura, exhibirse en vestidos elegantes, la actividad sexual, la odontología, la cirugía, servir la mesa, hacer trabajos manuales o especializados, representar una comedia, arreglar la casa, conducir un coche, montar a caballo, en bicicleta, en motocicleta y así indefinidamente).

Cada una de estas actividades exige de usted la utilización de muchos músculos de su cuerpo en una acción sincronizada para permitir al principal músculo empleado aumentar varias veces su eficacia. Es también el caso, por ejemplo, cuando un atleta se esfuerza por batir un récord, cuando un bailarín o un músico desean mejorar su técnica, o cuando un automovilista desea adelantar en una circulación densa. Debe entonces añadir a su habilidad un considerable dominio de su poder síquico, porque no puede prevenir todas las eventualidades que se le presenten.

## LA FUERZA MULTIPLICADA PROPORCIONADA A SUS MUSCULOS POR MEDIO DE LA TRANSMISION DE LAS ORDENES DE SU PODER SIQUICO

La fuerza o la agilidad que la transmisión de órdenes de su poder síquico puede añadir a sus músculos, son increíbles. Este es el secreto de numerosas hazañas milagrosas que han sido realizadas. Cuando un músculo se hace más fuerte, sus fibras aumentan de tamaño. Pero la fuerza que el músculo puede conseguir está fuera de proporción con el aumento de su volumen.

Examinemos el caso de un gimnasta medio que levantara pesos. Comenzaría a entrenarse con un bíceps de unos 35 cms y, en algunos años, lo habría desarrollado hasta un máximo de 40 a 42,5 cms. El contorno de su brazo ha aumentado menos de un 25 %. Ahora bien, al comienzo no podía levantar más de 36 kilos pero en algunos años levanta de 81 a 90 kilos máximo. Su fuerza ha aumentado un 150 %, es decir, 6 veces más que el grosor de su brazo. Además, al microscopio sus fibras musculares son exactamente las mismas, a excepción de que pueden haber aumentado hasta un cuarto de su volumen. ¿Qué puede haber causado este extraordinario aumento de potencia muscular, a pesar de un aumento del volumen de los músculos relativamente insignificante?

La respuesta no puede ser «habilidad». No se necesita mucha habilidad para pasar una barra por encima de la cabeza. Tampoco puede ser su consciente, porque

no es lógico llegar a ser tan fuerte con tan poco desarrollo de los músculos. La respuesta es la transmisión de las órdenes del poder síquico del levantador de pesos. Con un puro poder síquico (ilógico como era) se convenció a sí mismo de que PODIA levantar pesos cada vez mayores. Su Centro de Poder Síquico envió esta orden-proyectil a su Centro de Coordinación de los Músculos y le ordenó ignorar la influencia contraria de su consciente. Desde el Centro fueron enviadas descargas de alto voltaje (la dinamita oculta en su irritabilidad protoplásmica) que ayudaron enormemente a la fuerza de sus músculos estabilizadores.

Esto permitió a sus «músculos principales» aumentar su eficacia seis veces más de lo que el desarrollo de los tejidos permitiría suponer. Si este deportista tiene el calibre de un campeón, verdaderamente, podría levantar hasta 125 kilos y más sin aumentar el volumen de sus brazos. Dicho de otro modo, su fuerza aumentaría el 245 % mientras que sus músculos se desarrollarían solamente un 25 %; aumentaría aproximadamente diez veces en proporción del aumento de volumen de sus músculos.

Otro ejemplo es el entrenamiento cruzado. Es muy conocido por los ortopedistas el hecho de que si una pierna queda inmovilizada por una escayola, hacer ejercicios con la otra aumentará la fuerza de la pierna inmovilizada. Esto prueba que el espíritu, o el nervio de la pierna, desarrolla un poder muscular por reflejo.

## COMO DESARROLLAR EL CONTROL DEL PODER SIQUICO SOBRE SU CENTRO DE COORDINACION DE LOS MUSCULOS`

Usted tiene una cantidad tres veces mayor de nervios portadores de masajes de los músculos a la medula espinal o a su cerebro que de nervios portadores de órdenes a los músculos. Más de un nervio portador de mensaje corresponde por tanto, a cada nervio de transmisión de órdenes en el Punto de Unión de los Nervios en la medula espinal o en el cerebro. Para que un músculo pueda recibir su transmisión completa, es necesario que reciba los mensajes de varios nervios portadores de los mismos, a la vez. De otro modo sólo es estimulado parcialmente y únicamente algunas de sus fibras se contraen.

Sin embargo, con una transmisión de poder síquico suficientemente intensa, puede dar órdenes a un número considerable de nervios portadores de mensajes para enviarlos al nervio transmisor de órdenes de cualquier músculo. Su cuerpo puede actuar también con la coordinación de los músculos, pero usted puede hacerlo en mucho mayor grado con las órdenes del poder síquico para que el músculo de contraiga completamente a su voluntad. Es así como el halterófilo, el jugador de golf, el corredor, el nadador y los demás atletas que confían tanto en su potencia como en su velocidad, baten los récords. Esto explica también por qué hombres poco musculosos como los yoguis, puede realizar milagros de fuerza física casi sin entrenamiento especial. Su transmisión de órdenes del poder síquico es 109 veces más potente que la de un hombre de tipo medio, sin considerar la multiplicación debida a su facilidad de paso por los Puntos de Unión de los nervios.

Los ejercicios siguientes desarrollarán el control de su fuerza física sobre su Centro de Coordinación de los Músculos, ya sea para la fuerza o la agilidad (si es hombre), ya sea para la gracia y la sorprendente belleza de movimientos (si es mujer). Cada una de estas cualidades que adquirirá de forma increíblemente rápida, le dará una confianza en sí mismo que le ayudará a superarlo todo.

## EJERCICIOS PARA DESARROLLAR EL MOMINIO DE LA FUERZA SIQUICA SOBRE EL CENTRO DE COORDINACION DE LOS MUSCULOS SI UD. ES HOMBRE

**Ejercicio 1. Cómo aumentar a voluntad y de forma notable su fuerza en cualquier deporte.** Suponga que usted es un halterófilo, un corredor, un lanzador de martillo, un nadador, un saltador, un boxeador, un jugador de golf o que practica cualquier deporte que exija fuerza y destreza. Usted pone toda su fuerza en sus movimientos, pero se necesita algo más para mejorar o para ganar. Su consciente lógico, guiado por el dolor que usted siente en sus músculos cuando ha realizado todo el esfuerzo de que es capaz, le indica que ha conseguido el máximo por esta vez.

Niéguese a creerlo. Abandónelo por su Centro del Poder Síquico y prepárese a superarse. Relájese de la cabeza a los pies con la Contracción de Forma de los Músculos y la Contracción de Forma de los Músculos van de la mano.

Ahora póngase en posición de repetir el esfuerzo, pero permanezca relajado. Lance una orden-proyectil de Fuerza Síquica de su Centro del Poder Síquico a su consciente, ordenándole dirigir a sus músculos para obtener esta vez un resultado mejor. Antes de que su consciente lógico pueda discutir la utilidad de esta orden, refuércela aún más con otra orden-proyectil de fuerza síquica intensificando esta orden.

De repente, tense los músculos y entre en acción. Si ha añadido peso a su barra, su consciente reaccionará inmediatamente con un «shock» y desesperación o con un sombrío presentimiento de fracaso inminente. Borre inmediatamente estos presentimientos con una tercera orden-proyectil de fuerza síquica ordenando a su consciente que continúe empujando con las manos hasta donde pueda. Si usted corre, nada o practica cualquier otro deporte en el cual es más difícil de apreciar la transmisión de la fuerza necesaria, visualice solamente sus músculos como si fuesen lo bastante fuertes como para alcanzar su objetivo y utilícelos como si fuesen verdaderamente bastante fuertes. **NO TRATE DESESPERADAMENTE DE SER MAS FUERTE NI INTENTE VIOLENTAMENTE ACTUAR CON MAS FUERZA.** Acepte con calma el principio de que usted es lo suficientemente fuerte y deje que sus músculos igualen instintivamente su nueva concepción de su vigor. Ponga en ello todas sus fuerzas, naturalmente, pero hágalo como si las hubiese tenido guardadas en reserva hasta ahora.

Se sorprenderá de la rapidez con que aumentará su fuerza. Si comienza este ejercicio como un entrenamiento, realícelo una vez por semana. **NO LO REALICE** hasta el punto de fatigarse o de agotarse, salvo en caso de competición. Sin embargo, los mejores resultados se obtendrán realizándolo una vez por semana, porque los músculos necesitan más días para recuperarse completamente después de un esfuerzo anormal.

## EJERCICIOS PARA DESARROLLAR EL CONTROL DE LA FUERZA SIQUICA SOBRE EL CENTRO DE COORDINACION DE LOS MUSCULOS SI ES USTED UNA MUJER

**Ejercicio 1. Cómo adquirir rápidamente la gracia de una modelo.** Si usted es una mujer coloque a un lado de su tocador una revista o un periódico que representen la foto de una modelo en una bonita pose. Colóquese ahora de pie delante del espejo

y haga como si fuese esa modelo. Imite su posición desde la cabeza hasta los pies. Copie los ángulos exactos de los pies sobre el suelo, la torsión serpentina de su cuerpo (aunque sea ligeramente), las diferentes alturas de sus hombros, las posiciones equilibradas de sus brazos, la expresión de sus manos y de sus dedos, la línea de su cuello, la dirección de su cabeza, la expresión de su mirada y la personalidad de su sonrisa (si sonríe).

**Ejercicio 2.** Cuando esté satisfecha de haber copiado esta pose con exactitud, copie otra, ya sea de la misma modelo o de otra. Continúe hasta que haya aprendido cuatro poses diferentes. Practíquelas hasta que las haga con naturalidad.

**Ejercicio 3.** Vuelva a realizar la primera pose y encadénela con la segunda, la tercera y la cuarta. En otras palabras, entre las diferentes poses no deje caer los brazos de repente, enderezar su cuerpo o pasar a la pose siguiente con brusquedad. Por el contrario, deslícese suavemente de una pose a otra, de forma que quien la vea tuviese la sensación de haber sido arrastrado por usted en cada pose. Adapte igualmente su cara y sus ojos a cada una de estas poses.

Combinar una pose con otra le hace consciente de cada parte de su cuerpo. Incluso cuando repite cada pose debe recordar la posición exacta en que es necesario mantener cada parte de su cuerpo para que esté equilibrada con respecto a la otra y ambas estén en equilibrio y en perspectiva artística.

Añada sex-appeal a cada pose bien como al paso de la una a la otra y créese una personalidad. Algunas de las mejores modelos poseen solamente una silueta pasable; pero cuando posan se crean personalidades magníficas, que consiguen gracias al dominio de su fuerza síquica sobre los músculos de su cuerpo, mediante los Centros de Coordinación de los Músculos y también proyectando fuerza síquica fuera de su cuerpo. Esto puede hacerlo usted también con las Antenas de su cerebro. No haga ningún gesto brusco y deslícese en cada pose diferente como lo hace una bailarina cuando danza.

Estos ejercicios son agradables. Aumentan enormemente su encanto, en especial cuando está convenientemente vestida para realizarlos. Al hacerlos trate de dar la impresión de que está flotando sobre las nubes. Su peso no tiene nada que ver con esta impresión. Si está un poco gruesa, perfeccionando estos ejercicios puede dar la impresión de que está prodigiosamente esbelta.

**Ejercicio 4.** Repita los tres ejercicios arriba indicados con otras poses y consiga el dominio de un repertorio de poses. Perfeccione cuatro como mínimo en cada sesión diferente. Una falda corta o unos shorts exigen habilidad en la colocación de las piernas. Un traje de noche exige habilidad y elegancia en la posición del cuerpo, desde la cintura hasta el cuello. Después de haber adquirido suficiente dominio de su poder síquico sobre su Centro de Coordinación de los Músculos, podrá andar por cualquier parte y presentarse delante de cualquier audiencia con unos movimientos tan fascinantes que cautivarán todas las miradas.

**Cómo**

**Poner bajo el Control del Poder Síquico  
sus puntos obstructores de  
Unión de los Nervios**

En las lecciones precedentes le ha sido demostrado en varias ocasiones que los Puntos de Unión de los nervios o sinapsis son un obstáculo para el paso de los mensajes enviados desde el cuerpo al cerebro y para las órdenes enviadas desde el cerebro al cuerpo. Ya que prácticamente todos los tramos de nervio comportan uno o varios Puntos de Unión, éstos pueden retardar la rapidez de sus reflejos de forma importante y la rapidez de transmisión es una condición indispensable cuando utiliza su personalidad desconocida.

Esta lección le enseñará a precipitar sus mensajes y órdenes a través de los Puntos de Unión nerviosos y a aumentar increíblemente los efectos de sus mensajes nerviosos porque deben salvar la unión entre los dos segmentos de nervio antes de poder continuar su camino.

**SU PUENTE NERVIOSO QUIMICO Y COMO CONDUCE SUS MENSAJES  
Y ORDENES AL OTRO EXTREMO DEL PUNTO DE UNION DE LOS NERVIOS**

El Punto de Unión de los Nervios es el punto donde acaba un segmento de nervio, que transporta un mensaje o una orden y comienza otro que lo conducirá más lejos. Las extremidades de los dos nervios están una frente a otra como los dientes de dos tenedores. Cuando su mensaje u orden llega al fin del primer segmento de nervio, se detiene. Pero la extremidad de este segmento libera entonces un fluido o humor (acetilcolina), que permite al mensaje o a la orden transferirse de un segmento de nervio al otro, de forma que el segundo segmento de nervio pueda hacerse cargo de él y transportarlo hacia su destino. Con frecuencia un tercer segmento de nervio de menor tamaño se encuentra entre los dos nervios principales para empalmarlos, lo que ocasiona otros dos Puntos de Unión que su mensaje u orden debe salvar.

El mensaje o la orden necesitan mucho más tiempo para pasar por encima del Punto de Unión que para circular a través del nervio. En efecto, tardan para saltar por encima de los Puntos de Unión de los Nervios un 40 % aproximadamente del

tiempo que necesitan para atravesar todo el camino de nervio compuesto de todos los segmentos. Considerando que la porción de longitud de un Punto de Unión es infinitesimal comparada con la longitud de todo el trayecto de nervio, se llega a la conclusión de que el mensaje o la orden se desplazan muy lentamente por encima de éste. La razón es que la resistencia que encuentra es doce veces mayor porque la extremidad del nervio debe producir primero la acetilcolina para que el mensaje o la orden puedan ser enviados al otro extremo del Punto de Unión de los Nervios. Además la fibra nerviosa no se fatiga mientras que el Punto de Unión sí que se fatiga y esto aumenta aún más la resistencia que el mensaje o la orden pueden encontrar.

Para enviar los mensajes y las órdenes con mayor rapidez a través del camino de sus nervios, debe enviarlos con mayor rapidez por encima de los Puntos de Unión ya que no pueden ir más rápido a través del nervio. También debe intensificar la electricidad del nervio que transmite el mensaje o la orden. Todo esto es deseable porque la aceleración de sus mensajes y de sus órdenes acelera sus reflejos y contribuye a hacerle pensar y actuar con rapidez y a prolongar su juventud. Esto mejora también el poder de acción de su fuerza síquica haciéndole capaz de proyectar y también de retirar sus proyecciones de fuerza síquica sobre otra persona. (Como aprenderá a hacerlo con sus Antenas Cerebrales) con una velocidad tan sorprendente que no puede adaptarse a ellas con la rapidez suficiente para escapar a su victoriosa influencia.

## SU ARCO SIQUICO Y COMO CREARLO PARA REDUCIR LA RESISTENCIA EN EL PUNTO DE UNION DE LOS NERVIOS

En el laboratorio, la resistencia en el Punto de Unión de los nervios puede reducirse notablemente dando al nervio que transporta el mensaje o la orden fuertes estímulos sucesivos. Estos se repiten hasta que la resistencia en el Punto de Unión de los nervios se hace tan débil que la velocidad de transmisión por encima de él se hace casi tan grande como a través del nervio. La acetilcolina segregada en el Punto de Unión de los nervios es reforzada por el primer estímulo dado al nervio. Después de una corta pausa —durante la cual la acetilcolina se disuelve gradualmente en el Punto de Unión de los nervios— se da al nervio un segundo y fuerte estímulo. Esta vez el mensaje o la orden atravesarán el Punto de Unión de los nervios con mayor rapidez porque aún queda un poco de acetilcolina sin disolver. Después de otra corta pausa, el nervio es estimulado por tercera vez. Después de varios estímulos semejantes, el Punto de Unión de los nervios retiene una cantidad tan grande de acetilcolina sin disolver, que su resistencia al próximo mensaje u orden puede quedar reducida a un octavo de lo que era al principio.

Usted puede obtener resultados similares en su vida diaria gracias al Arco Síquico. Es el nombre del procedimiento que consiste en pensar justamente lo contrario del estímulo al cual hace frente para contrarrestar sus efectos sobre su consciente. Si se encuentra frente a una situación que le asusta, por ejemplo, piense en algo que le calme. **Pero piense en ello tan sólo durante dos segundos aproximadamente.** Entonces deje de pensar antes de que su consciente se contrarie y vuelva a la realidad de la situación original. Después de otros dos segundos piense de nuevo en la idea contraria pero intensifíquela ahora con una orden-proyectil de fuerza síquica lanzada por su Centro de Fuerza Síquica, situado en su frente. Continúe este procedimiento intensificando más la idea contraria cada vez que la tenga en su

mente, para conducirla a su consciente a través de más fibras de su personalidad desconocida. Continúe así hasta que los Puntos de Unión de este trayecto de nervios estén tan fuertemente saturados de acetilcolina que el pensamiento contrario pueda precipitarse a través de los Puntos de Unión de los nervios hasta su consciente, con más rapidez que el pensamiento original.

Esto es, en una palabra, en lo que consiste el Arco Síquico. En el curso de los ejercicios indicados más adelante en esta lección, aprenderá a crearlo fácilmente y esto le aportará un rápido cambio en su vida diaria en muchos aspectos y de forma notable. Gracias a esto aprenderá a ser hábil, a hacer frente a nuevas situaciones, a actuar en público y a dominar a las personas como nunca había soñado que fuera posible hacerlo. Se controlará también a sí mismo con la confianza de un maestro síquico y conservará su sangre fría en las circunstancias más difíciles. Adquiera el dominio del Arco Síquico, aunque sólo sea en un grado mínimo, y será todo lo que necesite de él.

**Nota:** En realidad, hay tres tipos de Arcos Síquicos y le serán enseñados en esta lección. Son los siguientes:

1. El Arco Síquico.
2. El Arco Síquico irradiante.
3. El Arco Síquico diferido.

Estudie los tres a fondo y póngalos en práctica inmediatamente. Si solamente pudiese tener el dominio de estos tres procedimientos, podría realizar casi lo imposible en su vida. Mientras tanto continúe estudiando el Arco Síquico.

### **LO QUE HACE SU ARCO SIQUICO EN EL PUNTO DE UNION DE LOS NERVIOS CUANDO LE AÑADE EL CONTROL DEL PODER SIQUICO**

Cuando aumenta la velocidad de algunos de sus reflejos diarios, habituales, como por ejemplo, al practicar de forma repetida un movimiento o un gesto, significa que cada vez que comienza ese movimiento o ese gesto, las extremidades de los segmentos de nervio de ese trayecto de nervios condicionados, segregan acetilcolina con mayor rapidez que en un principio. La confianza y el ritmo eficaz que usted ha adquirido en ese movimiento o en ese gesto añaden una sensación de agrado y de satisfacción a su cuerpo y estimulan a todos los nervios parasimpáticos para que funcionen mejor y estos nervios segregan siempre acetilcolina cuando son estimulados.

Por este motivo es tan importante que esté satisfecho y en calma para poder segregar acetilcolina, ya que cada vez que se asusta segrega simpatina a través de sus nervios simpáticos en vez de acetilcolina a través de los parasimpáticos. Cuando sus músculos se preparan para combatir, incluso su digestión se para, el corazón se le sale del pecho, sus pupilas se dilatan, su tensión aumenta, el azúcar pasa del hígado a la sangre y así sucesivamente. Por el contrario, cuando usted está satisfecho y en calma, su apetito y su digestión son buenos, su corazón late con regularidad, sus pupilas se contraen, su tensión disminuye y se normaliza, su hígado deja de verter azúcar en la sangre y lo almacena porque sus músculos se relajan y están cómodos. Para pasar los Puntos de Unión de los nervios con más rapidez y facilidad, pero con provecho, es necesario que sus nervios parasimpáticos dominen a los simpáticos y para hacerlo así no puede encontrar nada mejor que el Arco Síquico.



Si añade el dominio del poder síquico a su confianza y a su ritmo eficaz, puede aumentar su facultad de digestión **ocho veces**, en la forma que usted ya conoce. Dicho de otro modo, el poder síquico sobre su Arco Síquico puede aumentar ocho veces la secreción de sus jugos gástricos (cuya secreción es estimulada por los nervios parasimpáticos) sin que su Arco Síquico pase con mayor rapidez los Puntos de Unión de los nervios. Imagine cuántas veces su Arco Síquico, controlado por el poder síquico, podría aumentar sus jugos gástricos al pasar los Puntos de Unión de los nervios con mayor rapidez. Esto es lo que su Arco Síquico puede hacer en su Punto de Unión de los Nervios cuando se le añade el control del poder síquico.

### COMO ADQUIRIR CON MAYOR RAPIDEZ EL DOMINIO DE UNA NUEVA ESPECIALIDAD GRACIAS AL ARCO SIQUICO

Cuando está dispuesto a emprender una nueva especialidad o técnica, el temor y la incertidumbre se apoderan de usted y las extremidades de sus nervios simpáticos segregan simpatina, mientras que las de sus nervios parasimpáticos se secan. Como consecuencia, todo su sistema nervioso adquiere una tendencia simpática, es decir anti-acetilcolina. En el momento en que emprenda la nueva especialidad o técnica, los Puntos de Unión de los nervios de los músculos trabajarán con tensión y malestar. Esto disminuirá su confianza y aumentará su temor. Como consecuencia sus nervios simpáticos segregan aún más simpatina mientras que sus nervios parasimpáticos quedarán más secos. Los Puntos de Unión de los nervios de los músculos segregarán menos acetilcolina y sus músculos trabajarán con más tensión y malestar.

Sin embargo, poco después, si hace uno o dos buenos movimientos recobrará la confianza. Ahora su simpatina se seca lentamente y por el contrario sus nervios parasimpáticos segregan un poco de acetilcolina. Los Puntos de Unión de los nervios de transmisión de órdenes de los músculos hacen lo mismo y los músculos recobran el ritmo y la soltura.

Pero tan pronto como cometa otro error, su acetilcolina se secará de nuevo y los nervios simpáticos segregarán simpatina una vez más. De nuevo sus músculos trabajarán con tensión y malestar.

Gracias a un entrenamiento perseverante durante horas, semanas, meses y años, llegará a poseer el dominio de un movimiento o de una especialidad y la destreza y la confianza para ejecutarlo. Sus nervios parasimpáticos segregarán entonces una cantidad suficiente de acetilcolina cuando lo ejecute y se convertirá en un experto.

Todo este período de aprendizaje y de perfeccionamiento puede reducirse, sin embargo, siete octavas partes si puede conservar la misma confianza en sí mismo mientras aprende una especialidad que cuando la domina. Su finalidad, por tanto, debe ser adoptar y conservar la MISMA CONFIANZA MAGISTRAL en sí mismo cuando aprende algo nuevo que cuando está seguro. Puede conseguirlo estimulando sus nervios parasimpáticos a segregan ocho veces de acetilcolina en sus extremidades desde el mismo comienzo de su aprendizaje, para que su consciente y sus músculos reaccionen ocho veces MAS RAPIDO a las instrucciones que reciba y a la práctica que realice. Esto se obtiene por medio del Arco Síquico controlado por el poder síquico.

**Ejercicio 1. Cómo aprender con rapidez cualquier especialidad gracias al Arco Síquico.** Emprenda por sí solo un trabajo manual que desee aprender. Puede ser un pasatiempo, un deporte, un arte, o la realización de un objeto. Lea las instrucciones y sígalas de memoria.

Por más que haga, su confianza le abandonará, y se pondrá tenso mental y físicamente. Gracias al Arco Síquico piense inmediatamente en un plato delicioso, un bistec en su punto, unas natillas, un helado o algo que le agrade en especial. Visualícelo con tanta claridad delante de sus ojos que se le haga la boca agua simplemente pensando en ello. Sus músculos se relajarán y se sentirá mejor de nuevo. De repente, concéntrese otra vez en el trabajo que está aprendiendo y trabaje más. La tensión vuelve. Entonces piense inmediatamente en su plato favorito. En vez de dejar que su consciente se sumerja en el temor de un fracaso posible y hacer así que se sequen las extremidades de sus nervios, piense en alguna comida deliciosa.

Trate una vez más de reanudar su trabajo y comprobará que cada vez lo ejecuta con mayor facilidad. Después de haber repetido este proceso varias veces, será capaz de visualizar su plato favorito en su mente con tanta claridad cuando comience a aprender alguna cosa, que no volverá a estar tenso, aunque tenga que hacerlo en público. Como consecuencia su aptitud para dominar todo nuevo trabajo en el mínimo plazo de tiempo será notable y permanente. Emplee cada vez, aunque brevemente, el Arco Síquico. Intensifíquelo con una orden-proyectil del poder síquico de su Centro del Poder Síquico y la cantidad de acetilcolina en el Punto de Unión de los nervios aumentará rápidamente y le ayudará aprender con mayor rapidez. Así es cómo debe aprender con rapidez cualquier trabajo gracias al Arco Síquico.

**Ejercicio 2. Cómo ganar fácilmente la simpatía de los demás transfiriendo el Arco Síquico.** La técnica es la misma, ya sea usted un hombre, una mujer, un amigo o un extraño, y puede utilizarla con los dos sexos. Puede incluso utilizarla por teléfono. Supongamos que usted está hablando con una persona a la que desea agradar por cuestiones sociales o de negocios. Cuando hable, escúchela atentamente pero piense a la vez en algo agradable. Puede pensar de nuevo en un buen bistec o en el hecho (verdadero o falso) de que la persona con quien habla es agradable de conocer. (Si no vale la pena conocerla quizá haría mejor no frecuentándola o de otro modo quizá tendrá que lamentarse). Piense en todas las cualidades que tiene y embellézcalas aún más en su mente.

Abandone totalmente estos pensamiento al cabo de dos segundos. Dos segundos más tarde vuelva a comenzar. Esta vez intensifíquelos con el poder síquico. Para hacerlo así imagínese que la persona con quien habla es dos veces más atrayente de lo que había creído en principio.

De nuevo abandone totalmente estos pensamiento al cabo de dos segundos.

Dos segundos más tarde representése de nuevo a su interlocutor tres veces más atrayente que antes. Déjele hablar de forma que usted pueda concentrarse más en sus pensamientos y en su visualización. Visualice solamente las «maravillosas» cualidades que atribuye a su apariencia, a su voz, a su actitud, a su expresión (tal como las recuerda si no puede verlas en este momento), a su humor y a su sensibilidad, y olvide los defectos.

En definitiva, todo su sistema se llenará enseguida de una desbordante amistad por su interlocutor. Esta desbordante amistad se precipitará sobre los Puntos de Unión de sus nervios y las extremidades de los mismos responderán segregando una inundación de acetilcolina. Una sensación deliciosa sacudirá inmediatamente el

Centro de Poder Síquico de su interlocutor y será transmitida a todo su cuerpo. Sus nervios parasimpáticos responderán segregando también acetilcolina y deseará su compañía. Usted le ha conquistado transfiriéndole su propio Arco Síquico.

NOTA. Clark Gable confesaba abiertamente que utilizando, por sugerencia de su director de escena, «el pensamiento de un buen bistec» (que no es sino una grosera versión del Arco Síquico) transformó a la edad de treinta años su fútil carrera de actor de cine y se convirtió en el primer galán joven de su tiempo. Y ocupó fácilmente esta posición hasta la edad de sesenta años en que murió prematuramente. Se supone que Rodolfo Valentino hizo lo mismo. El «pensar en un buen bistec» o en algo similar, llenada sus ojos de «algo misterioso» que provenía de superpersonalidad desconocida que trastornaba al bello sexo y daba a estos hombres la fama y la fortuna **RAPIDAMENTE**. Jean Harlow, y evidentemente Marilyn Monroe, así como muchas otras artistas se catapultaron en la gloria y la fortuna a una velocidad increíble, mientras que actrices mucho mejores que no usaron este pequeño truco de su personalidad desconocida, casi no fueron conocidas por el gran público y pasaron rápidamente al olvido.

## COMO SU ARCO SIQUICO CONTROLA SU CAMINO COMUN FINAL

En fisiología, el último segmento de nervio que transporta una orden a un órgano, glándula o músculo, se llama camino común final. Muchos otros nervios diferentes pueden conducir al mismo tiempo diferentes órdenes a este camino común final, pero la única orden que encuentra paso hacia el órgano, glándula o músculo, es el que posee la mayor electricidad nerviosa.

En otras palabras, usted puede anular una orden más débil y menos deseable que ha sido dada a un órgano, glándula o músculo, con otra orden más fuerte y más interesante. Además, las órdenes contrarias no pueden ocupar el camino común final simultáneamente. La más débil de las dos debe ceder el paso a la más fuerte, porque el camino común final es selectivo. De otro modo, usted trataría todo el día de hacer varias cosas diferentes a la vez y acabaría sin hacer nada productivo.

Para permitir al camino común final de cualquiera de sus circuitos de nervios, transportar sus órdenes deseables en vez de las indeseables, debe lanzar sus órdenes deseables al órgano, glándula o músculo, con más potencia que las indeseables. Si lanza todas sus órdenes con la misma potencia, su camino común final no sabrá cuál dejar pasar y usted no podrá realizar nada específico ni progresivo. Y, evidentemente, si usted da más potencia a sus órdenes indeseables que a las deseables (lo que hacen regularmente los pesimistas y los derrotistas) sus órdenes indeseables serán encaminadas hasta el órgano, glándula o músculo en vez de ganar perderá. Este es un hecho científico sorprendente que es necesario conocer porque revela un medio fácil de evitar que las influencias indeseables alcancen su cuerpo y le afecten desfavorablemente. **USTED SIMPLEMENTE TIENE QUE ANULAR ESTAS INFLUENCIAS CON UNA ORDEN CONTRARIA MAS POTENTE.**

Esto es precisamente lo que hace por usted el Arco Síquico. Puede ser utilizado para superar la posibilidad de complejos de inferioridad, vejaciones, depresiones, tristeza, desánimo, miedo, desesperación, pesimismo, temor al fracaso, ansiedad, preocupaciones o cualquier otro estado de espíritu negativo que le amenace durante el transcurso de una situación desagradable. Piense simplemente lo opuesto o piense en un buen bistec si no puede pensar en otra cosa por el momento;

...ualfcelo, siéntalo y degústelo de una forma tan realista que se convierta en algo más fuerte que el pensamiento que le oprime. Cuando los dos pensamientos concancen simultáneamente el Punto de Unión de los nervios que precede al camino común final, el Arco Síquico llenará el vacío con una cantidad de acetilcolina mayor que el pensamiento de simpatina. El pensamiento del Arco Síquico pasará entonces al Punto de Unión y el pensamiento opresivo desaparecerá y la simpatina se disolverá.

Si intensifica inmediatamente su Arco Síquico con una orden del poder síquico de su Centro del Poder Síquico para que el bistec sea aún mejor y su aroma y sabor más deliciosos, la capacidad del Arco Síquico aumentará considerablemente. De esta forma impedirá que su pensamiento negativo domine sus órganos, glándulas o músculos, o afecte a su cuerpo. Su influencia sobre usted quedará aniquilada. Después bombardeela con órdenes-proyectiles del poder síquico de su Centro del Poder Síquico ordenándola que salga a la vez de su consciente y de su subconsciente, y entonces quedará debilitada y saldrá dejándole libre.

Si este pensamiento opresivo hubiese atravesado ya el Punto de Unión de los nervios antes de que usted pudiese lanzar hacia allí su Arco Síquico, y se hubiese alojado ya en el consciente y en el subconsciente, lance su Arco Síquico a su camino común final varias veces seguidas, todas ellas de una duración de dos segundos entre una y otra. Láncelas diez veces. Esto ahogará poco a poco el pensamiento negativo y le hará salir de su consciente y de su subconsciente. Acabe el ataque con dos o tres órdenes-proyectiles del poder síquico de dos segundos de duración cada una, lanzada desde su Centro del Poder Síquico y esto borrarán totalmente el pensamiento opresivo.

## EL PODER DEL ARCO SIQUICO IRRADIANTE Y COMO EMPLEARLO

A continuación, aprenda a dominar la increíble potencia del Arco Síquico Irradiante. Su cuerpo reacciona ante un estímulo de una forma específica y no de otra. ¿Por qué? Porque todos los Puntos de Unión de los Nervios no ofrecen la misma resistencia al mismo estímulo. Cuando usted ha aplicado repetidamente determinado estímulo a su cuerpo, éste forma un hábito o un reflejo condicionado, y atraviesa con más facilidad los Puntos de Unión de los Nervios. Este estímulo encontrará la misma resistencia habitual en otros Puntos de Unión de los Nervios que no tenga el hábito de atravesar.

Sin embargo, si la intensidad de su estímulo aumenta, más Puntos de Unión de los Nervios perderán su resistencia y serán atravesados por el estímulo. En realidad el estímulo podría aumentarse hasta tal punto que se propagase por todo el sistema nervioso y formase un Arco Síquico en respuesta a la totalidad de éste. A este fenómeno se le denomina científicamente **irradiación**. Es un Arco Síquico Irradiante.

El poder de respuesta del Arco Síquico a un estímulo es indescriptible. Puede utilizarse de tantas maneras diferentes para su beneficio que casi no es posible enumerarlas. Sin embargo, a continuación exponemos un ejercicio que le enseñará una forma indispensable de emplearlo en su vida diaria.

**Ejercicio. Cómo protegerse del antagonismo de los demás gracias al Arco Síquico Irradiante.** Usted ha tenido una reciente disputa con alguien, ya sea social o profe-

sionalmente, y siente que el que le detesta y le desea algún mal. Desea olvidarle pero permanece desagradablemente en su espíritu. A menos que usted no sea exageradamente introspectivo por naturaleza, hay posibilidades de que prepare una venganza contra usted y que, lo haga intencionadamente o no, le desee mal. Quizá no hará nada, pero los efectos sobre usted son los mismos que si lo hiciese porque su Centro del Poder Síquico es alcanzado telepáticamente y le pone en un estado de espíritu mórbido y ansioso. Es como si practicase sobre usted la Magia Negra. Usted debería liberarse rápidamente de los efectos de pensamientos tan nefastos. Puede hacerlo fácilmente gracias al Arco Síquico Irradiante. He aquí cómo.

Impida que le afecte el pensamiento de la persona en cuestión, evitando que sus nervios simpáticos produzcan simpatina. Piense intensamente durante dos segundos en un plato que le guste mucho (por ejemplo, un bistec). Deje de pensar en él durante otros dos segundos y piense en él de nuevo. Vuelva a comenzar intensificando cada vez más su pensamiento del bistec. Intensifíquelo primero hasta que la boca se le haga agua. Intensifíquelo por segunda vez hasta que sienta las manos calientes. Intensifíquelo por tercera vez hasta que tenga los pies calientes. Intensifíquelo por cuarta vez hasta que sienta calor en su estómago. Intensifíquelo por quinta vez hasta que sienta calor en el pecho. Intensifíquelo por sexta vez hasta que sienta calor en las piernas. Intensifíquelo por séptima vez hasta que sienta calor en el cuello.

Para sentir un agradable calor por todo su cuerpo, debe estimular los nervios parasimpáticos y atraer la sangre de los músculos a la piel. Como los nervios parasimpáticos segregan acetilcolina, propagan por todo su cuerpo una secreción de la misma y todos sus Puntos de Unión de los Nervios la segregan también, produciendo la agradable sensación de calor en todo su cuerpo. Su cuerpo queda entonces condicionado para segregar acetilcolina aunque su espíritu reciba mensajes de las malas intenciones de la persona con quien discutió. Habrá desarrollado así un Arco Síquico Irradiante contra su introspección antagonista.

El Arco Síquico Irradiante es una adquisición permanente y puede ser utilizada contra cualquiera que le odie sin motivo. Simplemente represéntese el mal pensamiento emanando de él y anúlelo con el Arco Síquico. A continuación intensifique este último siete veces sucesivamente.

### COMO ADQUIRIR UN AUTO-CONTROL INVENCIBLE CON EL EXTRAORDINARIO SECRETO DEL ARCO SIQUICO DIFERIDO

El Arco Síquico Diferido es un medio sorprendente para suprimir y exterminar una orden de pensamiento indeseable de su consciente y de su subconsciente. En fisiología la palabra «supresión» significa retener las respuestas de sus músculos a las órdenes de su cerebro. En otras palabras, la fisiología admite que las órdenes de su cerebro a sus órganos, glándulas o músculos, pueden ser anuladas por una orden de otra parte de su cerebro. Eso es exactamente lo que Ud. realiza con una orden-proyectil del poder síquico cuando la envía a cualquier parte de su espíritu o de su cuerpo para contrarrestar todas las órdenes que le envía su consciente.

Y esto no es todo. Los fisiologistas han descubierto que la región motor (es decir la región del consciente y del subconsciente que da órdenes a los músculos) perderá, bajo una estimulación continua, una parte de su poder para darles órdenes. En realidad, después de 15 segundos de estimulación continua, su región motor perderá provisionalmente todo su poder para darles órdenes.

Lo mismo sucede con su poder síquico, porque su Centro de Poder Síquico es igualmente un tejido del cerebro. Si lanza una orden del poder síquico a través de sus nervios durante más de dos segundos, como ha sido explicado con frecuencia, la orden comenzará a perder su eficacia. Comenzará también a perder su facultad para retener una orden indeseable fuera de su camino común final. Si continúa lanzando su orden durante quince segundos, perderá provisionalmente todo su poder.

De este hecho se deduce el secreto del Arco Síquico Diferido. Aprenda a crearlo y a aplicarlo en el ejercicio siguiente.

**Ejercicio. Cómo eliminar un hábito o impulso indeseable que penetre en su espíritu. He aquí las ocho primeras instrucciones a seguir:**

1. Deje que el hábito o el pensamiento indeseable penetren en su camino común final.

2. Manténgalo allí durante quince segundos hasta que lo haga desaparecer provisionalmente.

3. Ahora, lance su Arco Síquico en toda su intensidad a su camino común final con el pensamiento opuesto durante dos segundos.

4. Cese durante dos segundos.

5. Láncelo de nuevo durante dos segundos.

6. Cese de nuevo durante dos segundos.

7. Láncelo por última vez durante dos segundos.

8. Cese totalmente. Ud. ha lanzado y ha detenido su Arco Síquico con un pensamiento opuesto cuatro veces en total. Esto le ha convertido en Arco Síquico Diferido.

**CONCLUSION:** Ud. ha terminado la primera parte de la CICLOMANCIA, EL SECRETO DEL CONTROL DEL PODER SIQUICO. Ahora comprende por qué su Consciente Primario es la gran fuente de poder oculto de su espíritu y de su cuerpo. Ahora ya sabe cómo utilizarlo eficazmente en numerosos casos de la vida diaria y que no debe tratar de convertirse en un maestro síquico antes de poder sacar partido de ellos. Ya no está intrigado por la anatomía ni la fisiología de su Consciente Primario porque ahora ya sabe en qué consiste y cómo opera. Ahora comprende mejor por qué es posible realizar milagros —y sin poder sabrenatural.

### **Cómo**

### **Poner la Electricidad Nerviosa de su cerebro y de su cuerpo bajo Control del Poder Síquico**

En esta lección aprenderá lo enorme y dinámico que es el potencial eléctrico de su cerebro y de su cuerpo, y cómo poniéndolo bajo el control del poder síquico, puede ser utilizado para realizar «milagros» mentales y físicos.

### **SU POTENCIAL DE ELECTRICIDAD NERVIOSA**

Usted ya conoce el potencial eléctrico oculto en el protoplasma que forma el tejido nervioso. El mensaje u orden del nervio, sin embargo, no es similar a una corriente eléctrica pasando a través de un cable. Un cable solamente conduce la corriente, mientras que un nervio crea su propia corriente al paso de un mensaje u orden a lo largo de su recorrido. El cable recibe su energía de una batería o de alguna otra fuente exterior, mientras que la energía del nervio es creada por el mismo nervio. El potencial de la corriente eléctrica disminuye cuando pasa a lo largo del cable, mientras que la fuerza de la electricidad del nervio mantiene la misma intensidad a lo largo de todo su camino. Una corriente eléctrica viaja a la velocidad de 372.000 Kms. por segundo, mientras que la electricidad del nervio viaja a 100 metros por segundo, o menos. Por este motivo, la electricidad de los nervios se llama electricidad nerviosa, para distinguirla de la electricidad de los cables. La electricidad nerviosa es «fabricada por la carne», casi podríamos decir, mientras que la electricidad de los cables se fabrica inorgánicamente.

### **LAS FRONTERAS SIN LIMITES DE SUS ENLACES DE CONTROL NO SATURADOS**

Las regiones de los músculos y los sentidos del cerebro han sido correctamente localizadas, pero las del consciente y del subconsciente son aún hoy día un misterio. Estimularlas en el laboratorio no contrae los músculos y quitarlas no paraliza las emociones ni las sensaciones. Estas vastas regiones de su consciente y de su sub-

consciente, que permanecen en el misterio, son llamadas por los sicólogos «regiones de asociación».

Cada mitad de su cerebro está dividida en tres lóbulos y cada lóbulo contiene una región de asociación. En la región de asociación están localizadas las raíces de las fibras (fibras de asociación), gracias a las cuales las regiones de los músculos y de los sentidos de su consciente y de su subconsciente **están enlazados de todas las formas concebibles**. En realidad, su cerebro tiene una enorme cantidad de pequeños nervios que enlazan dos segmentos de nervio por sus extremidades y que ponen en contacto casi **todas las partes** de su consciente y de su subconsciente con las demás.

Gracias al increíble número de estas fibras de unión (de asociación) y a la variedad de las conexiones que realizan, el cerebro humano debe ser superior al de los animales. Esto es lo que explica, entre otros factores importantes, la mayor habilidad manual del hombre, su facultad natural de hablar, y sin duda, su mayor inteligencia (es decir la inteligencia de su consciente y de su subconsciente). Aproximadamente 10.000 millones de fibras de asociación parten de su consciente y de su subconsciente. El número de conexiones entre ellas alcanza la inconcebible cifra de 1, seguido de 15.000.000 de números. Para imprimir este número serían necesarios el papel y los caracteres de veinte volúmenes de la CICLOMANCIA: EL SECRETO DEL CONTROL DEL PODER SIQUICO.

En otras palabras, en su cerebro, los nervios que transportan mensajes y órdenes están enlazados entre sí de todas las formas concebibles. Esto explica por qué usted puede aprender tantas cosas y de tantas maneras diferentes. Cada una de estas conexiones (sus enlaces cerebrales) cimenta en su cerebro un determinado elemento de saber, de perfeccionamiento o de hábito. Sus conexiones cerebrales no se saturan nunca porque usted utiliza solamente un décimo de su Consciente Primario. Si usted pudiese desarrollar el consciente y el subconsciente hasta el punto de saturar estas conexiones cerebrales, las conexiones de saber más antiguo se harían más débiles con el tiempo y se disolverían. Sin embargo usted «olvida» lo que sabe y las conexiones cerebrales más antiguas quedan disponibles para formar otras nuevas. Cuando usted es hipnotizado o cuando desarrolla su personalidad desconocida, todas sus antiguas conexiones pueden reunirse de nuevo y usted es capaz entonces de recordar hechos que su consciente no puede recordar.

## COMO ESTAN DIFERENCIADOS EN SU CEREBRO LOS ENLACES CEREBRALES

Los enlaces cerebrales son creados al circular repetidamente un mensaje o una orden por el mismo trayecto de nervio. Estos están estrechamente sujetos a su cerebro, mientras que los mensajes u órdenes que no cruzan un circuito de nervio con bastante frecuencia, lo están muy poco.

Pero usted se pregunta cómo el consciente y el subconsciente pueden elegir entre estos dos tipos de impresiones que se forman en su cerebro. ¿Cómo, por ponerlo de otra manera, puede usted acordarse de algo que ha estudiado durante mucho tiempo o muy a fondo más que de algo que ha estudiado menos o no tan a fondo, mientras que las dos informaciones fueron registradas en su cerebro por sus mensajes y órdenes respectivas?

El secreto es la **resistencia gradual de sus Puntos de Unión de los Nervios**. Todos los Puntos de Unión no son franqueados con la misma facilidad. Aquellos



que sus informaciones han atravesado con más frecuencia son los que, como usted ya sabe, ofrecen menos resistencia a los mensajes y a las órdenes. Un mensaje o una orden moderada puede ser suficiente para atravesar el Punto de Unión de un enlace cerebral sujeto estrechamente, mientras que será necesario un mensaje o una orden potente para atravesar el Punto de Unión de un enlace cerebral que no lo esté.

En otras palabras, su enlace cerebral sujeto estrechamente solamente necesita ser estimulado por un pequeño número de fibras nerviosas (es decir, solamente por una pequeña cantidad de electricidad nerviosa), mientras que el que está más flojo necesita ser estimulado por un número considerable de fibras nerviosas (o por una cantidad considerable de electricidad nerviosa). Así es como el consciente y el subconsciente eligen entre las impresiones «sujetas» y las que no lo están. Eligen con facilidad aquellas que exigen menos gasto de energía (bajo la forma de electricidad nerviosa) para atraer su atención e ignoran la mayor parte de aquellas que exigen un gran gasto de energía (electricidad nerviosa) para atraer su atención. Por este motivo usted piensa con más rapidez, con más facilidad y mayor eficacia gracias al saber que ha convertido en conexiones cerebrales «sujetas» que con el nuevo saber aún mal consolidado en su cerebro en los enlaces cerebrales «flojos». Cuando multiplique su número de enlaces cerebrales aprendiendo con mayor rapidez gracias al Arco Siquico, poseerá un espíritu acerado como una navaja.

#### LA FORMA RAPIDA DE ADQUIRIR UN ENLACE CEREBRAL PARA UNA NUEVA ACTIVIDAD

La forma rápida de adquirir un enlace cerebral es la forma más rápida de «cimentar» los conocimientos o una capacidad en el consciente y el subconsciente. Toda la base de la memoria de estos conocimientos o de esta capacidad, del cambio de personalidad, de la influencia repetida sobre los demás y de la concepción y ejecución de proyectos, reposa sobre la creación de enlaces cerebrales en el consciente y subconsciente con los cuales puede contar; casi como lo haría un ordenador. A medida que desarrolle su Consciente Primario, aunque sea una pequeña parte de él, formará igualmente una nueva serie de enlaces cerebrales.

La forma rápida de adquirir un enlace cerebral es saturar de él el consciente y el subconsciente después de que haya pasado el Punto de Unión de los Nervios. El siguiente ejercicio le enseñará cómo hacerlo.

**Ejercicio. Cómo llegar a «cimentar» una nueva actividad en su consciente y en su subconsciente.** Supongamos que usted acaba de aprender un nuevo oficio, por ejemplo, un oficio manual, gracias al Arco Siquico. En vez de pensar en otra cosa y «relajarse», siéntese solo (incluso en el autobús o en cualquier medio de transporte) y examínelo a fondo.

Mentalmente, reconstruya punto por punto el proceso para que su consciente transmita órdenes a través del mismo trayecto de nervios y de los mismos Puntos de Unión de los Nervios que atraviesa para llegar a los órganos, glándulas o músculos que intervienen en esa actividad. Repítalo varias veces hasta que su subconsciente participe del proceso con el consciente.

Algunas horas más tarde, cuando no tenga nada importante que hacer, repita este ejercicio, pero añada el control del poder síquico cada vez que lo haga.

Siempre que transmita la orden, lance también una orden-proyectil del poder síquico de su frente a la parte superior de los lados de su cerebro (su memoria consciente) y a continuación hacia abajo, a través del cuello, a los músculos de las manos, de los pies, o de cualquier otra parte de su cuerpo que participe en la actividad. Ya que utiliza también, sin ninguna duda, los ojos, lance hacia ellos una orden especial del poder síquico. Continúe lanzando usted esta actividad como un proyectil durante varios minutos, hasta que pueda hacerlo rápidamente con su cerebro. Pero «lance este proyectil» solamente durante dos segundos para cada fase de esta actividad.

Habrá formado una nueva conexión cerebral y habrá «cimentado» en usted una nueva actividad.

## COMO PONER SU PERSONALIDAD BAJO CONTROL DEL PODER SIQUICO

Como se ha demostrado en el laboratorio, la «Zona de Silencio» de su cerebro (la frente y las sienas, que constituyen su Centro del Poder Síquico) le da el poder de prever y la aptitud para poder valorarse a sí mismo de forma crítica. Estas cualidades combinadas le hacen prácticamente insuperable en todas las actividades que emprenda. Cuando hace una valoración crítica de sí mismo y comprende con precisión sus ventajas y sus inconvenientes, puede tomar decisiones inteligentes para superar estos inconvenientes y acentuar sus ventajas. Si, además de esto, usted añade su poder de prever, será capaz de valorar críticamente sus posibilidades futuras sin error y de prepararse para aprovechar las mejores ocasiones que se presentarán y evitar las peores.

Pero su Centro del Poder Síquico (la «Zona de Silencio» de su cerebro) recela también de las desventajas que pueden destruir sus beneficios. El motivo de que a veces se practiquen las lobectomías a los enfermos mentales: es que la zona de «Zona de Silencio» del cerebro atormenta al enfermo dándole una personalidad impresionable, combinada con excesivos impulsos emotivos, temor, desesperación e hipocondría. Después de la lobectomía (es decir la ablación de todo el lóbulo central del cerebro, que comprende la «Zona del Silencio»), el enfermo goza del alivio de su excesiva ansiedad o de su depresión crónica. Queda liberado de los excesivos impulsos emotivos que tenían su origen en las diferentes partes de su cerebro. Su estado de temor, de desesperación o de melancolía deja paso a una sensación de euforia (bienestar). Se libera de su esquizofrenia (desdoblamiento de la personalidad) y se encuentra bien.

Sin embargo, no se sorprenda demasiado de los inconvenientes de la «Zona de Silencio» de su cerebro: (Nota: Esta parte de su cerebro se ha llamado «Zona del Silencio» porque los fisiologistas han creído durante mucho tiempo que no tenía función en el cuerpo y que no tenía en él ningún efecto, siendo, probablemente, sólo un camino para las fibras de asociación. Su nombre ha cambiado actualmente, llamándose Región Prefrontal u Orbitofrontal). Las sorprendentes cualidades de que le dota (el poder de prevenir y la aptitud de valorarse a sí mismo críticamente) exigen una personalidad sensible. Pero la sensibilidad, desgraciadamente, añade una tensión a la personalidad que engendra el temor. El temor a su vez engendra los impulsos emocionales excesivos y la desesperación (estaría tentado de exagerar sus defectos, como lo hacen aquellos que se valoran críticamente a sí mismos). El resultado es la melancolía.

Sin embargo, el enfermo operado de una lobectomía pierde el poder para valorarse críticamente a sí mismo y se hace impasible e insensible. Esto le aporta la paz de espíritu, pero no le ayudará a mejorarse. Nunca podrá desarrollar su Consciente Primario si es insensible a los fenómenos síquicos, lo que sucederá cuando pierda la «Zona de Silencio» de su cerebro.

La otra cualidad de la «Zona de Silencio» del cerebro, el poder de prever, le hace también sensible, temeroso, sobreexcitable y así sucesivamente, porque gracias a él usted ve habitualmente el futuro bajo diferentes ángulos y de un modo imparcial. También le da intuición. Pero, evidentemente, la intuición debe ser sostenida por un análisis hecho a sangre fría o sino degenerará en presentimientos.

Su finalidad, por tanto, es sacar los mayores beneficios de la «Zona del Silencio» de su cerebro y soportar la mínima parte de sus inconvenientes mentales. Lo conseguirá gracias a los ejercicios siguientes:

**Ejercicio 1. Cómo valorarse a sí mismo críticamente y sacar provecho de ello sin desarrollar los inconvenientes de su Centro de Fuerza Síquica.** Suponga que acaba de tener un encuentro social, sentimental o de negocios desagradable. Cuando está solo de nuevo su Centro hipersensible del Poder Síquico bombardea su consciente con una desalentadora lista de sus faltas que han «contribuido» a esta situación desagradable. Su Centro del Poder Síquico juzga su conducta con un rigor que su consciente no puede concebir ya que él depende de la intuición para analizar. Registra también los pensamientos de la otra persona (lo que su consciente no hace) y los añade a su introspección. Ya que usted está contrariado por esta asociación, es natural que deje que su Centro del Poder Síquico influya temporalmente sobre el consciente, en especial porque su consciente no puede distinguir fácilmente la causa directa de esta situación desagradable. Como consecuencia su Centro del Poder Síquico llena su consciente de temor, desesperación y melancolía que pueden degenerar en una excesiva ansiedad o en depresión crónica.

No trate de detener enseguida la avalancha de esas «explicaciones» desconcertantes. Pero al cabo de un momento, expúselas de su consciente, por medio de las Antenas de su Cerebro, y fuera de usted con una orden proyectil y ordéneles que desaparezcan en el espacio. A partir de este momento deje que su consciente juzgue su propia importancia y juzgue el encuentro bajo su ángulo. Pero sin embargo conserve vagamente en su espíritu el recuerdo de las diferentes razones ofrecidas por su Centro del Poder Síquico. Cada vez que su Centro del Poder Síquico trate de influenciarle por este motivo, hágalos desaparecer de nuevo. Después de esto, estará mucho mejor preparado para «reconciliarse» con aquella persona cuando se encuentre con ella y restablecer las buenas relaciones. Habrá evitado también el temor, la desesperación y la melancolía que le atormentaban a causa de la extrema sensibilidad de su Centro del Poder Síquico. Actúe de esta manera en todas las situaciones desfavorables.

**Ejercicio 2. Cómo desarrollar su facultad de prever y sacar provecho de ella sin desarrollar los inconvenientes de su Centro del Poder Síquico.** Supongamos que se está preparando para hacer frente a una prueba crucial en su vida. Puede ser un examen de admisión en la Universidad, estar a punto de hacer determinadas proposiciones o de recibirlas, o bien de solicitar la posición que usted desea, el aumento que busca o trata de persuadir a una persona influyente para que le ayude a conseguir lo que desea. Su consciente se siente inseguro instintivamente y llama en su auxilio al Centro del Poder Síquico ya que este último es el que posee la facultad de prever. ¿Desea o no, se pregunta, alcanzar su finalidad?

Su Centro del Poder Síquico precipita hacia su consciente una multitud de posibilidades, no muy concluyentes, entre las que su consciente debe elegir. Todas estas posibilidades le dejan sensible, temeroso y superexcitable porque presentan el futuro ante sus ojos bajo muchos ángulos diferentes. Pero su Centro del Poder Síquico le proporciona también la facultad de la intuición para ayudarlo a elegir la mejor, que puede no parecer la mejor a su consciente. Así, usted queda sumido en un mar de confusiones, abandonado, indeciso y asustado.

Por medio de una orden-proyectil enviada desde su consciente, expulse todas las posibilidades fuera de usted a través de sus Antenas Cerebrales y ordénelas que se desvanezcan en el espacio. A continuación deje que su consciente valore sus propios descubrimientos. A partir de este momento juzgue sus propias capacidades y juzgue racionalmente sus perspectivas de porvenir bajo esta base. Pero conserve en su espíritu las posibilidades futuras que su Centro del Poder Síquico ha sometido a su atención. Juzgue bien, no obstante, aquello que la intuición de su poder síquico parezca recomendarle en particular. Tal intuición frecuentemente se transforma en profecía debido al hecho de que su Centro del Poder Síquico se ha puesto en contacto espontáneamente con los Archivos Futuros de la Tierra (estos últimos serán revelados en una próxima lección). Haga un estudio profundo de esta posibilidad antes de tomar una decisión. Podría resultar ser la que ofreciese menos resistencia al éxito a causa de alguna circunstancia imprevista.

## COMO PONER LA ELECTRICIDAD NERVIOSA DE SUS MUSCULOS BAJO CONTROL DEL PODER SIQUICO

Se ha descubierto por medio de experiencias, que el brazo, por ejemplo, cuando no se utiliza, tiene sus músculos en estado de reposo y que sus nervios están NO-electrificados. En este estado los músculos son relativamente alcalinos. De repente, sin embargo, hay un cambio brusco. Los músculos se vuelven relativamente ácidos y el nervio queda electrificado. La electricidad nerviosa circula ahora a raudales desde el cerebro hasta el brazo para dirigir y controlar su acción.

¿Qué es lo que ha provocado este rápido cambio? La causa ha sido una simple orden del cerebro para mover la mano. Este fenómeno mental ha sido lo bastante potente como para cambiar la alcalinidad relativa de los músculos en una acidez relativa y para enviar una corriente de electricidad nerviosa que se propaga a través del nervio que alimenta el brazo. Para ser más explícito, el cerebro ha ordenado al Centro del Control de los Organos que a su vez ordene al hígado que llene los músculos del brazo de glicógeno (azúcar) para que tengan suficiente energía para ejecutar la acción ordenada. Este es el motivo de que la alcalinidad relativa de los músculos se convierta en acidez relativa.

Ahora, el brazo entra en acción.

Cuando vuelve al reposo, los músculos se convierten de nuevo en alcalinos porque no reciben más glicógeno del hígado, mientras que los productos utilizados que se han acumulado (principalmente ácido láctico) son llevados por la sangre. Sus nervios también recobran su estado NO-electrificado.

¿Qué conclusión se puede sacar de todo esto? Puede sacarse la conclusión de que una orden en el cerebro, ya sea consciente, subconsciente, o síquicamente, provoca cambios químicos y eléctricos en el cuerpo. Cuando la orden es muy fuerte (como la que resulta de hábitos muy arraigados o de una orden muy potente del

poder síquico) provoca incluso mayores cambios químicos y eléctricos en el cuerpo. Por este motivo su aura cambia de color y de movimiento según sus pensamientos. Debido a ello su espíritu puede ponerle enfermo, pero puede también curarle.

Estos conocimientos pueden ser utilizados de un modo muy eficaz en la vida diaria, tal como lo demuestra el siguiente ejercicio.

**Ejercicio 1. El apretón de manos electrizante. Cómo hacer que alguien se sienta feliz con un apretón de manos electrizante.** Tomemos, por ejemplo, a una persona que parece guardar rencor a todo el mundo. Ud. no puede eludirla porque la encuentra a cada momento en los negocios y en su vida privada. Podría incluso ser vecino suyo. Por otra parte, sería muy enojoso tratar de esconderse de ella constantemente.

La forma fácil de manejarla es utilizar el apretón de manos electrizante. En el momento en que la vea, tome una inspiración profunda y llénesse de electrones. Concentre esta supercarga de electrones en su Centro del Poder Síquico. Al mismo tiempo, accione el Arco Síquico para sentirse feliz y contento de sí mismo y retener así estos electrones. Cuando esté cerca de él, sonría y tiéndale la mano. En el momento en que se la tome, lance dentro una descarga explosiva gracias a su supercarga de electrones por medio de una orden del poder síquico. Para esta parte del ejercicio entrénesse usted sólo hasta que la supercarga de electrones sea tan potente que sacuda su propia mano. (Entrénesse apretando su otra mano). La persona a quien dé la mano tendrá la impresión de que le ha sido inyectada una carga de deliciosa energía. Sus capilares se relajarán y disminuirán la tensión y usted le habrá conquistado rápidamente.

Está claro, sin embargo, que muchos fenómenos y sensaciones que no podemos explicarnos de otra forma y que son universalmente tomados a broma o tratados a la ligera al estar «en el espíritu», PUEDEN SER demostrados gracias a la bioelectricidad.

**Ejercicio 2. El restaurador de electrones. La forma más fácil de reestimararse si se siente desaminado o «pachucho».** En ciertas épocas en que las condiciones atmosféricas le dejan deprimido o a causa de noticias sentimentales, de negocios o de salud, desalentadoras, usted sufre una rápida pérdida de electrones. Usted puede —o no— quedar sobrecogido de pánico al recibir las noticias, pero los nervios simpáticos asumen inmediatamente el control de su persona y le llenan de ansiedad y de aprensión. Además de hacer subir su tensión y de efectuar otros cambios indeseables en su cuerpo, provocan una rápida pérdida de electrones y usted se siente inclinado a beber, a comer demasiado, a disgustarse con alguien que no tiene culpa o a buscar una evasión de forma poco satisfactoria. El medio más eficaz para devolver a su cuerpo el equilibrio normal de electrones, es recurrir al restaurador de electrones.

Para crear el restaurador de electrones, imagine inmediatamente que el más maravilloso sueño de su vida está a punto de realizarse. Quizá va a conquistar a la persona que más desea, obtener la promoción que quiere, entrar en el centro de estudios que le gusta, alcanzar el resultado por el que ha luchado tanto, socialmente o en los negocios, o superar la pena que más le aflige. Visualice este sueño hasta los mínimos detalles tan claramente como si se convirtiese en realidad, de forma que llegue a sentir que es realidad. Refuerce esta visualización con una orden-proyectil del poder síquico de su Centro del Poder Síquico. Dirija el proyectil a su consciente ordenándole que proporcione aún más detalles a esta imagen viva, haciéndola más convincente todavía.

## COMO ESTABLECER EL EQUILIBRIO ENTRE LA ELECTRICIDAD DE SU CUERPO Y LA ELECTRICIDAD DE LA ATMOSFERA

En bioelectricidad se ha descubierto que un cuerpo en buena salud registra una carga eléctrica negativa, pero que un cuerpo enfermo (aunque tan sólo sufra de reuma) registra una carga eléctrica positiva. Cuando su cuerpo registra una carga eléctrica negativa, usted suministra energía; cuando registra una carga eléctrica positiva, absorbe energía. En el aire hay electrones libres, como en todas las demás cosas y tienen carga negativa. Su cuerpo, según su estado de salud, absorbe electrones o los rechaza.

Algunos días usted se siente «lleno de energía» y otros «lo ve todo negro». Esto significa que su cuerpo contiene más electrones unos días que otros. La carga eléctrica de su cuerpo varía al contrario que la atmósfera. Por ejemplo, su cuerpo pierde energía cuando el tiempo está tormentoso y, con ella, la mayor parte de sus electrones (—)... ¿Por qué?... Porque la corriente eléctrica va de negativo a positivo, es decir, los electrones (—) hacia los protones (+). La atmósfera contiene más electrones durante el tiempo tormentoso. Cuando el tiempo es seco y soleado, la atmósfera contiene pocos electrones, pero su cuerpo contiene más.

Ya que hay una pérdida constante de electrones (o de electricidad) de la tierra hacia la atmósfera (aproximadamente 18.000 amperios por hora) deben producirse aproximadamente 4.000 tormentas al mismo tiempo sobre la superficie de la tierra para reemplazar esta pérdida. Durante una tormenta el campo eléctrico es con frecuencia más negativo que positivo y la corriente negativa afluye hacia la tierra para reemplazar esta pérdida. Durante una tormenta, el campo eléctrico es la pérdida de electricidad de la tierra.

Su confianza volverá instantáneamente y la sensación de opresión le abandonará. Se sentirá inmediatamente más joven, desbordará de entusiasmo una vez más, estará lleno de espíritu y de audacia y su actitud negativa desaparecerá. Si ésta se reprodujese más tarde, solamente tendría que recurrir de nuevo al restaurador de electrones.

## COMO CONTROLAR A LOS DEMAS CON SU ELECTRICIDAD NERVIOSA

Cuando dos personas en buena salud se encuentran y se dan la mano, no hay corriente eléctrica entre ellas. Ambas están cargadas negativamente y la electricidad circula solamente de la carga negativa a la positiva.

Sin embargo, cuando dos individuos se encuentran y uno de los dos es decidido y agresivo y el otro es retraído y tímido, la actitud del tímido hace que quede barrido telepáticamente por el agresivo y que los electrones se precipiten del agresivo al tímido.

El temor, el miedo, los complejos de inferioridad, el fracaso, la sumisión, la tristeza y la angustia provocan grandes y repentinas pérdidas de electrones de su cuerpo, tan grandes a veces que incluso siente frío por todo el cuerpo y cae rápidamente enfermo. Entonces está cargado positivamente. Esto justifica las enormes posibilidades de tratamiento de enfermos sicosomáticos, vertiendo hacia el enfermo los electrones necesarios por medio de aplicaciones de las manos. O bien el enfermo puede ser persuadido para que aspire los electrones que necesita para restaurar

su salud haciendo grandes inspiraciones de aire. La confianza, la felicidad, la satisfacción y los estados similares llenan a una persona de un número de electrones superior al habitual y pueden incluso curarla de una enfermedad. Los cambios glandulares juegan también un papel importante en este proceso y permiten al cuerpo rechazar los electrones o procurárselos prontamente.

**Cómo****Multiplicar su energía  
gracias al Poder Síquico**

La energía puede multiplicarse. Usted puede comenzar a entrenarse corriendo alrededor de una manzana de casas. La primera vez se cansará. Entréñese hasta que pueda dar la vuelta a la manzana diez veces seguidas sin sentirse más fatigado que cuando dio una sola vuelta. Habrá multiplicado su energía por diez.

**LA NECESIDAD DE UNA RESPIRACION ESTIMULANTE**

Para mantener el cuerpo con vida es necesario proporcionarle muchas sustancias diferentes. Pero su necesidad más urgente es una alimentación continua de oxígeno. Y casi tan urgente es su constante necesidad de eliminar el ácido carbónico.

La alimentación continua de oxígeno y la eliminación constante del ácido carbónico, dependen de la circulación de la sangre y de la respiración. Cualquier dificultad en la circulación de la sangre acelera la fatiga. Esto sucede, por ejemplo, en los músculos contraídos de sus piernas cuando permanece mucho tiempo de pie. Debido al alto grado de tensión de los músculos contraídos, sus capilares y pequeñas venas, son fuertemente estrangulados y la circulación de la sangre a través de ellos se hace difícil. Esto es lo que sucede al realizar los ejercicios isométricos y por este motivo nos oponemos a ellos. Esta forma de esfuerzo, al contrario de los ejercicios rítmicos, le fatiga con más rapidez e impone a su corazón una carga suplementaria obligándole a latir con más fuerza de la que debiera durante el ejercicio, para tratar de impulsar la sangre a través de los vasos sanguíneos no-elásticos que se encuentran en los músculos.

Cuanto más fatigado esté, más disminuye su eficacia. Entonces necesitará suficientes períodos de reposo para mantenerla, si no su rendimiento disminuirá. Puesto que se necesita mayor energía para acometer un fenómeno síquico, ahora comprende por qué debe estar completamente descansado antes de comenzar. Su circulación y su respiración profunda deben funcionar al máximo para que pueda obtener los mejores resultados (o simplemente para obtener resultados) en los fenómenos síquicos.



## COMO INFLUYE EN SU CONSCIENTE UNA RESPIRACION ESTIMULANTE

Su centro respiratorio es un conjunto de células nerviosas situadas en el tronco del cerebro que envían impulsiones a sus músculos respiratorios e inician la respiración. Una respiración profunda tomada durante un momento de temor, de excitación o de cualquier otra emoción extrema, apacigua la sofocación y le devuelve la calma. ¿Cómo sucede esto? Cuando respira profundamente, distiende las cavidades pulmonares y esta distensión provoca una corriente de mensajes que son enviados (a través del tronco de los nervios parasimpáticos, conocido bajo el nombre de nervio vago) al centro respiratorio situado en el cerebro. Estos mensajes hacen descender la actividad del centro respiratorio; reducen la frecuencia de las órdenes que envían al diafragma y a otros músculos respiratorios, lo que hace que su «sofocación» disminuya y que recobre su respiración normal. (Una reflexión profunda desacostumbra también hace descender la actividad del centro respiratorio y provoca una respiración poco profunda y lenta).

## LA FORMA MAS PROVECHOSA DE RESPIRAR A FONDO Y CON REGULARIDAD

Para sacar el mayor provecho de una respiración profunda y regular, acompañela habitualmente de un ejercicio regular, aunque este ejercicio consista sólo en caminar. Cuando respira profundamente durante más de dos minutos seguidos estando sentado, de pie o acostado sin moverse, expulsa una cantidad anormal de ácido carbónico de la sangre. Pero la sangre necesita un cierto grado de acidez antes de poder estimular su centro respiratorio para provocar la respiración. Por este motivo la alcalosis (estado alcalino de la sangre) detiene su respiración durante uno o dos minutos, o el tiempo suficiente para que la sangre vuelva a ser suficientemente ácida para estimular la respiración.

Además, una alcalosis grave va acompañada de tetania (calambres en los músculos) y de una mayor secreción de sales alcalinas de los riñones. Sin embargo, si respira profundamente haciendo un ejercicio rítmico, no se produce la alcalosis. (Es decir, la sangre no se vuelve alcalina). En este caso, gracias al ejercicio rítmico, se forma en la sangre ácido láctico y otros ácidos, que se transforman en ácido carbónico que acidifica la sangre. Es preferible, por tanto, tomar el hábito de hacer ejercicios respiratorios mientras se camina en el exterior o durante una actividad física rítmica.

## LAS VENTAJAS DE LA RESPIRACION PROFUNDA PARA EL EMPLEO DEL PODER SIQUICO

La respiración profunda mientras su cuerpo está en reposo tiene ventajas, cuando se utiliza para fines del poder Siquico. La alcalosis que provoca, le da un corto período de detención de la respiración, el cual concede a su cuerpo el tiempo suficiente para relajarse por completo del esfuerzo de la respiración y para utilizar esta energía sobrante para el poder síquico. Esto le ayuda también a superar la fatiga con mayor rapidez, porque la sangre alcalina está repleta de electrones. Por tanto, ahora va a aprender a respirar profundamente cuando su cuerpo está en reposo, es decir la *Ozona Horizontal*.

## LA OZONA HORIZONTAL: COMO RECUPERAR RAPIDAMENTE LA ENERGIA CUANDO ESTA FATIGADO

Cuando esté fatigado, si es posible, tiéndase inmediatamente sobre la espalda. La velocidad de su respiración (es decir, su frecuencia de respiración) es más lenta cuando está extendido. Su respiración se hace entonces más lenta y más profunda y usted soporta una fatiga física menor. (Esto en el supuesto de que usted no sufra una afección respiratoria anormal como la ortopnea). Para llenar sus pulmones de aire al máximo, tiéndase con la planta de los pies plana sobre la cama o sobre el suelo y con las rodillas dobladas. En esta posición usted relaja sus músculos abdominales (la cintura) y puede llenar los pulmones de aire a estallar.

Imagine ahora que en el interior del tórax hubiese un gran tubo circular vacío que usted deseara llenar de aire. aspire normalmente y comience a llenarlo empujando por debajo, es decir, la región de los costados y del diafragma. Sienta cómo se llena este tubo interior, primero por delante, después por detrás, y finalmente por los costados. aspire de nuevo de la misma forma y llénelo más arriba, en la región del pecho. aspire una vez más y llénelo hasta la mitad del pecho y de las clavículas. Finalmente, aspire por completo y llénelo hasta los hombros y el cuello, por delante, por detrás y por los lados a la vez.

Ahora, expire normalmente. Repita la Ozona Horizontal cinco o seis veces, oxigenando completamente la sangre y saturándola de electrones. A continuación estírese completamente durante veinte segundos aproximadamente antes de levantarse.

**Ejercicio.** Si tiene el estómago vacío, extiéndase, practique la Ozona Horizontal y aprenda a hacerla bien. Casi cada día tendrá un motivo para practicarla. Si es posible y no está demasiado fatigado, permanezca después durante media hora aproximadamente echado sobre la espalda sin moverse.

## EL ZEMBLA AGACHADO: COMO RECUPERAR CON RAPIDEZ SU ENERGIA CUANDO ESTA EXTENUADO

Si puede extenderse cuando está extenuado, utilice la Ozona Horizontal. Pero si eso no es posible y apenas puede respirar, utilice el Zembla agachado.

**Ejercicio 1.** Póngase de pie con las piernas separadas y las puntas de los pies dirigidas hacia el exterior. Doble las rodillas y échese hacia adelante, apoyando las manos sobre las rodillas para soportar su cuerpo. En esta posición, sus músculos abdominales (la cintura) están relajados al máximo y permiten a sus pulmones llenarse completamente desde la parte inferior hasta los hombros y la garganta. Así usted proporciona una extraordinaria cantidad de oxígeno a los tejidos que estaban privados de él. Cuando está extenuado, quiere decir que sus tejidos han utilizado su reserva de oxígeno con mayor rapidez de la que usted ha podido reemplazarlo y que, para emplear la expresión fisiológica, está en «deuda de oxígeno». Este es un incidente normal en los atletas y todos aquellos que tienen una actividad penosa y fatigosa, especialmente si comprenden también la velocidad. Cuando más tiempo pueda impedir que sus tejidos estén en «deuda de oxígeno» durante un trabajo físico excepcional, con mayor rapidez podrá proporcionarles más oxígeno y más tiempo podrá retrasar el agotamiento y conservar su resistencia física.

Ahora tome varias inspiraciones profundas y expire normalmente entre cada una de ellas. Con cada inspiración profunda llene de aire el tórax desde el diafragma hasta el cuello, de delante hasta atrás y también los costados. Enseñada respirará con facilidad, cualquiera que haya sido su ahogo anteriormente.

A continuación repose. Permanezca en la misma posición durante ocho o diez segundos aproximadamente, y después levántese y camine. El Zembla agachado es un revivificante mágico y le devolverá rápidamente su vitalidad cuando esté agotado después de un esfuerzo penoso tal como un recorrido duro, haber subido varias escaleras corriendo o cualquier otro ejercicio violento.

### COMO EL ZEMBLA AGACHADO AÑADE UN SORPRENDENTE POTENCIAL A SU FUERZA

Ya que usted ha llenado sus pulmones con el Zembla agachado más que con cualquier otra forma de respiración, esté de pie o agachado, puede almacenar más electrones de la atmósfera gracias a él que con cualquier otra forma de respiración. Esta ventaja tiene un valor incomparable para la curación sicosomática. Tiene también un valor inestimable en todas las actividades del poder síquico que pueda realizar. Utilizarán con regularidad el Zembla agachado, incluso en las últimas lecciones para los poderes milagrosos; por tanto, apréndala bien.

Practíquelo para aumentar el volumen de su caja torácica. Así podrá aspirar más aire (más oxígeno y más electrones) en cada inspiración, o bien aumentar su capacidad vital, como la llaman los fisiólogos. Para practicarla, salga a dar un paseo rápido, incluso corriendo si puede. O permanezca en el patio de su casa y corra allí con rapidez o haga profundas flexiones sobre las rodillas si su corazón es lo suficientemente fuerte. Para hacer esto último, póngase de pie con las piernas separadas, los talones a 15 centímetros, y las puntas de los pies dirigidas hacia el exterior. Sujétese a un poste o a cualquier otra cosa, flexiónese rápidamente y vuelva a ponerse de pie. Después de repetirlo varias veces quedará sin aliento. Détegnase inmediatamente, échese hacia adelante, y haga el Zembla agachado. Mientras lo realiza, aspire cada vez tan profundamente como pueda y dilate los pulmones y la caja torácica hasta el límite. Haciendo este ejercicio varias veces todos los días, aumentará su capacidad vital (es decir el volumen de aire absorbido a cada inspiración), y como consecuencia, tomará más electrones del aire cada vez que lo haga.

**CONCLUSION.** Gracias a el Zembla agachado puede almacenarse electrones como una batería almacena electricidad. Con él, no solamente reforzará su poder síquico, sino también todas las partes de su cuerpo comprendido el cerebro. Usted sobrecarga su cerebro y su cuerpo con una potencia eléctrica sacada del aire, y la pone a punto para hacerla estallar.

### COMO ADQUIRIR UNA RESISTENCIA FISICA EXCEPCIONAL GRACIAS AL ZEMBLA AGACHADO Y A LA OZONA HORIZONTAL

Caminando a la velocidad de ocho kilómetros por hora aumentará su consumo de oxígeno aproximadamente ocho veces y su producción de ácido carbónico (el

producto usado) aproximadamente nueve veces. El aumento notable de su consumo de oxígeno (durante el cual la sangre arterial queda casi saturada de oxígeno) se hace posible por:

- 1) El aumento de la circulación de la sangre en los pulmones.
- 2) la respiración más profunda —debido al esfuerzo de caminar, y
- 3) por el hecho de que usted respira aproximadamente siete veces más aire que cuando está en reposo.

Estos tres factores aumentan en proporción de la fatiga del esfuerzo. Durante una fatiga muscular muy grande puede llegar a respirar hasta once veces y media más aire, si es hombre, o siete veces y media más, si es mujer, que cuando está en reposo. Tal inspiración de aire, evidentemente, no dura más que algunos segundos. Usted puede sin embargo mantener esta inspiración de aire anormal más tiempo mientras realiza los ejercicios, si respira profundamente y con regularidad. De otro modo desperdiciará una energía considerable mientras realiza ejercicios físicos fatigosos respirando con rapidez y porque su corazón late demasiado deprisa. Pero usted puede controlar eficazmente estos dos cambios fisiológicos por medio del Zembla agachado o de la Ozona Horizontal (ejercítelos y lo verá). Así es cómo los yoguis y otros maestros síquicos conservan su resistencia cuando corren enormes distancias, tales como ciento sesenta kilómetros, sin parar. (Encontrará detalles sobre este tema en la próxima lección.)

## COMO UTILIZAR EL ZEMBLA PARA RETRASAR EL ENVEJECIMIENTO

Su capacidad vital, para ser fisiológicamente exactos, es el volumen de aire que usted expira con la mayor fuerza posible después de la más completa inspiración. Es el total de aire móvil de sus pulmones. (Es imposible expirar todo el aire de los pulmones.) La capacidad vital de aproximadamente 200 estudiantes varía entre 2.500 y más de 6.000 centímetros cúbicos.

Desde su nacimiento hasta su madurez, su capacidad vital aumenta gradualmente. Pero los cartílagos costales (costados) se vuelven rígidos y disminuyen materialmente su capacidad vital con la edad. Esto disminuye la aptitud para realizar trabajos musculares penosos a medida que envejece. El Zembla resiste de forma sorprendente a esta disminución de la capacidad vital y puede por tanto retrasar notablemente el envejecimiento.

La posición del cuerpo es un factor importante a tener en cuenta en la Respiración Estimulante, porque si usted tiene una capacidad vital de 4,3 litros estando de pie, será reducida 0,68 litros (o aproximadamente un sexto) cuando esté echado. Este es el motivo por el cual el Zembla agachado (que usted ejecuta partiendo de una posición en pie) deja entrar más aire en sus pulmones que la Ozona Horizontal que usted realiza tumbado. Cuando usted era «joven» y estaba entrenado, sus pulmones respiraban más profundamente y su capacidad vital aumentaba. Con la madurez y una vida relativamente sedentaria, sus pulmones han adquirido el hábito de respirar con poca profundidad y su capacidad vital ha disminuido. El Zembla agachado le ayuda a superar este indeseable cambio y le devuelve parte de su juventud perdida.

Para conseguir todo esto, el Zembla agachado influye también en el índice torácico. El índice torácico es la relación entre la profundidad del pecho al nivel

de las tetillas y su longitud. En un pecho normal en buena salud la profundidad es aproximadamente el 67 % de la longitud y la capacidad vital puede ser hasta el 50 % mayor que la de un pecho con un índice torácico más elevado (es decir la de un pecho con mayor profundidad pero sin mayor longitud). Siendo iguales todos los demás factores, un pecho ancho y poco profundo está **menos** sujeto a la tuberculosis, a la bronquitis y las demás enfermedades de los pulmones que un pecho estrecho y más profundo. El Zembla agachado, al hinchar potentemente el pecho en todos los sentidos, iguala sus dimensiones: aumenta su profundidad cuando es poco profundo y su anchura cuando es demasiado estrecho. Esto también retrasa el envejecimiento.

## LA INDESTRUCTIBILIDAD DE SU ENERGIA PENSAnte

Citemos el Dhammapda: Todo lo que somos es el resultado de lo que hemos pensado; está cimentado en nuestros pensamientos, y está hecho de nuestros pensamientos.

En otros términos, modifique sus pensamientos y será una persona distinta. Aprenda a utilizar su mente por vías extraordinarias, como el control del poder síquico y será una persona diferente. La energía no puede ser creada ni destruida. Esto incluye el pensamiento, los sucesos pasados, etc. La energía (las ondas del cerebro, que estudiaremos más adelante) es simplemente transformada en otra forma de energía.

Tomemos el ejemplo de un objeto material. Cojamos un libro del suelo y ponámoslo sobre una mesa. Durante la ejecución de este gesto, la energía de movimiento obtenida del brazo se transforma en **energía potencial de posición**. Esta energía está ahora latente en el libro. Existe la **energía potencial de posición** porque la tierra con su fuerza de atracción, atrae al libro. La energía de movimiento del brazo ha superado la fuerza de la gravedad cuando ha cogido el libro del suelo y lo ha puesto sobre la mesa. Si se levanta la mesa, la **energía potencial de posición** se transforma en **energía cinética de movimiento** y el libro cae al suelo. Cuando el libro alcanza el suelo, su energía cinética de movimiento se transforma en **energía de sonido y de calor**.

Esto es igualmente cierto en lo que concierne al pensamiento. La energía del pensamiento (las ondas del cerebro) no se destruye nunca: solamente se transforma en diferentes tipos de energía.

Nota: En 1929 Berger descubrió que la actividad del consciente y del subconsciente estaba asociada, como los músculos y los nervios, con los cambios de la electricidad nerviosa. Estos cambios eléctricos u ondas del cerebro han sido detectados en los **encefalogramas**, los cuales son diferentes para cada individuo. Por otra parte, en un mismo adulto, los signos distintos son notablemente constantes a través de los años. Los signos distintivos de sus ondas de cerebro de adulto no quedan completamente establecidos hasta la edad de quince a diecinueve años. Los signos distintivos de las ondas del cerebro de cada uno varían también con la posición en que se han situado en el cráneo los electrodos en relación a los lóbulos del cerebro. Durante el sueño, las ondas del cerebro se vuelven más lentas e irregulares. En ciertas condiciones patológicas del cerebro (tales como la epilepsia, los tumores y el traumatismo mecánico) se observan ritmos anormales en las ondas del cerebro. Más adelante ampliaré sus conocimientos acerca de las ondas del cerebro.

COMO CONSERVAR LA ELECTRICIDAD DE SU CUERPO  
(O SU ENERGIA)  
POR MEDIO DEL BLOQUEO CORPORAL

Cuando su cuerpo está cargado negativamente, pierde constantemente electrones en el aire y en todo lo que toca, incluyendo el suelo. Es un proceso normal y su cuerpo produce más electricidad para remplazar la que pierde. Sin embargo, cuando usted no se siente muy bien o cuando está nervioso, temeroso o cuando tiene un complejo de inferioridad hacia algo o hacia alguien, su cuerpo pierde más electricidad de la que reemplaza y empieza a sentirse débil. Por este motivo un complejo de inferioridad es tan deprimente: porque hace perder regularmente más electrones de los que se pueden reemplazar.

Para disminuir esta pérdida de electrones o incluso detenerla completamente, «bloquee» su cuerpo. Junte sus manos o coloque un pie por encima del otro. Así también retendrá el calor de su cuerpo. Esta es una de las razones por las cuales se siente fuerte y confiado cuando la temperatura es la «ideal» para usted.

**Cómo**

**No «ESTAR NUNCA FATIGADO» poniendo  
su Tono Muscular bajo el  
Control del Poder Síquico**

**COMO CONSERVARSE EN FORMA**

La falta de ejercicio de los músculos puede provocar adherencias fasciales (adherencias de las capas exteriores de los músculos) y crear depósitos de grasa. Este es el importante motivo por el cual debería hacer con regularidad ejercicios musculares. Los ejercicios fatigosos o de concurso no son necesarios. Las contracciones isométricas hacen retroceder la sangre al corazón y por eso no las recomendamos aquí. Los ejercicios más rítmicos, que duran más tiempo y que contraen y relajan los músculos completamente y de forma repetida son los que harán desaparecer las adherencias fasciales, disolverán los depósitos de grasa y fortalecerán su corazón. Los ejercicios fatigosos no pueden soportarse el tiempo suficiente como para alcanzar estos objetivos. La misma regla se aplica para las contracciones insométricas.

**LA CICLOMANCIA: EL SECRETO DEL CONTROL DEL PODER SIQUICO**, no es un curso de culturismo, por tanto nuestras recomendaciones se limitarán al género de ejercicios con los que ya está familiarizado. Si es joven, levantar grandes pesos, nadar vigorosamente y correr con energía, es ideal para utilizar sus músculos rítmicamente, para fortalecer sus músculos respiratorios y aumentar la circulación de la sangre a través de los pulmones. Si es mayor, estos mismos ejercicios hechos con menos dificultades y fuerza, proporcionalmente, bastarán. La natación rítmica y la bicicleta son excelentes para personas de mediana edad, de ambos sexos. Si no hace ejercicio y su médico está de acuerdo, camine al menos una hora diaria a buen paso. Pero no permanezca nunca de pie más tiempo del necesario.

Si corre un poco de vez en cuando, tanto mejor. Y respire profundamente cuando corra. Haga también ejercicios para concentrar sus vísceras abdominales y formar un corsé muscular alrededor de la cintura. Conserve la cintura fina y elimine esa charca de sangre estancada que se acumula en los vasos sanguíneos del mesenterio cuando no hace hacer ejercicios regulares de cintura. Suspéndase de una barra o de alguna cosa sólida y estire la columna vertebral cada día. Haga incluso tracciones. No se vuelva rígido y anquiloso antes de tiempo. Siéntase joven de cuerpo y ágil y eso repercutirá en su espíritu.

Los ejercicios estáticos tortuosos ya no son recomendados. No se obtienen ventajas duraderas, repetimos, más que con los ejercicios de movimiento. Los ejercicios tortuosos pueden enseñarle la disciplina pero no son recomendables. Déjelos para los adeptos al yoga.

## LA GRAN IMPORTANCIA DE SU TONO MUSCULAR

El tono muscular es de una suprema importancia para su salud física y su poder síquico. Le llena de confianza para intentar y conseguir lo que parece imposible. Sin la confianza necesaria, como usted ya sabe, no tiene ningún poder síquico. Si coloca su tono muscular bajo el control del poder síquico, nunca se sentirá fatigado.

Cuando sus músculos están en reposo, con frecuencia no están completamente relajados. Están en un estado de ligera contracción que les impide estar relajados. Esto es conocido bajo el nombre de tono muscular. El masetero y los músculos temporales (los músculos que mantienen en alto el maxilar inferior relajado) son excelentes ejemplos de esto.

¿Qué crea el tono muscular? Es creado por la corriente estable de electricidad nerviosa que desciende del cerebro y de la médula espinal hasta los músculos. Cuando el nervio que alimenta el músculo está cortado, el músculo se vuelve flácido. Dicho de otro modo, los músculos no adquieren su tono, de sí mismos sino del cerebro y de la médula espinal.

Todos los músculos voluntarios (los que puede utilizar a voluntad) presentan cierto grado de tono. Pero el tono está particularmente pronunciado en los músculos anti-gravedad, es decir aquellos que mantienen la postura.

En general, estos son los músculos extensores de los miembros inferiores, del tronco y del cuello. Por esto cansa más estar de pie que caminar. Cuando camina contrae y relaja los músculos de la pierna a cada paso, pero cuando está parado los músculos de las piernas permanecen parcialmente contraídos todo el tiempo.

También, el tiempo frío le revigoriza, mientras que el tiempo caluroso y húmedo le aflige con un sentimiento de laxitud. Esto es debido al hecho de que gana o pierde tono muscular. Veamos ahora cómo el tono muscular afecta a su estado de ánimo y a la sensación general de vigor y de ambición. Usted puede también disminuir su tono muscular a voluntad para hacer provisión de energía para el poder síquico.

## COMO CREA SU CUERPO EL TONO MUSCULAR

Cuando el tendón de un músculo del cuerpo (por ejemplo el bíceps) es atraído por la gravedad o por la contracción de un músculo que tira en dirección opuesta (por ejemplo el tríceps), el bíceps se contrae y resiste a la extensión. Pero la extensión del tendón estimula también al bíceps y envía un mensaje a la médula espinal. Allí el mensaje se detiene en vez de llegar hasta el cerebro y la médula espinal envía una orden al bíceps para que se contraiga aún más. Esta contracción se llama reflejo miótico. Cuando el tendón del bíceps está tenso durante bastante tiempo y la contracción resultante es larga también, recibe el nombre de tono muscular.

¿Ha notado cuando se levanta después de un largo reposo, cómo los músculos



de las pantorrillas son pequeños y blandos comparativamente, y cómo se vuelven más grande y duros después de un momento de estar de pie? Esto es debido a que cuando se levanta, tienen poco tono muscular relativamente, porque casi no han estado tensos durante horas. Después de que haya estado de pie durante cierto tiempo y los músculos de las pantorrillas hayan estado tensos, serán notablemente más grandes y más duros. Esto no es para aconsejar que esté de pie durante largos períodos de tiempo, sino solamente para mostrarle cómo el tono muscular va y viene sin esfuerzo especial por su parte.

Un estómago vacío aumenta el tono muscular asignándole más sangre para llenar los músculos, ya que no es utilizado para asimilar los alimentos digeridos. Pero el hambre, al igual que un estómago demasiado lleno, reduce su tono muscular retirando demasiada sangre de los músculos para hacer la digestión y la asimilación. Para obtener las mejores marcas atléticas (y también para utilizar mejor los músculos para el poder síquico) debe participar con el estómago vacío (pero no hambriento).

Nota: Es cierto que algunas experiencias de cinesiologistas han demostrado que ciertos individuos obtienen las mejores marcas atléticas cuando tienen el estómago parcialmente lleno o poco después de una comida. Pero eso debe ser cierto solamente para individuos que poseen un índice de metabolismo muy elevado y que, en consecuencia, digieren deprisa. Por otra parte, los fisiólogos han comprobado que hacer ejercicio con el estómago lleno exige aproximadamente un 8% más de su esfuerzo del corazón. Por tanto entrenarse con el estómago lleno fatiga el corazón. Según su índice de metabolismo, sin embargo, es preferible probablemente no comenzar los ejercicios antes de hora y media después de una comida o después de dos horas y cuarto. De otro modo aparece la fatiga y mina rápidamente su tono muscular.

### COMO PROLONGAR INDEFINIDAMENTE SU TONO MUSCULAR PARA QUE NO SE SIENTA «NUNCA» FATIGADO

No puede decirse que el tono muscular resista la fatiga simplemente porque su bíceps, por ejemplo, está parcialmente contraído durante un esfuerzo y no pueda fatigarse. Tal razonamiento sería contrario a todas las teorías de contracción de las fibras musculares.

Pero, he aquí, realmente, lo que sucede. Sólo algunas fibras del bíceps se contraen completamente en cierto momento durante el esfuerzo. Cuando éstas están fatigadas, otras se contraen. Sin embargo, cuanto más tenso esté el músculo (es decir cuanto mayor sea el peso o la resistencia que debe vencer), más numerosas son las fibras que se contraen al mismo tiempo y mayor su tono muscular. En resumen, el tono muscular aumenta con la demanda.

El tono muscular está muy influenciado por el estado mental. Una excitación mental le afecta de forma importante. Cuando usted se siente feliz y lleno de esperanza, los músculos de su cara se tonifican, sus hombros están erguidos y su paso es decidido. Cuando está sobrecargado de preocupaciones y disgustos, su cara «decae» y usted tiene un «aire decepcionado». Los animales son afectados de la misma manera.

Si realiza un esfuerzo que exija resistencia física, puede retrasar el comienzo de la fatiga manteniendo sólo el tono necesario hasta el final para mantenerse en acción.

Realice esto enviando una orden de poder síquico a su consciente, ordenándole creer que usted NO está fatigado y asegurándole que PUEDE realizar ese trabajo. Su consciente detendrá inmediatamente algunas fibras de los músculos que participan en el esfuerzo, para que recuperen una parte de su energía. Cuanto más fuerte sea la orden, más fibras se detendrán y usted recuperará más energía.

Lógicamente, no le recomendamos que realice un trabajo que exija resistencia y para el cual no es apto, ni está entrenado. Podría tener éxito, pero podría también agotarse seriamente. Los maestros síquicos se entrenan durante años antes de lanzarse a aventuras que exigen una resistencia milagrosa. Pero no entrenan solamente sus músculos y sus pulmones sino también sus espíritus.

### EJERCICIOS PARA CONTROLAR EL TONO MUSCULAR GRACIAS AL CONTROL DEL PODER SÍQUICO

**Ejercicio 1.** Si su corazón está normal, dé la vuelta corriendo a una o dos manzanas de casas. Cuando se sienta fatigado, envíe un proyectil de poder síquico a su consciente, ordenándole que usted NO se sienta fatigado y continúe corriendo. Si es muy sencillo para usted, corra más deprisa. Un «sprint» alrededor de dos manzanas de casas a plena velocidad, agota a cualquiera, por tanto usted no necesita ir muy lejos.

**Ejercicio 2.** Repita el ejercicio 1. Esta vez envíe otro proyectil de fuerza síquica a su consciente ordenándole que usted NO se sienta fatigado. A continuación recurra al Arco Síquico pensando en cualquier otra cosa que le agrada, de forma que olvide totalmente que está realmente fatigado. Inmediatamente, numerosas fibras nerviosas de sus músculos agotados se detendrán y usted recuperará cada vez más resistencia.

**Ejercicio 3.** A medida que se haga más fuerte, continúe haciendo el ejercicio 2 y progresivamente dé una vuelta más cuando esté fatigado, y a la misma velocidad.

**Ejercicio 4.** Repita el ejercicio 3, pero al fin de éste deje de correr y haga un «sprint» de media vuelta. A continuación, dé otra media vuelta corriendo, además de aquella, ya sea pensando que no está fatigado del tono o en algo totalmente distinto, gracias al Arco Síquico.

Al final de estos ejercicios, inclínese hacia adelante y recupérese con una rapidez sorprendente haciendo el Zembla agachado. Estos ejercicios no sólo fortifican el corazón, sino que además son excelentes para desarrollar el Control del Tono Muscular. Pueden ser utilizados para la natación, el patinaje, para subir las escaleras, caminar, hacer tracciones con la barra, levantar pesos, reducir el contorno de cintura y para cualquier ejercicio que pueda fatigarle en un tiempo relativamente corto.

### COMO SUPERAR LA TORPEZA GRACIAS AL CONTROL SELECTIVO DEL TONO MUSCULAR

El Control Selectivo del Tono Muscular es inestimable para usted en la vida diaria, porque puede ayudarle a superar la torpeza y hábitos físicos indeseables. La

La física de la torpeza, por ejemplo, es debida a un exceso de tono muscular entre los músculos de flexión y los músculos de extensión de la parte o partes utilizadas en un movimiento determinado... Usted trata de hacer cierto movimiento y al mismo tiempo trata de NO hacerlo. Debe aprender a elegir el tono muscular necesario para los músculos que desea utilizar, pero al mismo tiempo retener el tono muscular necesario de los músculos que NO desea utilizar.

**Ejercicio 1. Cómo elegir el tono muscular específico gracias al Control del Poder Síquico.** En su habitación, trate de hacer con seguridad en sí mismo algo que tiene miedo de hacer. Trate, por ejemplo, de llevar un platillo lleno de agua al otro lado de la habitación sin verter una sola gota. Comprobará que hace demasiados esfuerzos al principio, encogiendo los músculos de flexión y de extensión al mismo tiempo, temblando y fatigándose rápidamente. Para no verter el agua del platillo, envíe un orden-proyectil del poder síquico a su Centro de Coordinación de los Músculos ordenándole relajar todos los músculos utilizados, excepto aquellos que son necesarios para el esfuerzo. Ayúdele al mismo tiempo relajando todos los músculos de las manos y de los brazos. Entonces dejará inmediatamente de temblar y continuará tranquilamente llevando el platillo al otro lado de la habitación. Esto es el Control Selectivo del Tono Muscular.

**Ejercicio 2.** Vuelva a comenzar el ejercicio con otras experiencias de destreza que usted tema o que no haga muy bien. Esto no solamente desarraigará sus diferentes temores poniéndolo bajo el Control Selectivo del Tono Muscular, sino que entrenará también su consciente para cooperar, evitándole tener nueva aprensión en las nuevas especialidades que intente aprender, tales como jugar al golf o una nueva técnica profesional.

## LOS SECRETOS DE UNA RESISTENCIA MUSCULAR MILAGROSA

Un maestro síquico puede superar la fatiga física y correr más de ciento sesenta kilómetros sin parar. En parte lo hace, como usted ya sabe, prolongando indefinidamente su tono muscular. Pero eso es sólo una parte. He aquí la otra.

Una fibra nerviosa no se fatiga nunca porque se deselectriza después del paso de un mensaje o de una orden a través de ella. Sin embargo, un músculo se fatiga acumulando productos usados, intermediarios o finales, como el ácido carbónico, el ácido láctico, el ácido pirúvico, los fosfatos ácidos, etc... También al proporcionar energía queda a falta de ciertas materias, como el azúcar (glucosa). Y cuando se fatiga pierde mucha irritabilidad protoplásmica, muchas aptitudes para transmitir los mensajes y las órdenes y mucha fuerza para contraerse. Incluso mientras se fatiga, se contrae y se relaja más lentamente. Y al relajarse más lentamente, no llega a relajarse en toda su longitud antes de contraerse de nuevo y en consecuencia permanece contraído». Este es un signo precursor de la fatiga.

Para evitar la fatiga de los músculos, evidentemente, debe evitar la acumulación de las sustancias que producen fatiga en el músculo en ejercicio y debe procurarle las materias generadoras de energía. Normalmente, una respiración profunda (es decir utilizando los pulmones) elimina la mayor parte de las sustancias que producen la fatiga y los riñones y las glándulas sudoríparas eliminan el resto. Pero los pulmones y los riñones no pueden eliminarlos con rapidez cuando

hace ejercicios fatigosos y vigorosos. Entonces, se acumulan y usted se siente fatigado y agotado.

¡Un músculo, no obstante, no se fatiga tan pronto como usted cree! Los Puntos de Unión de los Nervios del trayecto nervioso que envía las órdenes a este músculo, son los que se fatigan con mayor rapidez y a continuación el músculo no obedece tan vigorosamente al estímulo. Para aumentar enormemente la resistencia de los músculos, debe superar la fatiga en los Puntos de Unión de los Nervios.

**Ejercicio. Cómo recuperar rápidamente su energía cuando se siente fatigado.** Supongamos que está realizando una acción cualquiera. Podría ser incluso una parte de su trabajo. Tiene la espalda y las piernas fatigadas y siente que los hombros le pesan una tonelada. Se siente incluso vacilante. Sus músculos están impregnados de productos que acumulan la fatiga y sus Puntos de Unión de los Nervios están obstruidos por la simpatina. Cada movimiento que hace ahora parece agotador, especialmente si el esfuerzo se vuelve penoso o muy prolongado. Se siente lento, torpe y aturdido. Sus reflejos disminuyen porque los Puntos de Unión de los Nervios están inundados de simpatina que obstinadamente retarda todo estímulo que trate de atravesarlos.

En realidad, sus músculos no están tan fatigados como se sienten. Simplemente sucede que los nuevos estímulos no pueden llegarles con facilidad. Si los estímulos pudieran tan sólo franquear los Puntos de Unión de los Nervios con mayor rapidez y llegar a los músculos, los reflejos de éstos se acelerarían y usted encontraría un segundo ánimo.

Puede remediar esta situación reduciendo o desplazando esta acumulación anormal de simpatina en sus Puntos de Unión de los Nervios. El medio más eficaz es el Arco Síquico Irradiante combinado con la Respiración Estimulante. Piense en un buen bistec e intensifique sin descanso su imagen realista hasta que se extienda por todo su sistema nervioso. Inmediatamente después, respire profundamente mientras continúa su acción y sature su cuerpo de electrones. A continuación lance una orden-proyectil del poder síquico desde su Centro del Poder Síquico a todos los músculos ordenándoles SER tan fuertes como cuando comenzaron la acción. Obedecerán instantáneamente la orden y usted se sentirá como si se levantara después de un profundo reposo.

Un músculo, no obstante, se fatiga cuando acumula bastantes productos de fatiga. Entonces debe desembarazar rápidamente sus músculos de estos productos de fatiga o continuarán fatigándose. He aquí tres medios para hacerlo.

### **LOS TRES MEDIOS DE LIBERAR RAPIDAMENTE LOS MUSCULOS DE LOS PRODUCTOS DE FATIGA ACUMULADOS**

Si pudiese liberar sus músculos de los productos de fatiga tan rápidamente como se acumulan, nunca estaría fatigado. Evidentemente esto es imposible de realizar. Pero el maestro síquico puede realizarlo en tal grado, que puede decirse que casi los libera completamente.

¿Cómo lo hace?

1. Ante todo, se crea una caja torácica gigante —o al menos— una caja torácica susceptible de una enorme expansión. Cuanto más aire (oxígeno) puede proporcionar a la sangre venosa de los pulmones a cada inspiración, antes puede

liberarse de los productos de fatiga. Comenzando a los quince o dieciséis años a hacer ejercicios respiratorios para dilatar el pecho a razón de una hora diaria (media hora por la mañana y media por la tarde), puede aumentar las medidas del pecho (sólo con expansiones de la caja torácica), diez centímetros entre cuatro a seis meses e incluso a los diecisiete en menos de un año, pudiendo llegar hasta treinta y dos centímetros en diez años. Logra también ensanchar su caja torácica hasta el punto que su pecho, al nivel de las axilas, mide tanto cuando está normal como cuando está dilatado; y al nivel del ombligo puede dilatarse diez centímetros e incluso más. Con semejante caja torácica, el maestro síquico puede llenar sus pulmones de forma anormal, oxigenar la sangre con sorprendente rapidez y liberarse en seguida del ácido carbónico (que es el más importante resto acumulado).

2. En segundo lugar, destacando la Contracción del Tono Muscular, puede relajar los músculos completamente entre las contracciones. Evita así (o retarda enormemente) el ataque del estado de «contracción».

3. En tercer lugar, dominando el Ritmo Muscular, su cuerpo en acción posee una sultura de movimientos tan perfecta que la respiración y los movimientos funcionan de común acuerdo permitiéndole liberarse de las substancias de fatiga tan rápidamente como se forma. A menos que su músculo esté herido o forzado, **NO SE FATIGARA si no se acumulan productos de fatiga** y se recibe las materias generadoras de energía necesarias.

Estos tres medios le serán explicados ahora con detalle para que pueda aprenderlos y utilizarlos y no estar prácticamente «nunca» fatigado.

## PRIMER MEDIO. LAS MARAVILLAS DE LA RESPIRACION QUE RETRASA LA FATIGA

El maestro síquico toma profundas inspiraciones gracias a su gigantesca caja torácica y oxigena rápidamente una enorme cantidad de sangre en los pulmones. Esta respiración profunda no le agota porque él ha respirado así durante años y sus músculos respiratorios están potentemente desarrollados. La capacidad vital de sus pulmones (el volumen de aire que expira con fuerza después de haber hecho una inspiración completa) varía en una persona normal, como usted ya sabe, entre 2.500 y poco más de 6.000 centímetros cúbicos. El maestro síquico, sin embargo, gracias a una caja torácica como mínimo un sexto mayor que la de una persona desarrollada físicamente (y 32 % mayor que la de una persona normal) tiene una capacidad vital mínima de 7.000 centímetros cúbicos. Si una persona media posee una capacidad vital de 4.000 centímetros cúbicos, está claro que los pulmones de un maestro síquico tienen una alimentación de oxígeno mucho mejor con una capacidad vital de más de 7.000 centímetros cúbicos.

Gracias a este anormal poder de respiración profunda, aumentada con una respiración profunda reflexionada durante un ejercicio violento, el maestro síquico aumenta también notablemente la presión atmosférica en sus pulmones (es decir la fuerza con la cual introduce el aire en los pulmones cuando inspira). Esta presión aumentada envía aún más oxígeno a la sangre y cuanto más oxígeno envía, más ácido carbónico (producto de acumulación de fatiga) expulsa en el aire que expira.

Cuando camina a la velocidad de ocho kilómetros por hora (lo que es una marcha rápida), aumenta la cantidad de aire que respira, que es aproximadamente de siete litros por minuto, a casi cincuenta litros. La cantidad máxima de aire disponible en sus pulmones por minuto es de ochenta litros en los hombres y de cincuenta en las mujeres. Tan gigantesca respiración no puede sin embargo ser mantenida más que durante algunos segundos. Pero el maestro síquico, desarrollando su caja torácica aproximadamente un 30 % más que la de un hombre moderadamente desarrollado y la de un hombre poco desarrollado combinadas puede tener disponibles en sus pulmones un mínimo de ciento catorce litros de aire por minuto, siendo además capaz de prolongar esta acción durante un momento, gracias a sus músculos respiratorios extraordinariamente desarrollados (especialmente el diafragma) puede añadir y soportar este suplemento de aire durante más tiempo que ellos. Este es el motivo de que pueda realizar milagros de resistencia física.

Finalmente, al respirar tan profundamente, el maestro síquico retiene el calor de su cuerpo (su energía) durante un tiempo relativamente largo en vez de disiparla rápidamente en pequeños soplos rápidos como sucede al hombre que respira con rapidez y superficialmente. En consecuencia, necesita menos carburante para alimentar su cuerpo entero y lo economiza para alimentar sus músculos. Por eso «vive de nada» durante una prueba física muy larga y extenuante tal como correr ciento sesenta kilómetros sin parar. Por eso también puede soportar, desnudo, temperaturas glaciales. Los poros de su piel se cierran herméticamente para retener el calor de su cuerpo y respirando profundamente necesita menos carburante para calentarlo.

**Ejercicio. Cómo desarrollar una enorme caja torácica con el Zembla Sentado para retrasar la fatiga por medio de la respiración.** El Zembla Sentado es el mejor medio para desarrollar una enorme caja torácica. Es igual que el Zembla Agachado, pero se practica de sentado. Los ejercicios de respiración profunda practicados de pie o con los brazos por encima de la cabeza no son el mejor medio para desarrollar la caja torácica. En estas posiciones, sus músculos abdominales están tensos y darán tirones de sus costados hacia abajo, hacia las caderas, cuando respire profundamente, en vez de dejarles ensancharse por todos lados al máximo.

Por tanto practique el Zembla Sentado durante algunos minutos cada mañana, nada más levantarse y también por la noche antes de acostarse, si tiene el estómago vacío. No lo practique menos de media hora cada día ni menos de un cuarto de hora cada vez. Su caja torácica se desarrollará más en circunferencia si es estirada de forma repetida durante un mínimo de 15 minutos seguidos que si se le estira durante unos minutos cada vez. Si es posible, haga un pequeño ejercicio antes de realizar el Zembla Sentado, (como por ejemplo correr durante veinte segundos sin moverse de lugar o hacer diez flexiones profundas sobre las rodillas apoyándose sobre alguna cosa), para evitar la alcalosis. Ya que los sistemas de la mayoría de las personas son demasiado ácidos, una alcalosis temporal probablemente les hará mucho bien.

**Nota:** A cualquier edad puede aumentar su caja torácica con el Zembla Sentado. Aumentar la caja torácica no significa principalmente ensanchar los costados, sino elevarlos y separarlos más el uno del otro. Desarrollando los músculos respiratorios con el Zembla Sentado, se hacen más fuertes, elevan más los costados y los mantienen en posición más elevada incluso en reposo. Lo más importante, sin embargo, es el tiempo que usted dedica cada mañana a hacer el Zembla Sentado y

la forma más o menos completa de dilatar los pulmones a cada inspiración profunda. Sus costados están unidos a juntas móviles y puede moverlos mientras viva. Cualquiera, a cualquier edad, si tiene buena salud, puede hacer el Zembla Sentado y aumentar su caja torácica para su bien permanente. La gran ventaja del Zembla Sentado es que le permite llenar con más facilidad las prolongaciones de los pulmones que se extienden hacia arriba, hasta los hombros, así como sus bases que están situadas en la parte baja sobre el diafragma. Todo esto aumenta aún más la capacidad total de los pulmones. Estirando la columna vertebral repetidamente cuando inspira al realizar el Zembla Sentado, endereza su espalda y aumenta su altura de forma permanente.

## SEGUNDO MEDIO COMO MEJORAR LA CONTRACCION DEL TONO MUSCULAR

Mejorando la Contracción del Tono Muscular conserva su energía y aumenta enormemente su resistencia. Usted puede hacerlo directamente desde el consciente y el subconsciente. Los altos centros existentes en ellos pueden controlar su tono muscular. Este es el motivo por el cual la relajación se provoca mentalmente. Cuando un músculo envía un mensaje para pedir el tono muscular y alcanza el primer Punto de Unión de los Nervios en la médula espinal, encuentra allí las órdenes del consciente y del subconsciente donde pueden aumentar o disminuir la descarga tónica resultante que será lanzada al músculo, a través de otro Punto de Unión, en forma de orden. Evidentemente, usted puede multiplicar ambos efectos por medio de órdenes-proyectil del poder síquico enviadas al segundo Punto de Unión ordenándole hacerlo así.

¿Por qué es necesaria la Disminución del Tono Muscular para aumentar enormemente su resistencia física? Es necesaria porque, después de haber hecho repetir a sus músculos el mismo movimiento durante algún tiempo (como hace en todos los deportes o actividades físicas que le fatigan), los músculos que intervienen acaban por tener «calambres» (tétanos). Un calambre no es más que un exceso de tono muscular y sus músculos están muy próximos a tener calambres cuando están muy fatigados. (A menos que estos calambres sean provocados por una larga exposición al frío o por una pérdida anormal de sales del cuerpo durante un calor excesivo). Su resistencia durará tanto tiempo como puede retrasar los calambres. El maestro síquico ha practicado y adquirido un control del poder síquico sobre los centros paralizantes del tono muscular en el consciente y en el subconsciente y puede relajarse tan perfectamente después de cada utilización de los músculos que le resulta virtualmente imposible cansarse. Después de cada contracción, sus músculos no se aprietan sino que se relajan completamente, cualquiera que sea el número de movimientos efectuados. De esta forma evita la fatiga. Evita incluso la fatiga en el Punto de Unión de los Nervios.

## EJERCICIOS PARA DESARROLLAR EL TONO MUSCULAR CONTROLADO POR EL PODER SIQUICO

**Ejercicio 1.** Levante un peso o haga una tracción en la barra fija. Levantar un peso ligero es preferible a la tracción porque a menos que usted sea muy bueno,

necesitará hacer un esfuerzo considerable para elevar el mentón hasta la barra. Si usted ha pasado ya la mediana edad y no está en muy buenas condiciones físicas, siéntese y levante los brazos bien derechos hasta el nivel de los hombros. Repita este movimiento hasta que se sienta cansado. (No lo haga de pie. La Ciclomanca se opone a la posición en pie cuando no es absolutamente necesaria. Estar de pie es un «gran despilfarro de energía»).

Cuando baje los brazos en un ejercicio u otro, **relájese completamente. NO DEJE** descender sus brazos lentamente o con fuerza.

Cuando baje los brazos en un ejercicio u otro, **relájese completamente. NO DEJE** descender sus brazos lentamente o con fuerza.

A medida que esté más fatigado, le resultará más difícil relajarse completamente cada vez que baje los brazos, y una sensación de fatiga que se apodera de usted le oprimirá a cada repetición del movimiento. Entonces, envíe órdenes-proyectiles del poder síquico intensificadas al consciente y al subconsciente para relajar los músculos tensos de los brazos y al mismo tiempo visualizarlos y sentirlos relajándose.

Cuando levante los brazos hágalo con el mínimo gasto de energía. Pronto no podrá levantarlos muy alto. Finalmente no será capaz de levantarlos del todo o al menos lo sentirá así.

Haga este ejercicio cada dos días durante una semana como mínimo. A continuación haga el ejercicio 2.

**Ejercicio 2.** Vuelva a comenzar el ejercicio 1. Pero ahora, desde el principio, envíe a su consciente una orden-proyectil del poder síquico para levantar el peso ligero, el peso de su cuerpo o de sus brazos con la menor cantidad posible de energía, pero a la misma velocidad que antes. Haga este ejercicio con tanta perfección como el 1, pero con menos esfuerzo. Esto entrena a su consciente a evitar desde el principio en toda actividad, física la creación de un tono muscular excesivo y la oposición a todos sus esfuerzos.

Haga también este ejercicio durante una semana.

**Ejercicio 3.** Combine los ejercicios 1 y 2. Relájese e impida la formación de un Tono muscular excesivo desde el comienzo del ejercicio hasta el fin. Cuando haga este ejercicio descubrirá que su resistencia física ha aumentado netamente. Y también, aún más importante, que su control del tono muscular ha aumentado de forma sorprendente. (Los deportes de resistencia o los ejercicios, desarrollan el control del tono muscular al más alto grado).

**Ejercicio 4.** Repita los ejercicios 1, 2 y 3 con una pequeña corrida, con profundas flexiones sobre las rodillas o con otro ejercicio «seguro» que conozca. Ellos le darán un control excepcional del tono muscular, al mismo tiempo que mejorarán su corazón, pero siempre a condición de que su médico autorice este ejercicio.

## **EJERCICIOS PARA EL CONTROL DEL TONO MUSCULAR DEL CORAZON; UNA AYUDA PARA LA LONGEVIDAD**

**Ejercicio 1.** Haga cualquier ejercicio que le deje sin aliento. A continuación, echándose hacia adelante, hinche sus pulmones al máximo con la Zembra Agachada para recuperarse con rapidez y envíe una orden-proyectil del poder síquico a su



corazón para que se relaje y vuelva a su volumen normal. Sienta su latir acelerado disminuir hasta que sea normal y dar soltura a su movimiento. La Zembra Agachada, al proporcionar al corazón el oxígeno que necesita con mayor rapidez, le ayuda a desacelerarse y a recuperar antes su volumen normal, pero su orden-proyectil del poder síquico y su «sentir» como su corazón vuelve a su estado normal, le impiden también, a causa de su centro cardio-inhibitorio, mantener un tono muscular excesivo y le permiten relajarse con mayor rapidez.

**Ejercicio 2.** Ahora, haciendo vigorosamente un ejercicio y fatigándose, envíe una orden-proyectil del poder síquico a su corazón para que lata más lentamente y se constriña para volver a su volumen normal, y siéntale ejecutar esta orden. Tome profundas inspiraciones rítmicas durante la realización del ejercicio.

**Ejercicio 3.** Repita el ejercicio 2, pero desde el principio envíe una orden-proyectil del Poder Síquico a su corazón para que lata un poco más rápido para proporcionar a los músculos más sangre y oxígeno, y sienta como ejecuta esta orden. Sienta en particular su agilidad, y cómo se relaja completamente entre los latidos.

Aprenda todos estos ejercicios para poder controlar el tono muscular de su corazón, su volumen y sus latidos, durante una fatiga física o emocional. Esto le ayudará a medida que avance en edad, a impedir la eventualidad de un ataque cardíaco. No deje que su corazón se desenfrene.

Utilice órdenes-proyectil del poder síquico para controlarle y ayudarle a vivir mucho más tiempo!

## EJERCICIOS PARA CONTROLAR EL TONO MUSCULAR A VOLUNTAD

**Ejercicio 1.** Cuando se levante por la mañana, si se siente decaído y fatigado, envíe inmediatamente una orden-proyectil del poder síquico a su consciente ordenando a todo su cuerpo que se sienta bien y que los músculos estén duros como si se preparasen para cualquier eventualidad física. Al principio obtendrá poco éxito con esta experiencia «milagro», pero es necesario persistir. Pronto se sorprenderá. Sus músculos serán duros, fuertes y «potentes» cada vez en menos tiempo a medida que las órdenes-proyectil de su poder síquico crezcan en potencia.

**Ejercicio 2.** Vuelva a comenzar el ejercicio 1, pero esta vez prescindir de todo el tono muscular enviándose a sí mismo varias órdenes-proyectil del poder síquico sucesivas (con dos segundos de intervalo entre sí) para quedar decaído y fatigado y sentir sus músculos también así.

Un momento más tarde, recupere su tono muscular enviándose a sí mismo una segunda orden-proyectil de poder síquico para volverse musculoso y sentir cómo se transforma su cuerpo.

Practique este ejercicio hasta que pueda perder y recuperar su tono muscular a voluntad, incluso estando sentado o acostado.

**Nota.** La acumulación de ácido láctico (un producto de fatiga) en los músculos hace que, como hemos expuesto anteriormente, no solamente reaccionen menos vivamente, sino que incitan también al letargo a los nervios que les alimentan. Para estar al máximo de su potencia física y síquica es preferible que la sangre permanezca más bien «alcalina». Puede conseguir esto haciendo el Zembra Sentado cada mañana durante cinco minutos, o la Hozona Horizontal, acostado.

### TERCER MEDIO. COMO POSEER EL DOMINIO DEL RITMO MUSCULAR

El Ritmo Muscular consiste en perfeccionar la coordinación de los músculos en la actividad física que esté realizando. Esto significa que sus músculos «principales», sus músculos antagonicos y sus músculos estabilizadores, mezclen sus contracciones y sus relajaciones opuestas tan exactamente las unas con las otras que usted no gaste más que un mínimo de energía cuando «frene» sus músculos «principales» o estabilice las coyunturas que los soportan. La cantidad de energía que el cuerpo economiza de esta forma es increíble. Usted sabe por sí mismo que es necesario un frenado mucho más potente cuando se intenta detener un coche de repente que si se le detiene progresivamente. El Ritmo Muscular consiste en hacer los movimientos de la acción con una precisión tan perfecta que forme pronto enlaces cerebrales de estos movimientos en su subconsciente. Estos, a cambio, gobernarán todos los músculos que usted emplee para que puedan actuar al unísono con un mínimo de gasto de energía.

Realizará esto formando una especie de unión síquica entre sus músculos oponentes y estabilizantes. Si corre o monta en bicicleta, por ejemplo, mueve sus piernas exactamente a la misma velocidad y con la misma fuerza repitiendo este movimiento sin cesar, de forma que los músculos oponentes y estabilizantes de sus piernas y de su cuerpo tiendan a repetir el mismo esfuerzo una y otra vez precisamente en el mismo momento y con el mismo gasto de energía. Los corredores de fondo y los corredores de velocidad hacen esto durante la mayor parte de la carrera. «Cambian su ritmo» solamente cuando disminuyen su marcha repentinamente o cuando hacen el «sprint» con mayor rapidez. Pero si tienen todavía una distancia por recorrer, recuperan de nuevo su ritmo para compensar la energía que han perdido durante su cambio de cadencia. Lo mismo se aplica a todos los demás deportes o actividades en las cuales emplea el tiempo suficiente para crear una laxitud, una fatiga o un agotamiento y que exigen una actividad constante, como la natación, caminar, el alpinismo, el tenis, el ski náutico, los trabajos domésticos, el trabajo en la fábrica, escribir, escribir a máquina, cantar, bailar, tocar un instrumento musical, pronunciar discursos, un trabajo que exija el uso permanente de la voz, trabajar en el jardín, conducir un coche, y todas las demás variedades sin fin de actividades físicas.

**Ejercicio.** Cuando realice una acción cualquiera que le fatigue: 1) Relaje repentinamente la cara (como hizo en LAS LEYES DEL DOMINIO MENTAL). Relaje las cejas, las mandíbulas y los labios. Estos se contraen siempre por reflejo cuando realiza una acción que exige la utilización penosa o prolongada de los músculos, incluso en los trabajos domésticos. Su cara relajada hará que los demás músculos de su cuerpo actúen del mismo modo, también por reflejo.

2) Conserve la cara relajada y continúe su actividad física. Pero haga cada movimiento con la mínima cantidad posible de energía. Pero hágalos **correctamente**. Esto por sí mismo ya le economiza una energía considerable, ya que le permite hacer más con menos esfuerzo. Mantenga la espalda en posición correcta así como los brazos y las piernas y si habla, también su lengua debe estar correctamente y su garganta relajada.

3) Repita cada movimiento **exactamente de la misma forma**. Cuanto más lo haga mejor. Nada economiza tanto su gasto de energía. Cuando los corredores

hacen este ejercicio lo repiten siempre e incluso con la misma longitud de paso. No se deje llevar ahora por ningún cambio ni fantasía.

4) Cada movimiento repetido debe ser ejecutado siempre igual y en el mismo tiempo. Esto es posible cuando usted repite el mismo movimiento cada vez. **NO TRATE DE IR MAS DEPRISA NI MAS DESPACIO.** Haga exactamente lo mismo cada vez, con la cara **totalmente relajada.** Esto le evitará acelerar, porque cuando acelera crispera instintivamente la cara. Si evita crispar la cara, esto por reflejo evitará toda tendencia, por parte del consciente y del subconsciente, a hacerle ir más deprisa.

5) Continúe ahora, sintiendo que su cuerpo ha adoptado un ritmo «fluido» satisfactorio y **NO LO CAMBIE,** a pesar de los inconvenientes que puedan surgir. Ignore todas las influencias exteriores, ya sean ruidos, conversaciones que le sorprendan, la hora o un olor desagradable.

6) Siga exactamente estas pruebas como son descritas para cada actividad física que realice (no solamente una que esté aprendiendo) y aplicará el Ritmo Muscular de forma permanente. Ellas darán a sus vasos sanguíneos tiempo suficiente para evacuar los productos acumuladores de fatiga antes de que se multipliquen.

**CONCLUSION.** Estos son los tres medios para evacuar rápidamente los productos acumuladores de fatiga. Empléelos solamente al 1% de la perfección que obtiene el maestro síquico (además del tono muscular prolongado indefinidamente) y se sorprenderá del grado de incremento de su resistencia física.

Ahora está preparado para la Tercera Parte: **La CICLOMANCIA EXTERIOR.** Toda la fuerza de su Consciente Primario que ha desarrollado hasta ahora corresponde a su espíritu y a su cuerpo. En la Tercera Parte proyectará esta fuerza fuera de su cuerpo.

**Cómo**

**Utilizar el prodigioso poder  
de las Antenas del Cerebro y ponerlo  
bajo Control del Poder Síquico**

**LA SORPRENDENTE CONSTITUCION DE LAS ANTENAS  
DEL CEREBRO Y SU ELECTRICIDAD**

Las Antenas del Cerebro comprenden la quinta parte importante del Consciente Primario. Sirven para la proyección de la fuerza síquica fuera del cuerpo.

Las Antenas del Cerebro consisten principalmente en los nervios ópticos y la retina, la cobertura interior de los glóbulos oculares. El nervio óptico no es solamente un nervio; es más bien como un conjunto de fibras nerviosas que provienen de diferentes regiones del interior del cerebro. Y la retina, a la cual conduce el nervio óptico y donde termina un 80 % de las fibras, no se parece a ningún otro y pasan desde allí a la retina. Se considera que éstas controlan la capacidad fotorecencia del cerebro o un verdadero centro nervioso por sí mismo.

Algunas fibras de su nervio óptico nacen totalmente en el interior del cerebro y pasan desde allí a la retina. Se considera que estas controlan la capacidad fotográfica de la retina. Las demás fibras del nervio óptico nacen en la retina y se extienden por el interior del cerebro. Estas forman parte del ojo mismo.

Cuando la luz entra en el ojo, se detiene en la retina (la cobertura interior del ojo) y provoca, entre otras cosas, cambios en la electricidad nerviosa. En este circuito eléctrico, la córnea (la cobertura exterior del ojo) es el polo positivo (+) y el nervio óptico, situado dentro del ojo, en la parte posterior, es el polo negativo (-). En el electrorretinograma se producen una serie de ondas cuando penetra la luz en el interior del ojo. En efecto, se produce una corriente estable cuando las superficies interior y exterior del ojo entran en contacto (la retina y la córnea). También pasa una corriente cuando se coloca un electrodo en el exterior del ojo (la córnea) y otro en cualquier superficie húmeda del cuerpo. Dicho de otro modo, el ojo está siempre dispuesto a conducir cargas eléctricas al cerebro o a cualquier otra parte del cuerpo.

Los nervios portadores de mensajes de la retina están íntimamente asociados con los Puntos de Unión de los Nervios en el cerebro y en el cuerpo. Por este motivo tantos fenómenos de la retina presentan interacciones entre los diferentes nervios. Por ejemplo, los fenómenos que ya han sido descritos para el Centro de

Registro de las Sensaciones, para el Centro de Control de los Organos y para el Centro de Coordinación de los Músculos, tales como las discriminaciones espaciales, la inducción temporal, las inhibiciones, etc. han sido demostrados también en la retina.

Sí, la retina ES un verdadero centro nervioso por sí misma y reacciona a los estímulos como tal. Puede por tanto transferir fuera de su cuerpo órdenes directas de su cerebro. Sus órganos corporales reciben sus órdenes cerebrales bajo la forma de electricidad nerviosa enviada del cerebro, pero la retina al ser una excrescencia real del cerebro las recibe en la misma forma en que han sido creadas: es decir en forma de ondas cerebrales. La retina transforma las ondas cerebrales en rayos luminosos (que son energía y calor) y las proyecta fuera del cuerpo bajo esta forma. Antes de utilizar las todopoderosas Antenas de su Cerebro, debe aprender a conocer las muy importantes ondas cerebrales.

## LAS EXTRAORDINARIAS POSIBILIDADES DE SUS ONDAS CEREBRALES

Las ondas cerebrales consisten en cinco clases de ondas cuyo origen es oscuro y que, cada una, indica el funcionamiento de una parte diferente del cerebro. Las cinco ondas cerebrales son:

- 1) Las Ondas Alfa (el subconsciente)
- 2) Las Ondas Beta (el consciente)
- 3) Las Ondas Delta (el Centro de Poder Síquico)
- 4) Las Ondas Theta (el Poder Síquico)
- 5) Las Ondas Gamma (el Poder Síquico Profundo).

### 1. LAS ONDAS ALFA

Las ondas cerebrales Alfa provienen del consciente. Tienen una frecuencia de 8 a 13 ciclos por segundo.

Poseen un voltaje de 50 microvoltios.

Tienen su origen principalmente en la parte superior de los lados del cerebro, hacia la parte trasera de la cabeza, es decir la región de la memoria (el subconsciente está basado en la memoria).

Se producen en el cerebro **desatento** durante una somnolencia o un ligero sueño, durante un estado de narcosis (provocada por la droga o la anestesia) o cuando los ojos están cerrados. Se producen, en resumen, en los estados en los cuales el subconsciente toma en mayor o menor grado el control del cerebro.

Las ondas Alfa son anuladas cuando hay para el individuo dos tipos de estímulo, visual u otro, por el esfuerzo mental (como el cálculo matemático) o en otros estados en los cuales el consciente sea empleado activamente. Desaparecen por

tanto cuando los ojos están abiertos. Desaparecen también cuando abre los ojos en la oscuridad y trata de ver, porque en ese momento está utilizando activamente su consciente.

Sin embargo, si el campo visual es uniforme (dicho de otro modo, si no hay nada que atraiga a la vista) o si lleva gafas que oscurecen y ocultan lo que usted puede observar de significativo, las ondas Alfa no son anuladas. Entonces ya no utiliza su consciente tan activamente. Pero si hace la menor tentativa para discernir un detalle cualquiera en el campo visual y utiliza entonces su consciente activamente, las ondas Alfa desaparecerán en seguida. Un campo visual intermitente hace que las ondas Alfa lo sean también (lo que corresponde a un ligero hipnotismo).

Las ondas Alfa desaparecen durante el sueño y son reemplazadas por las descargas intermitentes de bajo voltaje y de alta frecuencia llamadas «espoletas del sueño». Esto es así porque durante el sueño no es en realidad su subconsciente el que asegura el control sino el Consciente Primario.

## 2. LAS ONDAS BETA

Las ondas Beta se originan en el consciente. Tienen su origen principalmente en los centros de los sentidos y de los músculos del cerebro que controla el consciente. Tienen una frecuencia de 20 a 25 ciclos por segundo. No las afecta, naturalmente, el que se abran o se cierren los ojos ya que se está consciente cuando se presentan.

## 3. LAS ONDAS DELTA

Las ondas Delta se producen en el Centro del Poder Síquico. Tienen una frecuencia de 1 a 15 ciclos por segundo.

Sin embargo, el voltaje es muy elevado; de 20 a 200 microvoltios. En consecuencia, las ondas cerebrales de poder síquico son MUY POTENTES.

Se originan en la Zona de Silencio del cerebro que emite ondas a la cadencia de 3 a 8 por segundo. Las ondas Delta son por tanto indiscutiblemente las ondas del Centro del Poder Síquico.

Las ondas Delta raramente pueden ser registradas en el adulto medio cuando está despierto, pero aparecen normalmente cuando duerme o durante las horas de vela de un niño pequeño. Esto no es sorprendente porque es durante el sueño cuando el adulto medio utiliza habitualmente una porción considerable de sus poderes síquicos, experiencias y otros fenómenos síquicos. El que se registren ondas Delta en un adulto medio cuando está completamente despierto, indica casi siempre que sufre una depresión mental, una depresión de conciencia a causa de los tóxicos u otros factores, o incluso un tumor en el cerebro o la epilepsia. (Por adulto medio se entiende una persona normal que no ha desarrollado su personalidad desconocida). Tal estado significa que su consciente no le controla completamente: que está bajo

el control de alguna otra influencia mental «misteriosa» con un potencial eléctrico enorme. Las ondas Delta sin embargo NO son afectadas por el hecho de abrir o cerrar los ojos: esto indica que el Centro del Poder Síquico puede funcionar esté usted dormido o despierto.

Ya que las ondas Alfa (las ondas del subconsciente) se producen únicamente durante la somnolencia o la falta de atención, si las ondas Delta las sustituyen en estos estados, significa que el Centro del Poder Síquico es el que tiene el control y el subconsciente está «dormido».

#### 4. LAS ONDAS THETA

Las ondas Theta son comunes en la región de las sienas. Tienen una frecuencia de 4 a 17 ciclos por segundo. Como la región de las sienas forma también parte de su Centro del Poder Síquico, las ondas cerebrales Beta y Theta son ondas del Poder Síquico.

#### 5. LAS ONDAS GAMMA

Las ondas Gamma son las de los más profundos poderes síquicos, como las del maestro síquico o del médium en trance. Tienen una frecuencia de 14 ciclos por segundo.

La cantidad de electricidad registrada en el cerebro varía con la profundidad del estado de conciencia. Durante un sueño ligero, aparecen las ondas Delta (ondas del poder síquico). Las ondas Alfa (las del subconsciente) permanecen aún pero después son superpuestas por las frecuencias más lentas de las ondas Delta. Durante un sueño profundo, sin embargo, las ondas Alfa desaparecen completamente y las ondas Delta las reemplazan. (Esto sucede también durante la hipnosis). El Centro del Poder Síquico está entonces en completo control del cerebro. En algunas ocasiones, a pesar de todo, la frecuencia Delta es incluso reemplazada por una frecuencia más rápida, las ondas Gamma. Sin embargo, aparecen solamente en el maestro síquico o en el médium, y en usted únicamente cuando ha desarrollado completamente su personalidad desconocida y puede utilizarla a voluntad.

**RESUMEN.** 1. Las ondas Alfa son la electricidad nerviosa del subconsciente, es decir la electricidad nerviosa de la personalidad conocida.

2. Las ondas Beta son la electricidad nerviosa del consciente, es decir de las regiones de los sentidos y de los músculos del cerebro. Estas también son la electricidad nerviosa de la personalidad conocida.

3. Las ondas Delta y su enorme voltaje, así como las ondas Theta, son la electricidad nerviosa del Centro de Poder Síquico. Es la electricidad nerviosa de la personalidad desconocida.

## LOS OBJETIVOS DE LAS ONDAS CEREBRALES

4. Las ondas Gamma (si usted las emite alguna vez) son la electricidad nerviosa de su personalidad totalmente desconocida. Estas son las ondas cerebrales del maestro síquico o del médium en trance.

El primer objetivo de las ondas cerebrales, para desarrollar tanto como sea posible su personalidad desconocida, es poner las ondas Alfa y Beta (las del consciente y subconsciente) bajo control de las ondas Delta y Theta (las del Centro del Poder Síquico) cuando usted está **totalmente despierto**.

**Usted ya ha conseguido este primer objetivo en los ejercicios hechos en las lecciones anteriores, durante las cuales ha sometido continuamente al consciente a las órdenes de su poder síquico.**

**PERO, usted lo ha hecho para enviar estas órdenes a su propio cerebro o a su cuerpo. Ahora va a enviarlas a la retina y desde allí las proyectará fuera de sus ojos. A otra persona u otra cosa.**

## LA ARTILLERIA PARA LANZAR LA RAFAGA DEL PODER SÍQUICO CON LAS ANTENAS CEREBRALES

Ya que el 80 % de los nervios ópticos conducen a las retinas, transportan a ellas las ondas cerebrales de las diferentes partes del cerebro. Del subconsciente transportan las ondas Alfa; del consciente, las ondas Beta; y del Centro del Poder Síquico, las ondas Delta y Theta.

En la retina, estas ondas cerebrales se convierten en una de las cuatro formas de energía y de calor antes de ser descargadas hacia el exterior o proyectadas de su cuerpo. Estas cuatro formas de energía y de calor son:

(1) Calor radiante. (Para la curación de cerca, para tranquilizar y atraer a los demás, para una conquista sentimental y para activar el atractivo personal.

(2) Rayos infrarrojos. (Para la curación de cerca o a distancia, para tranquilizar y atraer a las personas, para una conquista sentimental, para despertar el interés y la obediencia en los demás).

(3) Las ondas radio. (Para la proyección del poder síquico).

Estas tres primeras formas de energía y de calor se proyectan en forma de rayos luminosos.

(4) El magnetismo corporal. (Para influenciar a las sustancias inorgánicas, como en la sicoquinestesia y en la levitación).

Las dos formas importantes para el Consciente Primario son los números 2 y 3, es decir los rayos infrarrojos y las ondas radio. Estudiará ambas en esta lección. Las n.º 1, el calor radiante, estará más o menos combinada con la n.º 2, los rayos infrarrojos.



## EL APLASTANTE PODER DE LOS RAYOS INFRARROJOS

Al ser responsable la radiación del 50 % de la pérdida total cotidiana del calor corporal, el enfermo, el deprimido o una persona melancólica, pierden una cantidad de calor corporal considerable. Cuando se les devuelve, ya sea por medio de las Antenas Cerebrales con radiaciones de rayos infrarrojos o con aplicaciones de manos llenándoles de electrones, se sienten inmediatamente mucho mejor. Se sienten como si tomaran un baño de sol, porque los rayos del sol son la fuente natural más importante de radiación infrarroja.

La retina proyecta rayos infrarrojos. Ya que se trata de rayos luminosos, están formados por un número extraordinario de pequeñas entidades conocidas por el nombre de fotones. Dicho de otro modo, usted descarga los rayos infrarrojos sobre otra persona como una enorme ducha de fotones. Viajan a la misma velocidad que la luz en el vacío (298.000 kilómetros por segundo) hasta que son retrasados o detenidos por un líquido (el agua, por ejemplo) o por un sólido (una pared o un tabique de madera). Pero son increíblemente potentes, porque son productos que, por su velocidad sorprende y por el número gigantesco de colisiones que tienen lugar entre las moléculas de calor en la retina, crean los rayos infrarrojos. El resultado es la creación de una energía fantástica.

La velocidad de los fotones, para ser exactos, en 400.000.000 de veces la de una bala de fusil de la misma masa. Si considera que la fórmula para calcular la energía cinética (o energía de movimiento) de cualquier cuerpo físico es  $\frac{1}{2} M$  (la mitad de la masa) multiplicado por  $V^2$  (el cuadrado de su velocidad) se dará cuenta de que la fuerza de este fotón, comparada con la de una bala del mismo tamaño es 400.000.000 de veces al cuadrado más grande, es decir 400.000.000 multiplicado por 400.000.000 de veces mayor que la fuerza de la bala. Cuando los fotones de los rayos infrarrojos chocan con los átomos del aire a su alrededor, liberan un número astronómico de electrones en éste y transforman el espacio que atraviesan a gran velocidad en un canal de carga negativa (—).

Los rayos infrarrojos producidos por el 1 % de su personalidad desconocida son ondas infrarrojas largas. Estas son emitidas exclusivamente por todos los cuerpos calientes, de baja temperatura como las botellas de agua caliente, los calentadores eléctricos, los radiadores herméticos y su propio cuerpo. No penetran los tejidos muy profundamente (no más de 2 milímetros) y son fuertemente absorbidas por las capas exteriores de la piel de otra persona (es decir en medio milímetro de espesor).

Cuando desarrolle la potencia de los rayos infrarrojos, las longitudes de onda de los rayos proyectados se acortarán y penetrarán cada vez más profundamente en la piel de los demás. Las ondas cortas de los rayos infrarrojos son emitidas por todos los cuerpos incandescentes como el sol, el arco eléctrico, las lámparas incandescentes y similares. Los radiadores infrarrojos de alta temperatura especialmente concebidos, pueden penetrar la piel mucho más profundamente (de 5 a 10 milímetros) y pueden influenciar directamente los vasos sanguíneos, los vasos linfáticos (para reducir las infecciones), las extremidades de los nervios (para reducir el dolor) y otros tejidos y estimularlos. Son muy empleados por sus efectos terapéuticos. El maestro síquico puede acortar la longitud de su proyección de rayos infrarrojos hasta el punto en que se acerque al máximo a la de las fuentes de alta temperatura y realizar milagros de curación, de «tranquilización» y de atracción de los demás, de despertar su interés y su obediencia, y si es su intención, hacer fantásticas

conquistas amorosas. Usted puede hacer «lo increíble» simplemente desarrollando la fuerza de los fotones de su proyección de rayos infrarrojos, es decir desarrollando su Consciente Primario, simplemente otro 1 %.

## EJERCICIOS PARA DOBLAR LA FUERZA DE LOS FOTONES DE SU PROYECCION DE RAYOS INFRARROJOS

**Ejercicio 1.** Para doblar la fuerza de los fotones de su proyección de rayos infrarrojos no debe irradiar menos del doble de la cantidad de calor que irradia normalmente. ¿Cómo puede hacerlo?

1. Aporte a la superficie de su cuerpo o a las Antenas del Cerebro, el doble de la cantidad de calor que aporta ahora y proyéctelo hacia el exterior.

2. Después, con una orden-proyectil del poder síquico, doble la velocidad de colisión de los fotones que proyecta.

3. Que ésta a cambio doble el número de colisiones que se producen entre ellos.

4. Que éstas acorten las longitudes de onda de los rayos infrarrojos proyectados lo suficiente para doblar la energía y el calor resultantes que ellos producen. Ahora vamos a explicar estas cuatro fases.

**Fase 1.** Para aportar doble cantidad de calor a la superficie de su cuerpo o a las Antenas del cerebro, emplee el Arco Síquico. El Arco Síquico estimula los nervios parasimpáticos y éstos aportan la sangre de los músculos a la superficie de la piel y la calientan. Entonces, piense en un bistec, y la superficie de su piel desprenderá más calor por radiación (en forma de calor radiante y de rayos infrarrojos).

Sin embargo, si está vestido, los vestidos detendrán los rayos infrarrojos que se van de las partes cubiertas del cuerpo porque los rayos IR no penetran en los líquidos ni en los sólidos. Para eludir esta dificultad, centralice el calor de la piel de todo su cuerpo y sitúelo en las Antenas Cerebrales. Solamente visualice su cuerpo como si estuviese cubierto por una piel espesa y caliente semejante a la ropa de interior de invierno. A continuación imagine que libera los miembros y el busto de esa cálida piel, y que hace dos varillas extremadamente finas y cortas. Después introduzca una de estas varillas en cada Antena Cerebral.

**Fase 2.** Para doblar la velocidad de colisión de los fotones envíe una orden-proyectil a las Antenas Cerebrales, exactamente detrás de las varillas ardientes; como la gacheta detrás de la bala. Inmediatamente «sienta» intensificarse el calor de las varillas ardientes hasta el punto en que note que sus ojos están calientes e incluso somnolientos. Entonces lance estas varillas ardientes hacia su destino gracias a las órdenes-proyectil del poder síquico, empujándolas vigorosamente por detrás para doblar su velocidad.

Las fases 3 y 4 vienen después automáticamente. El número de colisiones entre los fotones se dobla automáticamente y las longitudes de las ondas de los rayos infrarrojos proyectados se acortan doblando así la energía y el calor resultantes.

**Nota.** Repita ahora estas cuatro fases pero aumentando la cantidad de calor concentrada en las Antenas Cerebrales, intensificando la deliciosa imagen del bistec creada por el Arco Síquico. Las cortas varillas ardientes que resultan en las Antenas Cerebrales deberían aumentar tanto en temperatura que usted las sintiese quemar sus ojos. Vuelva a repetirlo haciendo las varillas cada vez más calientes. Después, láncelas fuera en forma de ráfaga por medio de una orden-proyectil potente. Esta es la forma de triplicar y cuadruplicar la fuerza de los fotones de la proyección de rayos infrarrojos. Usted recuerda que el maestro síquico puede multiplicar la suya 109 veces más usted. Si multiplica la intensidad de una orden-proyectil del poder síquico con la cual envía las varillas al exterior por 109 veces, deberá multiplicar la fuerza total del fotón que resulta de la proyección de sus rayos infrarrojos por 109 veces, 109 veces más que la suya en este momento. Lo que hace que resulte 11.881 más que la suya en este momento. No es sorprendente que pueda realizar milagros gracias a la fuerza de sus ojos. Felizmente, el poder de los ojos, o el poder de las Antenas Cerebrales se desarrolla con una velocidad sorprendente. No tardará mucho en ser capaz de hacer cosas sorprendentes con los suyos. Practique los cuatro ejercicios que acaba de estudiar, intensificándolos constantemente como se le indica y quedará estupefacto del poder que alcanzará con ellos.

**RECUERDE:** Los rayos IR (infrarrojos) atraviesan solamente el gas (aire). No alcanzarán a otra persona a través de un líquido «agua o lluvia» (o un sólido (pared, cristal, persiana, el respaldo de una silla o ropa).

## LOS EFECTOS DE LA FUERZA DE LOS FOTONES DE SUS RAYOS INFRARROJOS SOBRE LO DEMAS

Los fotones ejercen una presión porque poseen la masa y el movimiento en un grado muy alto. Pero ya que las personas están compuestas de un cuerpo semisólido, éste disminuirá la velocidad y detendrá los fotones de sus rayos infrarrojos 1/2 milímetro después de penetrar en la piel. Sin embargo, cuanto más cerca se encuentre de usted físicamente, más le afectará la fuerza de sus fotones, porque la intensidad o radiación varía *inversamente* (o al contrario) del cuadrado de la distancia entre él y usted. Las paredes, los techos y los reflectores intensifican sin embargo, la fuerza de los fotones de sus rayos infrarrojos haciendo rebotar los rayos. Su mayor número de fotones (es decir su radiación óptima) penetrará en otra persona si están ambos en posición paralela, uno en relación al otro, en el mismo lugar, como si estuviesen los dos de pie frente a frente. **Para ejercer su mayor fuerza, los fotones deben alcanzarle en ángulo recto.**

La energía que despliegan los fotones cuando alcanzan el cuerpo (especialmente los ojos) de otra persona, es absorbida por éste; y toda la energía, sin tener en cuenta la longitud de ondas, se transforma en calor cuando es absorbida por el receptor.

Este calor, en la retina de la persona hacia la cual dirige sus proyecciones de rayos infrarrojos cuando no puede colocar las manos sobre su piel, se convierte en electricidad nerviosa. Bajo esta forma, es enviada como un mensaje o una orden a la parte del cerebro que usted la ha dirigido.

**Ejercicio 1. Cómo tranquilizar a las personas profundamente atormentadas por medio de proyecciones de rayos infrarrojos.** Cierta persona sufre serias depresiones a causa de malas inversiones, malos negocios y un descubrimiento doloroso relativo a su salud. Desde el momento en que ponga sus ojos sobre él, utilice el Arco Síquico para enviar doble cantidad de calor a la superficie de su cuerpo. Piense en un bistec para calentar la piel y después centralice rápidamente este calor y empaquetelo en dos cortas varillas ardientes que colocará en las Antenas Cerebrales de forma que realmente le quemén un poco los ojos. Después envíe una orden-proyectil del poder síquico detrás de las varillas ardientes con la orden siguiente: «¡Vencerá! ¡Tenga tan sólo un poco de paciencia! ¡Vencerá! (Esto impide a su consciente analizar el consejo y apreciar si es realista o no. Olvide su lógica y deje al Centro de Poder Síquico dirigir la orden-proyectil de su poder síquico directamente detrás de las varillas ardientes, llevando con él toda su fuerza de confianza.)

Esta orden-proyectil del poder síquico está formada por ondas cerebrales Delta y Theta o por ondas cerebrales de su poder síquico. En la retina se convierten inmediatamente en radiación infrarroja. Con su cuerpo situado de frente del de la otra persona para que pueda alcanzarle con una descarga total, lance las varillas ardientes sobre ella. Inmediatamente, refuércelas con una potente orden-proyectil del poder síquico para doblar la velocidad y la potencia de los fotones. Apunte directamente a su cara para que pasen en tromba a sus Antenas Cerebrales. Allí serán absorbidas y transformadas en calor, convertidas en electricidad nerviosa y enviadas a su Centro del Poder Síquico. La electricidad nerviosa se convertirá enseguida en energía de pensamiento y su significado será comprendido. El Centro del Poder Síquico confiará entonces este significado al consciente y este último lo aceptará como su propio pensamiento, y se calmará.

**Ejercicio 2.** Repita el ejercicio 1 con su pareja de idilio, con su vecino enfermo, con su paciente o con un cliente. Pero cambie los términos de la orden transportada por su orden-proyectil del poder síquico según la persona y la ocasión.

Con su pareja de idilio dé la orden con estas palabras: «¡Tú sabes que me pertences! ¿Por qué negarlo? ¡Tú sabes que me pertences!».

Con el vecino enfermo dé la orden así: «¡Ya se siente mejor! ¡Ya está mejor!». Y con su paciente o su cliente déla así: «¡Yo soy exactamente la persona que usted necesita! ¡Exactamente la persona que estaba buscando!».

## EL INDISCUTIBLE DOMINIO DE LAS ONDAS RADIO

Las ondas radio son la otra forma importante de energía y de calor en que se convierten las ondas cerebrales antes de ser descargadas del cuerpo al exterior. Sirven principalmente para la proyección del poder síquico, pero pueden ser utilizadas eficazmente para curar, especialmente a distancia. Contrariamente a los rayos infrarrojos que pueden atravesar el gas (aire) pero no los sólidos y los líquidos, las ondas radio pueden atravesar también éstos. Como consecuencia, salen de toda la cabeza hacia el exterior cuando los proyecta sin concentrarlos primero en un canal especial de proyección y eso les dispersa y debilita. Como aprenderá cuando estudie el Tubo Astral, las proyecciones de rayos luminosos se intensifican al ser reunidas y proyectadas por medio de las Antenas Cerebrales y aún más después de esto si son dirigidas a través del Tubo Astral. Las ondas radio son ondas electro-

magnéticas y transportan mensajes del pensamiento u órdenes de su mente a la mente de otra persona. Al ser rayos luminosos también están formados de fotones. Para aumentar la fuerza de sus fotones, debe aumentar a la vez su voltaje y su frecuencia. Podrá conseguirlo gracias al control del poder síquico, como se le demuestra en los ejercicios indicados a continuación. Cuando sus fotones alcanzan a otra persona, se transforman en corrientes de alta frecuencia.

## EJERCICIOS PARA AUMENTAR LA FUERZA DE LOS FOTONES DE SUS ONDAS RADIO

**Ejercicio 1. Cómo enviar un mensaje o una orden del poder síquico a alguien que usted conoce.** Supongamos que desea enviar un mensaje a un pariente suyo, un amigo o un socio. Probablemente está en casa en este momento, en el otro extremo de la ciudad, opuesto a donde usted vive. O quizá está de viaje a varios cientos de kilómetros de distancia. Construya el mensaje con claridad en su consciente. Elija las palabras exactas para no correr el riesgo de equivocarle por ambigüedad.

Ahora, envíe el mensaje de su cerebro consciente. Envíelo a través de los nervios ópticos a las Antenas Cerebrales y a la retina. Al tratarse de pensamientos conscientes u ondas Beta se convertirán primero en la retina en ondas radio, antes de ser proyectadas fuera de usted y las ondas radio son rayos luminosos o fotones.

Pero simultáneamente dispare con las ondas radio, al ser proyectadas, una potentísima orden-proyectil de poder síquico empujando violentamente los fotones de las ondas radio unos contra otros, los cuales chocan con el doble de fuerza (y por tanto el doble de velocidad), acortando así la longitud de las ondas radio a la mitad. Lo que a su vez dobla la energía y el calor producidos por ellas y transporta el mensaje o la orden a la otra persona con doble fuerza de fotones que antes.

Ya que las ondas radio de cada mensaje u orden son diferentes, crean diferentes grados de energía y de calor cuando alcanzan la retina de otra persona. Como consecuencia producen una electricidad nerviosa en su retina, diferente de la de cualquier otro estímulo, y así esa persona «recibe el mensaje» que usted le ha enviado.

Asegúrese solamente de que usted visualiza la orden-proyectil del poder síquico realizando todo esto, y él lo hará. No hay nada de fantástico en ninguna de estas realizaciones. Sólo los resultados son fantásticos.

**Ejercicio 2.** Repita el ejercicio 1, pero doble, triplique y cuatriplique la velocidad de la orden-proyectil del poder síquico que usted hace explotar con los fotones del mensaje sobre las ondas radio de la persona a quien se lo envía. El mensaje será enviado a su Centro del Poder Síquico con otro tanto más de fuerza.

Las ondas radio se utilizan también para curar a distancia por dos razones, a saber: porque pueden atravesar los líquidos y los sólidos y porque la distancia no disminuye su intensidad fácilmente. Las ondas radio, por tanto, son las ondas que transportan sus mensajes de pensamiento o sus órdenes o que se las traen, como por ejemplo las de la radio.

**Ejercicio.** Cómo recuperar a su marido o a su esposa cuando sospecha que es perseguido sin descanso por otra mujer o por otro hombre. Suponga que sabe que

su marido o su esposa es perseguido secretamente, pero con persistencia, por otro hombre o mujer. Su comportamiento es un poco distante desde hace algún tiempo y permanece fuera de casa o sale casi todas las noches sin motivo concreto. Usted sabe también que ambos han sido vistos juntos en algunos lugares retirados a horas dudosas. Sin embargo, usted ama a su marido (o esposa) y cree que él también la ama, y que ambos se avienen muy bien para vivir juntos.

La próxima vez que salga de forma sospechosa, trate de adivinar, lo mejor que pueda, a dónde va. Y más importante aún, trate de representarlo en su mente de un modo real, en compañía de la otra mujer. Esto es realmente todo lo que necesita, porque hará su espíritu más receptivo a un mensaje o a una orden suya. Ahora represéntese en la mente una deliciosa escena sentimental del pasado entre él y usted. Represéntesela de una forma tan real que pueda visualizar todos los detalles, especialmente la expresión feliz y emotiva de su marido (o de su esposa) y sus intensas reacciones.

Libere esta imagen realista de su consciente y envíela a través de las Antenas Cerebrales hasta la retina. Allí será convertida en ondas radio. Lance estas ondas radio al lugar donde cree que se encuentra su marido en ese momento y refuércelas inmediatamente con una explosiva orden-proyectil del poder síquico para acortar la longitud de las ondas y duplicar su energía y su calor.

Donde quiera que esté, recibirá estas ondas radio en la retina. En forma de electricidad nerviosa se precipitarán hacia su Centro del Poder Síquico y desde allí, a su consciente. Su consciente se dejará llevar inmediatamente hacia usted. Su pareja notará esta distracción repentina y se disgustará con él. Lance esta imagen varias veces durante la próxima media hora y puede estar segura que acabarán peleándose y se separarán muy decepcionados el uno del otro.

#### **MAGNETISMO CORPORAL. LA CUARTA FORMA DE LA ENERGIA Y EL CALOR CORPORALES**

Estudiará el magnetismo corporal más tarde y le servirá para la levitación.

**Cómo****Poner sus Reflejos Visuales y Auditivos  
bajo el Control del Poder Síquico**

Los reflejos visuales y auditivos constituyen la sexta parte importante del Consciente Primario. El Hombre ha dejado degenerar en estos reflejos; pero ahora, en su mundo más seguro en apariencia, los necesita más que nunca en sus ocupaciones y en su vida diaria. Su mundo actual no es más seguro que el de hace 30 años ya que los granujas, los vándalos y los delincuentes están a la orden del día. Por tanto tiene una gran importancia para usted desarrollar sus reflejos visuales y auditivos.

**LOS COLICULOS SUPERIORES,  
LOS CENTROS DE LOS REFLEJOS VISUALES**

Los colículos superiores son dos eminencias redondas situadas en el cerebro medio. Son los centros principales de los reflejos visuales. (No son el Gran Centro Visual. Este último será desarrollado en la próxima lección.) En las formas sub-mamíferas de la vida, sin embargo, los colículos superiores son muy prominentes y constituyen los Grandes Centros Visuales. En los peces y en los pájaros son tanto o más grandes que el cerebro mismo, pero en los animales superiores son mucho más pequeños. En el hombre son relativamente poco aparentes, al tener sus funciones visuales aseguradas por su Gran Centro Visual, situado en el consciente. Sin embargo, queda aún el centro principal de los reflejos visuales que recibe mensajes de:

- a) la retina, a través de los nervios ópticos.
- b) el Gran Centro Visual (en el consciente), y
- c) la medula espinal, es decir, todo el cuerpo.

Los reflejos visuales ponen en correlación los movimientos de los ojos con los cuerpo.

**LO QUE LOS REFLEJOS VISUALES HACEN PARA USTED**

Los reflejos visuales ponen en correlación los movimientos de los ojos con los de la cabeza y con los de los miembros. Los principales son:

a) cuando vuelve los ojos hacia algo para mantenerlos fijos sobre un objeto fijo mientras desvía la cabeza del mismo.

b) cuando mueve la cabeza al mismo tiempo que los ojos para seguir un objeto móvil, y

c) cuando mueve los miembros, el cuello o el tronco, como para evitar un objeto móvil o detener un golpe que amenaza los ojos. (Los párpados se cierran simultáneamente para proteger la vista.)

Es evidente que estos reflejos son de primera necesidad para el animal que caza o que se protege, lo mismo que para los juegos. En el hombre estos reflejos son indispensables en los deportes, para tener un objeto a la vista, por ejemplo, la pelota en el béisbol, en el tenis, en el golf o en otros juegos. Volver los ojos para mantenerlos fijos sobre un objeto inmóvil es más que esencial para un médico, un dentista, una mecanógrafa, un nadador, un cazador, un conductor de coche, un instrumentista, un actor y para casi todas las profesiones. Mover los ojos, el tronco o el cuello como para evitar un objeto móvil o detener un golpe es de primera necesidad en la esgrima y en todas las demás actividades de autodefensa, para bailar (su pareja es un objeto móvil), y para jugar. Sus reflejos visuales le proporcionan vigilancia y protección; la vigilancia para anticiparse a un ataque y la protección para permitir a su consciente advertido, preparar un plan de defensa eficaz a tiempo. Ayudan al perro, a la rata y al gato, a protegerse en la vida diaria. Dan «ojos» a los músculos para dirigir su agilidad en la acrobacia, la danza del ballet, el patinaje sobre hielo, el skí y muchas otras especialidades que exigen una extrema coordinación de los músculos; para dirigir los músculos de los ojos a fin de utilizarlos con sutileza para flirtear o para guiar los dedos cuando toca un instrumento musical.

En resumen, cuando usted despierta sus colículos superiores, se vuelve muchas veces más competente en todos los deportes que exigen el uso de los ojos, de los miembros, de la cabeza y del cuerpo. Puede también moverse y caminar con más gracia y atraer la admiración instantánea donde quiera que vaya. Pierde todos los movimientos torpes e inútiles y adquiere la calma y los modales de una persona distinguida. Inspira a los demás una profunda admiración, así como un saludable respeto a las personas batalladoras. Cuando multiplica estas ventajas por medio de las órdenes del poder síquico, emerge instantáneamente por encima de la masa.

## COMO FUNCIONAN LOS COLICULOS SUPERIORES

El estímulo que hace funcionar los colículos superiores le alcanza generalmente por los ojos bajo la forma de una persona o de un objeto visible delante de usted, aunque puede también alcanzar el Centro del Poder Síquico por una comunicación síquica y desde allí ser transmitido a los colículos superiores. Cuando le alcanza por los ojos (en cualquier momento en que no vea nada con los ojos) su imagen penetra bajo la forma de rayos luminosos. Los rayos luminosos provocan una serie de cambios de electricidad nerviosa en la retina. Se les llama corrientes de acción retinal y pueden ser registrados como una serie de cuatro ondas, a, b, c, y d. Cuando usted está bajo los efectos de la anestesia, las últimas ondas en desaparecer de las cuatro son las más rápidas, la a y la b. Por este motivo el sujeto hipnotizado, cuando es dirigido en este sentido, tiene mucho mejores reflejos visua-



que el sujeto consciente, ya que los rayos luminosos que entren en sus ojos provocan solamente la formación de las dos ondas más rápidas de sus corrientes de acción retinal. Las dos ondas más lentas no se forman en él. Lo mismo sucede con el maestro síquico y con el médium en trance. El maestro síquico puede incluso realizar esto en estado consciente gracias a una orden del poder síquico suficientemente potente enviada a su retina. Usted podrá hacerlo también cuando sepa cómo y se entrene lo suficiente. Lo aprenderá en esta lección.

El estímulo de los rayos luminosos es conducido después bajo la forma de electricidad nerviosa —mejor conocida por el nombre de corrientes de acción retinal— por medio de los nervios ópticos, desde la retina hasta los colículos superiores. A continuación, los colículos superiores envían una orden a las regiones del consciente que gobiernan los músculos de la cara y del cuerpo que pueden ejecutar el reflejo visual.

En los ejercicios indicados a continuación, estas funciones están muy simplificadas porque la mayor parte llegan automáticamente con los ejercicios si los hacen bien y saca partido de ellos.

## EJERCICIOS PARA PONER LOS REFLEJOS VISUALES BAJO EL CONTROL DEL PODER SÍQUICO

**Ejercicio 1. Cómo brillar en todos los deportes para los que tiene aptitudes, desarrollando los reflejos visuales.** En casi todos los deportes hay alguna actividad que usted puede practicar en el patio de su casa o en el gimnasio, para desarrollar sus reflejos visuales. Esta actividad desarrollará también la rapidez de reacción de los brazos, de las piernas y del cuerpo. Puede comenzarse a cualquier edad, es buena para el corazón y puede practicarse en solitario o con otra persona. Todo lo que necesita es una pared y una pelotita de caucho. Si es la pelota a mano, jugar exige mucha velocidad y resistencia, porque sólo se puede descansar deteniendo completamente el juego. El juego con pareja exige incluso reflejos más rápidos que otro género, porque usted no puede prevenir siempre cómo va a golpear la pelota. El balonbolea, el tenis y el baloncesto son también excelentes para desarrollar los reflejos visuales, pero exigen una pareja o un equipo y una instalación especial. La pelota a mano solo o con pareja es por tanto el más práctico. En el tiempo frío debe jugar en el sótano, a menos que haya nieve y vaya bien abrigado. Es preferible llevar guantes de pelota a mano para poder golpear la pelota con más fuerza sin hacerse daño en las manos. Así se creará unos reflejos visuales que le servirán eficazmente para brillar en cualquier deporte.

**Ejercicio 2.** Si se está entrenando para sobresalir en un deporte bien definido, debe repetir los movimientos débiles sin descanso. Ninguna otra cosa desarrollará sus reflejos visuales extraordinariamente. El mismo consejo se aplica si usted toca un instrumento de música o para cualquier especialidad en la cual se utilicen considerablemente las manos, los pies o incluso todo el cuerpo.

**Ejercicio 3. Cómo destacar en el flirteo dominando sus reflejos visuales.** Tan ridículo como puede parecer, cuando una mujer coquetea utiliza notablemente sus reflejos visuales. Ella no puede simplemente mover sus ojos de un lado para otro; deben girar en la dirección apropiada, en el momento apropiado y a la velocidad

deseada. Puede conquistar a los hombres, unos tras otros y dejar a las mujeres que no dominan este arte contemplarlo indignadas. Sus reflejos visuales, cuando son utilizados para el flirt, acostumbrarán a su cuerpo y a sus miembros a moverse con una sincronización y una gracia seductoras. Incluso si sus ojos no tienen una belleza excepcional, parecerán bellos entonces, y sus características menos atrayentes y su cuerpo se llenan de gracia, a causa de los movimientos felinos de su paso.

Colóquese delante del espejo e imagine que su figura es la persona que usted desea poner a sus pies. Inmediatamente rechace toda lógica y toda coacción de su consciente, así como la hipersensibilidad de su Centro del Poder Síquico y deje que su Centro de los Reflejos Visuales tome control de todo. Para hacerlo así, utilice el Arco Síquico (o visualice el bistec). Inmediatamente le liberará de las inhibiciones de su consciente.

Cumplíméntela dejando que sus ojos (y su cuerpo sigue por reflejo) reaccionen espontáneamente ante la visión imaginaria de un bistec. Dicho de otro modo, deje que su Centro de Control de los Organos (que gobiernan los nervios parasimpáticos) dicte a su Centro de Reflejos la forma de actuar. Su consciente y su Centro del Poder Síquico serán por tanto apartados de escena.

Cuando aparezca y la tome en sus brazos, mantenga el Arco Síquico. Continúe visualizando el buen bistec y deje que sus ojos, sus brazos y su cuerpo se muevan instintivamente. Usted la pondrá a sus pies por medio de miradas y gestos lánguidos que NO deben estar preparados sino que deben ser hechos automáticamente. Se sorprenderá de los resultados.

## EL MISTERIO DE SU PODER DE PERCEPCION DEL MOVIMIENTO

Su visión y sus interpretaciones mentales contradictorias utilizan la autoridad que su Centro del Poder Síquico posee sobre el consciente y el subconsciente. Encontrará esto bien demostrado al aprender el misterio del poder de percepción del movimiento, una facultad para la cual encontrará múltiples aplicaciones, bien sea en el deporte, en una actividad profesional o simplemente para su propia protección contra un agresor.

Es un hecho familiar que usted puede detectar un débil movimiento de un objeto (por ejemplo una pelota, un instrumento o una persona) más fácilmente si este objeto no se desplaza frente a usted. El motivo es que la imagen del objeto cae entonces bajo la parte más sensible de la retina, que está situada en un ángulo de 10° a 15° hacia atrás de la región, un gran misterio.

He aquí sin embargo, un gran misterio.

Cuando usted sigue un objeto móvil con los ojos, ve que se mueve a pesar del hecho de que su imagen sobre la retina no se mueve. Recíprocamente, cuando mira a distintos sitios con los ojos, usted ve que un objeto próximo estacionario no se mueve, a pesar del hecho de que una sucesión de imágenes nuevas de este objeto se forme en su retina, como si el objeto fuese móvil. ¿Cómo es posible explicar unas contradicciones visuales tan ilógicas? ¿Por qué ve usted mover un objeto móvil cuando de hecho su imagen no se mueve en la retina, y un objeto fijo permanece fijo, a pesar de una sucesión de nuevas imágenes que se forman en la retina como si el objeto fuese móvil? ¿Por qué, en otras palabras, el consciente se niega a aceptar como un hecho las imágenes registradas en la retina?

Los fisiólogos explican este gran misterio basándose en la facultad de atención, la cual, usted ha sido informado en la lección 1, está bajo el control de

su Centro del Poder Síquico. Cuando usted sigue con los ojos un objeto en movimiento, su atención permanece fija sobre el movimiento de este objeto. Para conservar la atención fija en él, su Centro del Poder Síquico ordena simultáneamente al Gran Centro Visual (en el consciente) ignorar el hecho de que la imagen del objeto móvil permanece totalmente inmóvil en la retina. E, inversamente, cuando ve que un objeto estacionario permanece inmóvil, incluso cuando usted mira de un lado para otro, su atención permanece fija en la inmovilidad del objeto. Para mantener su atención fija en él, su Centro del Poder Síquico ordena simultáneamente a su Gran Centro Visual (en el consciente) ignorar las nuevas imágenes de este objeto inmóvil que se forman en la retina cuando mira a un lado y a otro. Para resumir, en los dos ejemplos, su Centro del Poder Síquico ayuda a borrar lo que «ve» ordenando a su Gran Centro Visual (en el consciente) ignorar las nuevas imágenes visuales que recibe de la retina y continuar «viendo» el objeto como si hiciese aún lo que estaba haciendo antes. Una orden tan «contraria», por otra parte, no está bajo el control del subconsciente porque se produce también en los animales menos perfeccionados por simple visión binocular como en el hombre, animales que poseen muy poca corteza cerebral o no poseen nada, pero que, por el contrario, poseen un Consciente Primario altamente desarrollado.

### LOS COLICULOS INFERIORES, EL CENTRO DE LOS REFLEJOS AUDITIVOS

Al igual que los colículos superiores sirven de centro para los reflejos visuales, los colículos inferiores sirven de Centro para los Reflejos Auditivos. (NO son el Gran Centro Auditivo y NO son afectados por las sensaciones auditivas).

Los Reflejos Auditivos también varían considerablemente en diferentes clases de especies. En los murciélagos, con sus orejas-radar, están desarrollados en sumo grado. Las alas de los murciélagos obedecen instantáneamente a la más ligera detección de un sonido audible y modifican su vuelo en consecuencia. En el ciervo y en otros animales del bosque relativamente sin defensa, los reflejos de movimiento están instintivamente unidos a sus oídos hasta tal punto que incluso cuando están profundamente absorbidos por su alimentación, sus miembros se ponen súbitamente en acción antes de que sus conscientes hayan tenido siquiera conocimiento del peligro que les amenaza. El tigre, el gato y la serpiente que acosan a su presa, se arrojan encima cuando la distancia es buena, la mayor parte de las veces antes de que sus conscientes hayan podido evaluarla. El hombre civilizado ha perdido el uso instintivo de sus Reflejos Auditivos debido a la seguridad relativa y a la organización de su medio ambiente. Social, profesionalmente, y en la vida cotidiana, sus reflejos auditivos le son sin embargo de mayor necesidad que antes. Incluso un músico debe reaccionar instantáneamente al sonido (sobre todo si forma parte de una orquesta) y no esperar hasta que su consciente decida por él. Lo mismo se aplica a una persona que conduce un coche... actúa en escena... salva una vida durante un accidente... a un centinela en guardia... a una madre que responde a la más débil llamada de su hijo... al competidor en una pista, en natación o en las carreras ecuestres... para oír a un ladrón... para estar en alerta continua durante un accidente y hacer lo necesario en el momento oportuno rápidamente.

**Ejercicio. Cómo crearse seguridad y un sorprendente auto-control por medio de los reflejos auditivos.** Regule el timbre del despertador a una hora indeterminada durante la próxima media hora. Coloque el despertador en algún lugar detrás de usted y sumérjase en algo, por ejemplo, un libro o un pasatiempo. Cuando más tarde suene el despertador inopinadamente, relájese inmediatamente todos los músculos del cuerpo, de la cabeza a los pies. Déjese sorprender para quedar tenso, pero relájese enseguida. Repítalo en diferentes ocasiones para evitar acostumbrarse a ello. En muy poco tiempo será capaz de afrontar fríamente cualquier caso de urgencia y habrá adquirido una sorprendente serenidad en la vida diaria que maravillará a los demás.

### **LAS GRANDES VENTAJAS DE PONER LOS REFLEJOS VISUALES Y AUDITIVOS BAJO EL CONTROL DEL PODER SÍQUICO**

Poniendo los Centros de los Reflejos Visuales y Auditivos bajo el control del poder síquico, conservará su sangre fría en las condiciones competitivas o peligrosas y economizará cada día una enorme cantidad de energía. Adquirirá también una velocidad notable gracias a la economía de movimientos y al paso ponderado resultantes. No perderá la cabeza si es confrontado de repente con una pelota que llega con fuerza, un individuo amenazante, una dificultad inesperada cuando hace un trabajo manual, un compás de música difícil o una situación social molesta. No volverá a mover los brazos ni la cabeza de forma desordenada cuando hable; por el contrario mantendrá la cabeza inmóvil cuando no sea necesario moverla y los brazos y las piernas quietos excepto cuando tenga que servirse de ellos. En vez de seguir un objeto móvil con la cabeza, sígalo sobre todo con los ojos y mantenga las manos y las piernas quietas. Si está convenientemente vestido y está en un escenario, estrado o en público, se moverá con soltura, y con tranquilidad mirando serenamente hacia adelante sin lanzar constantemente miradas a todos lados al menor ruido o a la menor distracción. Semejante comportamiento entusiasma a los que le miran y le clasifica como un jefe y como una persona profundamente respetada. Aprenderá a eliminar las reacciones súbitas ante cada cosa que vea u oiga y a ignorar tranquilamente las que no son importantes. Cuando esté en acción, deje que sus ojos conserven la energía síquica «observando la pelota» a hurtadillas y no haciendo casi nada hasta que esté en buena posición para alcanzarla. Atravesará una sala o un estrado con pasos medidos y agradablemente acompasados y volverá a su lugar elegantemente en vez de hacerlo deprisa y corriendo. Son las pequeñas cosas como estas las que hacen o deshacen su influencia sobre los demás.

Observando y escuchando intensamente y utilizando el control del poder síquico sobre los Reflejos Visuales y Auditivo reducirá al mínimo un ruinoso gasto físico y permitirá a su mente funcionar al máximo mientras usted esté en acción. Si a esto añade el control del poder síquico desarrollando su personalidad desconocida aunque sea en un grado íntimo, su semblante se volverá tan irresistible que podrá dominar a los animales peligrosos o a los criminales con una simple mirada. Ambos quedarán sin respiración a causa de su calma penetrante. Conservará también una energía sin límite porque sus nervios parasimpáticos mantendrán normales las funciones de su cuerpo y los músculos relajados. En efecto, conservará tal cantidad de energía que continuará compitiendo físicamente durante largo tiempo, sólo con esto.

## **Cómo**

### **Poner el Centro de la Vista Primaria y el Gran Centro Visual bajo el Control del Poder Síquico**

El Centro de la Vista Primario y el Gran Centro Visual son la séptima parte importante del Consciente Primario. El Centro de la Vista Primaria es el cuerpo articulado externo y hay uno sobre cada mitad del cerebro. Comprende una porción de la parte más grande y más nueva del tálamo. (La parte más antigua del tálamo es el Centro de Registro de las Sensaciones). La parte nueva es más grande en el hombre que en los demás seres porque sus diferentes porciones contienen más tramos de nervios que conducen a los altos centros del consciente, tales como los que conducen a los altos centros de la piel (cutáneos) y los de los sentidos visuales y auditivos. El Gran Centro Visual ocupa una gran parte de la corteza cerebral (consciente y subconsciente) de la parte posterior del cerebro. Desarrolle primero el Centro de la Vista Primaria y después el Gran Centro Visual.

### **LAS FUNCIONES DEL CUERPO ARTICULADO EXTERNO, EL CENTRO DE LA VISTA PRIMARIA**

En todos los vertebrados, los mensajes óptimos son enviados desde la retina a una región cualquiera de los troncos del cerebro. En el hombre, estas regiones son los cuerpos articulados externos, los Centros de la Vista Primaria. En la rata, en el gato, en el perro y en otros mamíferos, el cuerpo articulado externo sirve de segundo Gran Centro Visual. Estos animales pueden ver aún, aunque imperfectamente, después de la ablación de los Grandes Centros Visuales de sus Conscientes. Sin embargo, en el hombre, semejante ablación le deja totalmente ciego, porque ha dejado que su cuerpo articulado externo (su segundo Gran Centro, es decir, su Centro de la Vista Primaria) quede dormido.

En la rana, todos los nervios de la retina descargan sus mensajes en los lóbulos ópticos, que son el equivalente de los colículos superiores (el Centro de los reflejos visuales) del hombre, que usted ya ha estudiado. Desde los lóbulos

ópticos las órdenes son enviadas directamente a los diversos músculos de la rana por medio de los nervios transmisores de las mismas. NINGUNA IMAGEN VISUAL es confiada a su consciente. El animal actúa espontáneamente según las imágenes visuales que recibe de la retina sin pasar por su consciente. La ablación de la región visual de su consciente deja por tanto al Consciente Primario de la rana en plena posesión de la vista. Por este motivo el Consciente Primario determina completamente la reacción del animal a las imágenes visuales que la retina envía al cerebro. En los animales ligeramente más desarrollados, algunas fibras nerviosas que transportan los mensajes conectan el Consciente Primario con el consciente. Esto permite al consciente (por medio de los nervios que transportan las órdenes) controlar hasta cierto punto las actividades musculares del animal. No obstante, su Consciente Primario detenta aún la mayor parte del control sobre los reflejos musculares. En efecto, incluso en los pájaros, la ablación del consciente, provoca poca perturbación porque el Consciente Primario controla aún casi la totalidad de su visión.

A medida que el animal se eleva en la escala filogenética, su Gran Centro Visual (en el consciente) es más importante cuando el número de nervios que transportan los mensajes del Consciente Primario al consciente **aumenta** progresivamente, mientras que el número de nervios que transportan las órdenes de su Consciente Primario a los músculos, disminuye progresivamente. El perro, por ejemplo, después de la ablación del consciente, puede aún discriminar entre varias intensidades de luz, pero no puede distinguir las formas y ver los obstáculos que hay en su camino. En el hombre, las imágenes visuales enviadas por la retina a su cuerpo articulado externo (su Centro de la Vista Primaria) pueden estimular las órdenes que se han de enviar al cerebro o al cuerpo **solamente por medio** del consciente. La ablación de su Gran Centro del consciente le deja por tanto completamente ciego porque después de eso no puede llegarle ninguna imagen desde la retina. Su Centro de la Vista Primaria (su cuerpo articulado externo), al haber quedado dormido, no puede substituir al Gran Centro Visual como sucede en el perro y en otros animales menos desarrollados.

### COMO DESPERTAR EL CENTRO DE LA VISTA PRIMARIA (SU CUERPO ARTICULADO EXTERNO)

Es evidente que si despierta su Centro de la Vista Primaria, poseerá automáticamente dos importantes centros visuales en vez de uno. Tendrá entonces un poder visual que no ha tenido nunca. Será capaz de leer con mucha más rapidez, cualquiera que sea el sistema de lectura rápida que emplee, porque verá con «cuatro ojos» en vez de dos. Cuando mira ahora una palabra sobre una página, lo hace con su consciente. Su Centro de la Vista Primaria, una vez despierto, mirará automáticamente más caracteres de los que usted puede mirar ahora y este hecho aumentará instantáneamente la cantidad de material visual que su retina fotografía al mismo tiempo. El maestro síquico desarrolla su Centro de la Vista Primaria 109 veces más de lo que usted puede hacerlo cuando mira alguna cosa.

**Ejercicio 1. Cómo estudiar una materia concentrada con mayor rapidez sin dejarse ningún detalle.** Al leer con rapidez, las personas se precipitan tanto que no absorben más que la materia general. Al leer los manuales clásicos y otros libros

de materias concentradas que exigen un estudio profundo, usted debe, sin embargo, estudiar con rapidez, pero no puede descuidar los detalles, porque son la verdadera substancia del objeto. La materia detallada es verdaderamente la parte más importante para un estudio práctico. La materia general le proporciona simplemente una comprensión sólida del conjunto para que se dé cuenta de cómo encajan los detalles. Este ejercicio le enseña cómo utilizar el Centro de la Vista Primaria para que le ayude a estudiar tales materias con mayor rapidez, dejándose relativamente pocos detalles.

Abra un libro «indigesto» por cualquiera de sus páginas centrales para asegurarse de que no lo comprenderá fácilmente. Escoja cualquier párrafo y léalo de la siguiente manera. Eche un vistazo a una palabra impresa en el primer tercio de la línea a partir del margen izquierdo. Léala y captará rápidamente el significado de las palabras que la preceden y que la siguen. Después eche un vistazo a una palabra impresa en el segundo tercio de la línea a partir del margen izquierdo y vuelva a hacer lo mismo. Este es el medio de captar rápidamente todo el significado de la línea al principio para desarrollar su Centro de la Vista Primaria. Deje que sus ojos vean clara y perfectamente a ambos lados.

Después hágalo cada vez con mayor rapidez. Finalmente, hágalo a lo largo de toda la página. Su aptitud para leer y comprender una materia difícil aumentará de forma sorprendente.

Ahora desarrollará su Gran Centro Visual y aumentará aún más sus poderes visuales.

## LAS PARTES IMPORTANTES DE SU GRAN CENTRO VISUAL Y COMO TRABAJAN PARA USTED

Su Gran Centro Visual ocupa la mayor parte de su corteza cerebral (el consciente y el subconsciente) en la parte posterior del cerebro. Hay dos divisiones que los fisiólogos llaman región Visuo-Sensorial y región Visuo-Síquica. Para simplificar, las llamaremos región de la recepción de la imagen visual y región de distribución de órdenes. Ambas serán descritas a continuación.

**1. División. La región de recepción de la imagen visual** de su Gran Centro Visual recibe de la retina las imágenes visuales bajo la forma de electricidad nerviosa (corrientes de acción retinal) después de que hayan salvado dos Puntos de Unión de los Nervios. Transportan hacia él las impresiones de colores, formas, movimientos, iluminación y transparencia que han sido fotografiadas del exterior del cuerpo por la retina. Estas diferentes impresiones son reconocidas y determinadas allí por el consciente. Para llegar a reconocerlas e identificarlas a la vez, necesita la ayuda de la región de distribución de órdenes de su Gran Centro Visual.

**2. División. La región de distribución de órdenes** de su Gran Centro Visual rodea la mayor parte de la región de recepción de la imagen visual. Es responsable del desarrollo en detalles precisos de las imágenes que recibe de la región de recepción de la imagen visual y de su integración a las experiencias pasadas. Este procedimiento conduce no solamente a reconocer, sino también a identificar todo lo que puede ver. La región de distribución de órdenes determina también la

posición de los objetos que usted observa en el espacio. Obliga a sus ojos a moverse para llegar a conseguir estos resultados ordenando a los músculos de los ojos que acomoden su visión sobre ellos. Al igual que su Centro de los Reflejos de la vista, mantiene los ojos fijos en un objeto cuando vuelve la cabeza en una dirección opuesta al mismo.

## **LAS VENTAJAS QUE CONSEGUIRA DESARROLLANDO SU GRAN CENTRO VISUAL Y PONIENDOLO BAJO EL CONTROL DEL PODER SIQUICO**

1. Aumentando su facultad de reconocer, determinar e identificar los colores y las formas, adquirirá un ojo verdaderamente artístico o lo mejorará inmensamente si ya lo tiene. Apreciará las artes, la naturaleza y la moda más que nunca. Incluso en los negocios será capaz de interesar más al público y a sus contactos individuales. Si es hombre, hay probabilidades de que sea menos eficaz en este terreno que si es mujer. En cada ocupación digna de este nombre, tendrá necesidad de una excelente comprensión de la eficacia del calor y deberá adquirirla si desea alcanzar rápidamente las cumbres. Esto no solamente es aplicable al artista comercial y al vendedor de trajes sino que también lo es al dirigente, al contramaestre, al dentista, al abogado, al sacerdote, al inventor, al comerciante y al soldado.

2. Siendo más capaz de reconocer, determinar e **identificar** el movimiento (no solamente la percepción del movimiento como hizo en la primera lección) podrá llegar a ser inmejorable en las especialidades, profesiones y deportes que exigen una cierta habilidad de movimiento.

3. Esto mismo se aplica a la iluminación y a la transparencia. Mejorar esta facultad le capacitará para ver más profundamente y completamente a través de la claridad y de la oscuridad. Las ventajas conseguidas así son demasiado numerosas para ser enumeradas.

**Ejercicio 1. Cómo formarse a primera vista —y recordar— una imagen mental de las personas u objetos que ha observado durante un instante.** Dé un vistazo rápido a una persona, un coche o un objeto cualquiera. Después mire a lo lejos y describa rápidamente lo que ha visto, con detalle y de la cabeza a los pies. Verifique y vea en qué medida su imagen mental era precisa. Esta aptitud para reproducir exactamente lo que ha visto, de una ojeada, es de un valor inestimable para usted, tanto en los negocios como en la vida social. Es igualmente una baza artística única.

**Ejercicio 2.** Dé un vistazo a una fotografía de un hábil ejecutante de una especialidad en la cual le gustaría sobresalir. Puede ser un oficio, un pasatiempo favorito o un deporte. Mire a lo lejos y describa lo que ha visto. Verifique la exactitud de su observación. Lo que ha olvidado es habitualmente la falta o faltas que le entorpecen en el ejercicio de esta actividad. Es la gran utilización que usted puede hacer de su Gran Centro Visual cuando le pone bajo el control del poder síquico.



## COMO OBTENER UNA VISTA MAS PENETRANTE GRACIAS AL CONTROL DEL PODER SIQUICO

**Ejercicio 1.** Observe un pájaro que vuele a distancia en un cielo claro y trate de verle inmóvil, incluso después de que haya desaparecido. Como, a distancia, el pájaro parece cada vez más pequeño, envíe una orden-proyectil del poder síquico a sus ojos y «fuérceles» a continuar viendo el pájaro como si no se hiciese más pequeño. Así obliga a los músculos de la lente de los ojos, por medio del Centro de Registro de las Sensaciones, a modificar suficientemente la forma de la misma para que éste pueda ver aún más lejos que antes.

Incluso después de que el pájaro haya desaparecido de la vista en el cielo claro, está aún allí volando. Si sus ojos tuviesen un foco más largo, o si utilizase gemelos, podría verle. Si pudiese modificar la forma de las lentes de sus ojos para que convergiesen a mayor distancia, podría verlo también. Por tanto, continúe mirando el lugar donde el pájaro desapareció de su vista, pero visualíceselo como si lo viese aún y después «fuerce» a sus ojos a verlo también. Haciendo así, da a su Centro de Registro de las Sensaciones «la idea» de que desea despertar su antiguo uso.

**Ejercicio 2.** Cuando aperciba un signo demasiado lejano para poder leerlo, trate de descifrarlo como en el ejercicio 1.

**Ejercicio 3.** Trate de discernir las ventanas de inmuebles tan alejados que las distinga con dificultad, haciendo exactamente lo mismo que en el ejercicio 1.

**Ejercicio 4.** Trate de leer la hora exacta (con minutos y fracción de minuto) en relojes lejanos, como hizo en el ejercicio 1.

**Ejercicio 5.** Repita los ejercicios 1 y 2 a través de la bruma o de la niebla.

**Ejercicio 6.** Trate de definir el color de los ojos de una persona en la calle mucho antes de que esté suficientemente cerca para determinarlo con certeza. Hágalo echando un vistazo de vez en cuando y no mirándola fijamente. Haga lo que hizo en el ejercicio 1.

**Ejercicio 7.** Ahora sostenga una página impresa en caracteres más bien pequeños a 30 centímetros aproximadamente de los ojos. Acérquela lo suficiente para que sus ojos no puedan verla con claridad. Los caracteres parecerán «dobles».

Ahora mire fijamente una sola palabra. Son el poder síquico «fuerce» sus ojos a dejar de ver doble y a ver la palabra clara de nuevo. Haciendo esto sentirá como si su cerebro se volviese duro como el acero pero solamente son los músculos de los ojos y de las lentes de los ojos que están sometidos a un esfuerzo hercúleo. Repita la expresión con unos caracteres aún más pequeños.

**Ejercicio 8.** Cómo aumentar la agudeza visual con el poder síquico. Ponga dos objetos al otro lado de la sala, uno delante del otro. Colóquelos cada vez más cerca hasta que el que está delante oculte al que está detrás. Después, fuércese a ver el que está detrás.

**Ejercicio 9.** Cómo controlar lo que ven los demás modificando su negativo de las imágenes. Cuando usted mira fijamente durante unos segundos una pequeña

tarjeta amarilla y después una hoja de papel blanco, ve azul. Es el negativo de la imagen. Si una tarjeta blanca sustituyese a la amarilla, vería amarillo-azul. El negro es el negativo de la imagen del blanco y el blanco el del negro. Usted puede darse cuenta hasta qué punto ilimitado puede controlar a los demás, si modifica en sus Grandes Centros Visuales (en los conscientes) el negativo de las imágenes de lo que ven. Por tanto, mire fijamente ahora el negativo y fuércese a ver el negativo de las imágenes de cada una de las tarjetas.

**Ejercicio 10. Ponga su Gran Centro Visual bajo el Control del poder síquico.** Coloque los dibujos de la página 106 a 12 centímetros de los ojos. Ponga una separación de cartón entre sus ojos, apoyándola sobre la frente y la nariz y mire los dibujos de la izquierda, siguiendo las instrucciones de la derecha.

**RESUMEN.** Estos ejercicios, además de despertar su Centro de la Vista Primaria, mejorarán también su vista considerablemente.

Desde el punto de vista profesional y de los pasatiempos diarios, estos ejercicios son de una suprema importancia. Mejorando su vista será más capaz de progresar en su profesión. Perfeccionará el golf, la pintura, la música o cualquier otro pasatiempo que practique. Aumentará sus remuneraciones económicas al mismo tiempo que su alegría de vivir.

## COMO «VEN» LOS COLORES PARA USTED SU CENTRO DE LA VISTA PRIMARIA Y SU GRAN CENTRO VISUAL

Los colores no existen en realidad —existen solamente en el consciente. El mundo exterior los produce para su consciencia por medio de vibraciones del éter de diversas longitudes de onda. La palabra color, en realidad, significa «sensación» y se refiere a una longitud de ondas determinada o a una combinación de longitudes de onda de una vibración del éter visible. Cuando las vibraciones del éter de una longitud de onda de aproximadamente 0,00079 milímetros alcanzan la retina, por ejemplo, crean una electricidad nerviosa (corrientes de acción retinal) que estimula su consciencia (es decir su Gran Centro Visual en éste) para interpretarlas como «rojas». Esto mismo se aplica a todas las demás longitudes de onda. Cada una produce un resultado específico en su consciente. Mezclando dos o más colores (dos o más longitudes de las ondas de la luz) pueden producirse otras sensaciones de colores en su consciente. Para resumir, ninguna imagen de color se forma en la retina de lo que ella fotografía. El color que usted percibe es solamente interpretación en su consciente de lo que ve.

La teoría de Young-Helmholtz, que data de hace ciento cincuenta años, es la mejor teoría conocida sobre la visión de los colores. Sitúa el análisis del color en la retina. El análisis es enviado desde la misma por medio de las corrientes de acción retinal al Centro de la Vista Primaria. Allí, son aislados los diferentes tipos de electricidad nerviosa de las diversas vibraciones del éter. A continuación, son enviadas al Gran Centro Visual en el consciente e interpretadas en diferentes colores.

## COMO REJUVENECER LOS OJOS CADA DIA GRACIAS A LA SORPRENDENTE ELECTRICIDAD NERVIOSA DEL «EFECTO APAGADO»

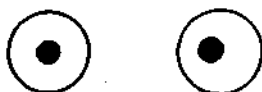
Cuando la electricidad nerviosa está conectada, recibe el nombre de «efecto-encendido». Cuando está desconectada se denomina de «efecto-apagado». La descarga de electricidad nerviosa que se origina repentinamente en el nervio óptico cuando ésta es desconectada, ha confundido a los fisiólogos porque NINGUN OTRO nervio del cuerpo reacciona de este modo. En todos los demás nervios, la electricidad nerviosa desaparece inmediatamente al «desconectarla» o cuando cesa el estímulo que la provoca. No obstante, en el nervio óptico, la electricidad nerviosa es incluso más fuerte cuando se la desconecta.

Però la explicación de este sorprendente fenómeno parece ahora clara para los fisiólogos. Cuando se desconecta la electricidad nerviosa en el nervio óptico, significa que la retina no recibe ninguna luz, sino solamente la oscuridad y, por tanto, deja de ser estimulada y ya no crea corrientes de acción retinal. La oscuridad, no obstante, **no es menos importante en la vida de un animal que la percepción de la luz.** Una sombra o un efecto oscuro en el campo de visión podría indicar existencia de alimento o la proximidad de un enemigo. Por tanto, la oscuridad no es para la retina del animal el momento de reposar o de dormir. Como consecuencia se adapta inmediatamente al negro regenerando la púrpura visual; y esto, al decir de muchos, aumenta la irritabilidad de la retina un millón de veces. Una luz débil que antes no había causado ninguna impresión en la retina del animal provocará ahora poderosas corrientes de acción retinal. El animal se vuelve mucho más vigilante que antes.

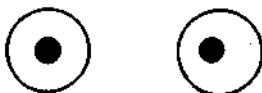
Este hecho es de una importancia esencial para usted, porque le proporciona la ventaja de cerrar los ojos y hacerlos descansar varias veces durante el día. Esto da a la retina la oportunidad de aumentar a la vez su sensibilidad y la fuerza de su electricidad nerviosa (las corrientes de acción retinal) cuando vuelve a abrir los ojos, permitiéndoles así ver mejor. Es preferible, evidentemente, acostarse sobre la espalda, si puede, durante unos pocos minutos cada vez y cubrir sus ojos con algo negro, como por ejemplo un calcetín limpio, de forma que la luz prácticamente no pueda llegar a ellos (pero sí el aire) y así su retina puede recargarse de electricidad nerviosa en un mínimo de tiempo. Esto descansará también su Gran Centro Visual, ya que su corteza es una de las más finas del cerebro. Llevar gafas ahumadas en el exterior los días de sol, así como en el interior contra las luces demasiado fuertes, hará casi lo mismo para sus ojos.

### EJERCICIO PARA PONER SU GRAN CENTRO VISUAL BAJO EL CONTROL DEL PODER SIQUICO

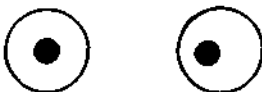
Mantenga los dibujos indicados a continuación, aproximadamente a doce centímetros de sus ojos. Coloque una separación de cartón entre sus ojos, apoyándola contra la frente y la nariz y mire los dibujos de la izquierda siguiendo las instrucciones de la derecha.



1. Mire los dos círculos interiores hasta que se fundan en uno solo.



2. Mire los dos círculos interiores hasta que se fundan en uno solo, pero que se fusionen en el centro del círculo exterior.



3. Mire los dos círculos interiores hasta que se fundan en uno solo, pero haga que se fusionen en la base del lado derecho del círculo exterior. Hágalo con una simple orden del poder síquico «forzando» sus ojos a hacerlo.



4 y 5. Repita los números 2 y 3 con estos dos dibujos.

6 y 7. Repita los números 4 y 5 pero utilice solamente los dibujos de la izquierda. Tape los de la derecha. Ahora, trate de separar los dibujos para llegar a «ver» a la vez los dibujos de la izquierda y los de la derecha por medio de potentes órdenes del poder síquico. Mire el dibujo del extremo izquierdo de la cuarta fila cubriendo el dibujo de al lado y «fuerce» su Gran Centro Visual a ver los dos dibujos como si ambos estuviesen descubiertos. Haga lo mismo con el número 5. Esto es VERDADERAMENTE poner su Gran Centro Visual bajo el control del poder síquico.

**Cómo****Poner el Centro del Oído Primario  
bajo el Control del Poder Síquico****LO QUE SU CENTRO DEL OIDO PRIMARIO  
(SU CUERPO ARTICULADO MEDIO  
PUEDE HACER POR USTED**

El Centro del Oído Primario es la octava parte importantes del Consciente Primario. Consiste en su cuerpo articulado medio, uno sobre cada mitad del cerebro. Al igual que su cuerpo articulado externo, comprende una porción de la parte más grande y más nueva del tálamo.

La principal función del Centro del Oído Primario es la diferenciación especial. La diferenciación espacial es la facultad de percibir las diferencias y las distinciones en el espacio según las frecuencias del sonido. El murciélago, como ha sido ya explicado anteriormente, está fantásticamente dotado en este aspecto. Su propio oído es muy sensible a los sonidos que varían entre 2.000 y 5.000 c.p.s. (ciclos por segundos), es decir hasta los dos octavos más altos del piano. Su máxima sensibilidad para los tonos es 2.7000 c.p.s., pero el murciélago puede oír frecuencias de 98.000 c.p.s. Por medio de los gritos supersónicos que emite, y de su detección del eco de estos sonidos sobre los objetos que se encuentren en su camino durante el vuelo, el murciélago es guiado y es capaz de evitar las colisiones. Posee una estación radar natural. Si usted deseara oír tan fantásticas frecuencias, debería desarrollar su Centro del Oído Primario como el maestro síquico. El lo ha conseguido desarrollando la electricidad de su Caracol.

**LA ELECTRICIDAD DEL CARACOL — LA OTRA ELECTRICIDAD  
MISTERIOSA DEL OIDO**

Su caracol es una estructura tubular, en forma de espiral, situada en el oído interno. Contiene las microscópicas «células ciliadas» así como otras estructuras del caracol. Cuando un sonido alcanza las «células ciliadas» las hace vibrar. Como consecuencia, su energía se transforma en electricidad nerviosa en las extremidades de los nervios que rodean las células ciliadas.

La electricidad nerviosa atraviesa dos Puntos de Unión de los Nervios en su camino hacia el Centro de Reflejos del oído, otro para ir al Centro del Oído Primario y otro más para llegar al Gran Centro Auditivo.

Los fisiólogos, sin embargo, han descubierto, para su sorpresa, que se produce otra corriente inexplicable a lo largo del nervio auditivo, **independiente** de la corriente de la electricidad nerviosa. He aquí cómo fue descubierta. Haciendo pruebas sobre un animal descerebrado (un animal al cual se le había quitado el cerebro, salvo el cerebelo y las proyecciones inferiores del lóbulo temporal) descubrieron que, para su sorpresa, las palabras y otros sonidos eran fielmente reproducidos cuando los electrodos se colocaban sobre el nervio auditivo y se conectaban a un receptor de teléfono con altavoz. No solamente eso, sino que además los fisiólogos encontraron también **dos componentes claramente distintos** en la electricidad nerviosa del nervio auditivo, que se revelaron ser:

1. La verdadera electricidad nerviosa auditiva que provenía, como estaba previsto, de la energía del sonido que alcanzaba las células ciliadas del caracol, transformada, en las extremidades del nervio auditivo que las rodea, en electricidad nerviosa. Pero el segundo componente era el que les desconcertaba...

2. Consistía en una nueva electricidad insospechada que era engendrada por las mismas ondas de sonido sobre otras estructuras **no-nerviosas** en el interior del Caracol. Los fisiólogos confundidos la llamaron Electricidad del Caracol.

El misterio había aumentado porque no se podía encontrar aparentemente **ninguna función** para la electricidad del Caracol. Los fisiólogos la aceptan, por tanto, como un suceso accidental de la función auditiva. Actuando así, sin embargo, cierran los ojos al hecho de que en la Naturaleza **NADA** sucede accidentalmente. Siempre hay una explicación física, química, fisiológica, psicológica, cronológica o sobrenatural. En realidad, la explicación es habitualmente una combinación de varias explicaciones. Además, puede perderse el oído si se suprime la electricidad del Caracol. La electricidad del Caracol, seguramente contribuye por tanto, de una forma importante, al funcionamiento del oído.

## EL MISTERIOSO PODER DE LA ELECTRICIDAD DEL CARACOL

Todavía no se ha encontrado ninguna función para la mayor parte de lóbulos (es decir los labios inferiores del cerebro). La mayor parte de la corteza del lóbulo no forma parte del consciente ni del subconsciente. Debe formar parte de otro espíritu totalmente distinto y este misterioso espíritu debe ser un poder síquico, porque no puede ser más que alguna cosa que el hombre conozca.

Además, hay muchas pruebas de esta conjetura. La Electricidad del Caracol difiere en numerosos puntos concluyentes de la verdadera electricidad nerviosa, a excepción de que ejerce su influencia sobre el cuerpo desde los lados del cerebro en vez de hacerlo desde el Centro del Poder Síquico situado en la frente y en la región de las sienas. Debe ser por esto que el Gran Centro Auditivo tiene un centro del poder síquico particular.

## LAS DIEZ DIFERENCIAS CONVINCENTES QUE EXISTEN ENTRE LA ELECTRICIDAD DEL CARACOL Y LA VERDADERA ELECTRICIDAD NERVIOSA AUDITIVA

**1. diferencia.** Durante una anestesia general (ya sea sueño, sueño hipnótico o trances síquicos) su verdadera electricidad nerviosa auditiva queda abolida. Pero no sucede así con la Electricidad del Caracol, porque no es electricidad del consciente. La Electricidad del Caracol es, por tanto, la única electricidad auditiva presente en usted cuando no está consciente.

**2. diferencia.** Cuando se enfría el caracol, disminuye la electricidad nerviosa

**2. diferencia.** Cuando se enfría el caracol, disminuye la electricidad nerviosa auditiva, pero la Electricidad del Caracol no disminuye. Por tanto, debe desarrollarse independientemente de su verdadera electricidad nerviosa auditiva.

**3. diferencia.** Si se suprime el suministro de sangre al caracol, la verdadera electricidad nerviosa auditiva y la Electricidad del Caracol quedan abolidas al mismo tiempo. Esto indica que la Electricidad del Caracol está también controlada por el cerebro, porque el tejido del cerebro deja de funcionar cuando se le suprime la alimentación de oxígeno.

**4. diferencia.** Inmediatamente después de la muerte, la verdadera electricidad nerviosa auditiva desaparece con **mucha mayor rapidez** que la Electricidad del Caracol. Evidentemente, la Electricidad del Caracol no está bajo el control del consciente o del subconsciente, pues de otro modo desaparecería inmediatamente después de la muerte. Sólo una cosa «fuera» del consciente y del subconsciente puede existir después de la muerte —una cosa como su Consciente Primario.

**5. diferencia.** La Electricidad del Caracol se produce mucho más pronto que su verdadera electricidad nerviosa auditiva, cuando las ondas del sonido alcanzan el caracol. Para expresarlo en términos científicos, tiene un período latente mucho más corto. Esto indica que el productor de la Electricidad del Caracol está siempre más dispuesto a crearla porque su aptitud para hacerlo no desaparece incluso cuando se está bajo anestesia general o en trance. Y su productor debe ser el subconsciente o el Consciente Primario, porque ambos son los únicos espíritus que no duermen nunca.

**6. diferencia.** La verdadera electricidad nerviosa auditiva puede ser registrada en usted únicamente en su nervio auditivo o en cualquier punto del trayecto auditivo tal como el Centro de los Reflejos del Oído, el Centro Primario del Oído y el Gran Centro Auditivo. Pero la electricidad del Caracol puede ser registrada en cualquier punto del oído interno o incluso en cualquier punto del cráneo, a condición de que la amplificación sea adecuada. Esto se debe a que el poder que emana del lóbulo temporal no está confinado únicamente en el nervio auditivo. Puede también formar parte de las estructuras del Consciente Primario y es por tanto transmitida a través de todo el cerebro y puede ser registrada en cualquier parte del cráneo.

**7. diferencia.** La Electricidad del Caracol tiene mucha mayor tendencia a propagarse a través de los tejidos del cuerpo que la verdadera electricidad nerviosa auditiva.

**8.ª diferencia.** La verdadera electricidad nerviosa auditiva se sincroniza con las ondas del sonido hasta un máximo de 3.000 c.p.s. La Electricidad del Caracol, sin embargo, se sincroniza con las ondas del sonido hasta 20.000 c.p.s. Con los instrumentos de registro más perfeccionados, los fisiólogos esperan sincronizarla con las ondas del sonido hasta 30.000 c.p.s. Este hecho prueba una vez más que la Electricidad del Caracol está bajo cierto poder mental considerablemente más fuerte que el consciente.

**9.ª diferencia.** La verdadera electricidad nerviosa auditiva puede ser producida por adición. Es decir, que se produce incluso si las ondas del sonido que alcanzan el caracol son en principio demasiado débiles, pero se repiten un cierto número de veces. Este no es, sin embargo, el caso de la Electricidad del Caracol. Esta se produce ÚNICAMENTE cuando la onda de sonido inicial que alcanza el caracol es lo suficientemente fuerte para producirla enseguida. De otro modo haría falta una potente orden de poder síquico para producirla.

**10.ª diferencia.** Finalmente la Electricidad del Caracol consiste en corrientes piezoeléctricas, tales como las engendradas al ejercer una presión sobre un cristal de cuarzo. Pero no sucede así con la electricidad nerviosa. Las corrientes piezoeléctricas son extraordinariamente intensas y, sin duda, por este motivo muchos histéricos son extremadamente sensibles a todos los sonidos. De hecho, los ruidos les molestan hasta el extremo de hacerles daño. Su oído puede volver tan fino que puede distinguir sonidos murmurados a través de varias puertas cerradas. Ciertas experiencias han demostrado que su percepción del sonido puede aumentar hasta dieciséis veces más que la de una persona normal. Y a pesar de todo, han fracasado todos los esfuerzos hechos para entrenar científicamente el oído de personas para alcanzar semejante agudeza. ¿Y esto por qué? Porque los histéricos NO aumentan fantásticamente su agudeza auditiva con el consciente o el subconsciente, sino gracias a la Electricidad del Caracol multiplicada por las órdenes del poder síquico de su espíritu aterrorizado. Ya que la Electricidad del Caracol consiste en corrientes piezoeléctricas, ésta es astronómicamente más penetrante que cualquier otra clase de electricidad. Gracias a ella el maestro síquico desarrolla y adquiere una agudeza increíble.

### LAS SORPRENDENTES VENTAJAS QUE PUEDE CONSEGUIR PONIENDO SU ELECTRICIDAD DEL CARACOL BAJO EL CONTROL DEL PODER SÍQUICO

Aunque no ponga más que un uno por ciento (1%) de su Electricidad del Caracol bajo el control del poder síquico, cosechará increíbles ventajas en su vida cotidiana. He aquí algunos resultados de hiperagudeza que adquirirá:

1. Su oído será notablemente más fino. Dado que solamente en los Estados Unidos un 50 % de personas sufren el hándicap de cierta sordera, todo lo que pueda mejorar el oído de las personas por medios naturales es más que válido.

2. Esto aumentará su éxito social más allá de los límites habituales, porque cuando su oído sea más fino dará más variedad a sus inflexiones silábicas y su elocución será por tanto más relevante y más eficaz. Su popularidad aumentará



porque sus bromas serán más graciosas, sus palabras sentimentales más acariciantes, modales más suaves y atractivo, su tono más personal y más íntimo.

3. Esto aumentará notablemente su aptitud para apreciar la música, el canto y las conversaciones agradables.

4. Oirá conversaciones mucho más distantes sin forzar los oídos y aprenderá mucho más sobre la humanidad, sin esfuerzo. No «perderá detalle». Oirá también más fácilmente a los que hablan bajo. Las personas tímidas, apagadas y temerosas hablan bajo generalmente, y son difíciles de entender. Si puede entenderlas cuando otros no pueden, hará amigos ayudándoles o aconsejándoles, mientras los demás no podrán.

5. En la mayor parte de las ocupaciones, un oído fino es una baza inestimable (y en muchas, indispensable). Es también un economizador de energía. La enfermera o el médico deben escuchar el pulso y la tensión del enfermo; el orador debe ser capaz de oír los menores ruidos de desacuerdo entre sus auditores; el actor los mínimos ruidos de apreciación entre los espectadores; el verdedor, la mínima vacilación en el sonido de la voz de su cliente.

6. Ya que es posible registrar la Electricidad del Caracol en cualquier parte de cráneo, esto podría ayudar a los que están afectados de sordera de transmisión ósea. Sería de poco interés en el caso de sordera nerviosa, ya que todos los sonidos para ser oídos deben llegar al Centro de los Reflejos del Oído, el Centro del Oído Primario y el Gran Centro Auditivo a través del nervio auditivo.

7. Cuando el peligro amenaza, por ejemplo, cuando está fuera por la noche, cuando un ladrón se ha metido en su casa, está como soldado en una región boscosa, o como centinela o vigilante nocturno, la hiperagudeza de oído puede salvarle la vida a usted y a los demás.

### LAS TRES ETAPAS PARA ADQUIRIR LA HIPERAGUDEZA

Para adquirir la hiperagudeza usted debe:

1. Aumentar la capacidad auditiva de su Centro del Oído Primario. Esta varía entre 500 y 8.000 c.p.s. y usted debería tratar de aumentarla hasta 20.000 o más o al menos hasta la frecuencia de sincronización de la Electricidad del Caracol. Ninguna otra cosa aumentaría su agudeza auditiva cuatro veces.

2. Aumentar la Electricidad del Caracol escuchando los sonidos con mayor interés, de forma que:

3. Sean estimuladas más células ciliadas de su caracol a ambos lados de éste o de aquellas que están a la escucha del sonido.

Puede efectuar estas tres etapas gracias al control del poder síquico auditivo de su Electricidad del Caracol, como aprenderá en el siguiente apartado. Haciendo esto intensificará también automáticamente las funciones del Centro del Oído Primario y adquirirá «cuatro» oídos en vez de dos.

**COMO DESARROLLAR Y PONER LA ELECTRICIDAD DEL CARACOL BAJO  
EL CONTROL DEL PODER SIQUICO AUDITIVO E INTENSIFICAR  
AUTOMATICAMENTE LAS FUNCIONES DEL CENTRO  
DEL OIDO PRIMARIO**

1. Ya que la Electricidad del Caracol se manifiesta aun cuando usted está bajo anestesia general, dormido o en trances hipnóticos, significa que puede ser mejor controlada, con un ejercicio auditivo por medio de los nervios parasimpáticos. Los nervios parasimpáticos mantienen el control mientras duerme.

2. Ya que la Electricidad del Caracol se produce **mucho más pronto** que la verdadera electricidad nerviosa auditiva una vez que las ondas del sonido han alcanzado el oído, puede ser muy bien controlada por un ejercicio, si el ejercicio es lo suficientemente corto como para que no pueda producirse ninguna cantidad importante de verdadera electricidad nerviosa auditiva para ayudarla.

3. Ya que la Electricidad del Caracol puede ser registrada en cualquier parte del cráneo, a condición que la amplificación sea adecuada, será más ventajoso que haga el ejercicio con un algodón en los oídos.

4. Ya que la Electricidad del Caracol puede ser sincronizada con las ondas del sonido hasta 30.000 c.p.s., aunque el Centro del Oído Primario tenga una capacidad auditiva de solamente 8.000 c.p.s., es preferible ejercitar el oído con sonidos que apenas pueda discernir cuando no tenga el algodón en los oídos. Su Electricidad del Caracol no puede entonces contar con ninguna ayuda de su Centro del Oído Primario, por pequeña que sea.

5. Ya que la Electricidad del Caracol no se mejora por la adición, pero sí lo hace la verdadera electricidad nerviosa auditiva, **NO HAGA** los ejercicios demasiado seguidos, ya que esto produciría electricidad nerviosa auditiva que ayudaría involuntariamente a la Electricidad del Caracol.

**RESUMEN.** Siga exactamente las cinco reglas indicadas a continuación cuando haga los ejercicios para desarrollar y poner la Electricidad del Caracol bajo el control del poder síquico.

**Regla 1.** Siéntese confortablemente y sólo, en su habitación, y utilice el Arco Síquico para estimular únicamente los nervios parasimpáticos.

**Regla 2.** No prolongue cada ejercicio más de dos segundos.

**Regla 3.** Tápanse los oídos con grandes tampones de algodón, un poco mayores que la abertura de los mismos.

**Regla 4.** Haga los ejercicios con sonidos que apenas pueda oír cuando no tenga algodones en los oídos.

**Regla 5.** Cuente aproximadamente siete segundos antes de repetir un ejercicio o de hacer otro.

## EJERCICIOS PARA DESARROLLAR LA ELECTRICIDAD DEL CARACOL Y PONERLA BAJO EL CONTROL DEL PODER SÍQUICO AUDITIVO

**Ejercicio 1.** Siéntese confortablemente en su habitación con un algodón en los oídos. Escuche algo que antes oyese débilmente como el tic-tac de un reloj, y fuerce sus oídos a oírlo **tan fuerte** como antes.

**Ejercicio 2.** Coloque el reloj más lejos y repita el ejercicio 1.

**Ejercicio 3.** Repita el ejercicio 1 colocando el reloj cada vez más lejos.

**Ejercicio 4.** Repita los ejercicios 1, 2 y 3 con otro objeto, por ejemplo el reloj de pulsera, el ruido de la circulación en la calle o cualquier cosa diferente para no habituarse al tic-tac del reloj.

**Importante.** En estos cuatro ejercicios no olvide aplicar las cinco reglas del apartado anterior.

**Ejercicio 5. Cómo poner la Electricidad del Caracol bajo el control del Poder Síquico Auditivo.** Repita el ejercicio 1. Después de realizarlo durante un segundo, lance una orden-proyectil del poder síquico desde los lados inferiores de la cabeza (el lóbulo temporal) hasta el nervio auditivo del oído, ordenándole escuchar más intensamente que antes. La cantidad de Electricidad del Caracol producida aumentará inmediatamente. Inmediatamente después, retenga la respiración, cierre los ojos y visualice el tic-tac del reloj martilleando a través de su cráneo hasta el nervio auditivo, aumentando también enormemente la cantidad de Electricidad del Caracol producida.

Exactamente un segundo más tarde, relájese completamente de forma que la verdadera electricidad nerviosa auditiva no sea suficientemente estimulada para ayudar a la Electricidad del Caracol.

**Ejercicio 6.** Espere diez segundos y después repita el ejercicio 2. Esta vez envíe una orden proyectil del poder síquico auditivo aún más fuerte a su nervio auditivo. Ahora tendrá más necesidad de oír bien que en el ejercicio 5.

**Ejercicio 7.** Espere diez segundos y después repita el ejercicio 3. Envíe esta vez una orden-proyectil del poder síquico auditivo tan fuerte que todo su cuerpo se ponga tenso. **PERO NO DEJE QUE SE TENSE.** Permanezca totalmente relajado por medio del Arco Síquico. La Electricidad del Caracol, como ya se ha explicado, se desarrolla más rápidamente cuando los nervios parasimpáticos tienen el control.

**Ejercicio 8.** Repita esto con el ejercicio 4.

Haga todos estos ejercicios y su oído mejorará de forma sorprendente.

**RESUMEN.** Al igual que sucedía con sus ojos, estos ejercicios mejorarán su oído de forma extraordinaria. Si su oído ya es normal o superior a lo normal, le descubrirán un nuevo universo. Tanto en los negocios como en las actividades de recreo un oído fino es habitualmente de la mayor importancia.



**Cómo****Utilizar el Consciente Curativo para  
poner a los demás bajo el Control  
del Poder Síquico****EL NOTABLE EMPLEO, PRACTICO Y COTIDIANO  
DEL CONSCIENTE CURATIVO**

Tranquilizar a las personas es probablemente el medio más eficaz para ponerlas fácilmente bajo su control del poder síquico.

«¿Cómo se encuentra hoy?» «¿Cómo está?» «¡Qué buen aspecto tiene!» «¿Cómo está su esposa (o marido, o hijo)?» «Parece cansado hoy.» «¿No se encuentra bien?» Estas formas cotidianas de saludarse y muchas otras más, prácticamente en todas las lenguas, atestiguan plenamente el hecho de que las personas han demostrado siempre interés por la salud de los demás, o sabían que los demás se sentirían halagados si se les testimoniaba el interés por su salud.

¿Por qué es esto así? Por la simple razón de que todo el mundo está enfermo en un momento u otro. Si una persona no está lo suficientemente enferma para estar en la cama en el momento en que se la encuentra, es posible que no se sienta bien. La mayor parte de las personas sufren crónicamente de dolores de cabeza, de trastornos de estómago, de problemas de hígado, de trastornos cardíacos, de sinusitis, de melancolía, de depresiones menstruales, de mal de amores, de problemas financieros y de muchos otros males que no las tienen confinadas en la cama. Se sienten «pachúchas», por emplear una expresión vulgar. Su aptitud para ayudarlas a sentirse mejor cuando se las encuentra o cuando las deja, es un poder secreto verdaderamente reconfortante. Usted podría, si lo desease, perfeccionar esta aptitud hasta adquirir la de un maestro síquico. Sin embargo, todo el mundo no está suficientemente dotado para llegar a ser un maestro síquico. Incluso entre los Apóstoles, una vez que habían abrazado la fe, algunos estaban dotados para realizar cierto tipo de milagros y otros para realizar otros distintos. Algunos de ellos estaban dotados para la curación síquica y otros no.

Todo el mundo, sin embargo, posee algunas aptitudes en este sentido. Posee al menos todo lo que necesita para desarrollarlas para el control del poder síquico sobre los demás en la vida cotidiana. Es el Consciente Curativo.

## LOS CUATRO PUNTOS DEL CONSCIENTE CURATIVO

Si su perro, su hijo o un ser amado está herido o enfermo, usted tiene la impresión de que podría remediar su dolor o su enfermedad. Cuando usted estaba enfermo siendo niño, deseaba que su mamá viniese y le friccionase. Ella quizá no tenía ningún talento para curar a otras personas, pero lo tenía para usted. Instintivamente, empleaba con usted el Consciente Curativo. Ella acariciaba tiernamente sus heridas, las hablaba y las ordenaba curarse. Usted, en compensación, tenía una confianza absoluta en su poder para curarle. Sin estas condiciones la curación síquica es imposible. Si un extraño cualquiera hubiese pasado por allí y hubiese friccionado sus heridas —particularmente alguien que usted hubiese temido, despreciado o en quien no tuviese confianza—, no le hubiera curado o usted no se hubiese sentido curado tan rápidamente. En efecto, si su mamá hubiese estado demasiado impaciente para ocuparse de usted y hubiese friccionado su herida de cualquier modo, refunfuñando y riñéndole, usted se hubiese sentido peor. No hubiera tenido confianza en su poder para curarle. La otra persona y usted deben alcanzar a un tiempo cierto grado de armonía en sus relaciones antes de que el Consciente Curativo pueda actuar. Después, ha de subir aún cuatro peldaños, lo que supone un total de cinco peldaños fáciles, y tendrá a la otra persona firmemente bajo el control del poder síquico.

Los cuatro peldaños fáciles para conseguir el Consciente Curativo son:

**Punto 1.** Establecer primero las relaciones con la otra persona.

**Punto 2.** Proyectarle rayos infrarrojos por medio de las Antenas Cerebrales.

**Punto 3.** Transmitirle el excedente de electrones de su cuerpo por medio de las manos.

**Punto 4.** Ponerle en ambiente con formas visualizadas de órganos en buena salud proyectados por medio de las Antenas Cerebrales.

Estos cuatro puntos serán explicados ahora y le enseñaremos cómo utilizarlos.

**Punto 1.** El Tratamiento del Torso es el medio más fácil para establecer relaciones con la otra persona con vistas a este tratamiento por medio del Consciente Curativo. La mayor parte de sus males, comprendidos los dolores de cabeza, tienen su origen en uno de los órganos del torso, tales como el estómago, el corazón, los pulmones, el hígado, los intestinos, el colon, el recto, los riñones, la vesícula o el útero. Si encuentra a la persona que desea curar, proyéctela inmediatamente el Tratamiento del Torso antes incluso de decir una palabra. Si la encuentra demasiado repentinamente, proyécteselo inmediatamente después de saludarla.

**Ejercicio.** Cómo establecer rápidamente relaciones mutuas entre usted y otra persona. Supongamos que se encuentra con una persona a la que desea curar, en la calle, en la oficina, en una reunión social, en su casa, en un club, en el campo del golf o en cualquier otra parte. Inmediatamente visualice su torso, desde la cabeza hasta las piernas, como segregando en su interior una profusión de acetilcolina en todos los Puntos de Unión de los Nervios. O bien puede simplemente visualizar su torso y al mismo tiempo pensar intensamente en un buen bistec o en otra cosa que le guste mucho. Mantenga esta visión claramente durante dos segundos.

Esta imagen mental será transmitida telepáticamente de inmediato a la otra persona. Esta imagen será la de un torso **sin dolor** porque la acetilcolina es segregada por los nervios parasimpáticos que son los nervios del placer, no los de los del dolor.

El consciente de la otra persona, por tanto, olvidará todas las sensaciones de dolor que recibe del Centro de Registro de las Sensaciones que tienen origen en su torso o que han sido provocadas por él, por reflejo, como por ejemplo un dolor de cabeza estomacal. Entonces, se sentirá mejor inmediatamente y subconscientemente le asociará a esta sensación. Estará impaciente por volver a encontrarse con usted o de estar en contacto con usted de nuevo. Usted ha creado relaciones mutuas entre ambos... y rápidamente.

**PUNTO 2.** La próxima vez comience a conversar con él. Si ya se siente bien no podrá influenciarle con el Tratamiento del Torso. El Consciente Curativo es más eficaz en una persona que no se siente bien. Si alguien se siente enfermo y le revela su aflicción real o imaginaria, envíele por medio de las Antenas Cerebrales una ráfaga de rayos infrarrojos ayudada por una extraordinaria fuerza de fotones.

**PUNTO 3.** Si la persona que desea curar está en la cama y usted va a visitarla, llénela de electrones para alejar la enfermedad, haciéndola una aplicación de manos con **toques ligeros**. No mire sus manos como si no fuesen más que puños hechos para golpear o tentáculos para agarrar. Véalas como si estuviesen hechas para acariciar simpáticos animales.

**Ejercicio 1. Cómo fascinar a su animal favorito con el Toque Ligero.** Practique el toque ligero primero con su animal favorito, llamémosle Prissy. Si el toque es brutal Prissy tratará de evitarlo y usted deberá suavizarlo antes de que deje de tolerarlo. Si es suficientemente suave, Prissy presionará su cuerpo contra él y le molestará para conseguir más. Si le acaricia ligeramente de forma continua caerá en un trance semi-hipnótico. Si fuese un gato entornaría los ojos y ronronearía; el perro movería la cola y le lamería las manos.

**Nota:** Comprobará que Prissy prefiere ser acariciado sobre la espalda, el cuello, la parte posterior del cuello y el vientre.

Cuando toque al enfermo, utilice exclusivamente la parte blanda de los dedos, pues ésta transmitirá más fácilmente el sobrante de electrones de su cuerpo, el calor radiante y las radiaciones infrarrojos. **NO UTILICE** las extremidades de los dedos ni las palmas de las manos. Haga como si le tomase el pulso ya que esto le permitirá tocarle solamente con las partes blandas de los dedos y transmitirle las fuerzas de su Consciente Curativo. Ya que la corriente eléctrica circula del negativo hacia el positivo, los electrones circularán desde **USTED**, en buena salud (que está cargado negativamente), hacia el enfermo (que está cargado positivamente). Cuanto más enfermo esté, más se cargará positivamente y más electrones absorberá de usted.

**PUNTO 4.** Si el enfermo no está en cama, usted tendrá pocas oportunidades de practicar el **toque ligero** con él. También, cuando le haya confiado lo que le aflige, ponga inmediatamente en práctica sobre él el **Organo Sano Visualizado**. (Aplíquelo también cuando esté en cama y usted practique el **toque ligero**). El **Organo Sano Visualizado** ejerce un efecto específico sobre él y es un complemento poderoso al Tratamiento del Torso. Con él tantea el órgano exacto del que se queja y coloca

síquicamente «en él» un órgano en buena salud en el lugar del otro. Este es un punto muy eficaz en el Consciente Curativo y tendrá un efecto milagroso en la persona que desea curar. Es la forma más rápida de apartar su morbosa atención del órgano que le obsesiona para que no piense más que en usted y sienta que no puede pasar sin su compañía cuando se hayan separado. Por tanto estudie bien este punto y aprenda a crear el Órgano Sano Visualizado.

## COMO CREAR EL ORGANNO SANO VISUALIZADO

Usted ha visto la mayor parte de los órganos del cuerpo de un animal en el mercado o en la carnicería. Como mínimo ha visto el hígado, el estómago, el corazón, el riñón y quizá los pulmones. Los intestinos, el colon y el recto son prolongaciones del estómago ya que todos ellos constituyen el tubo digestivo. Tienen una forma más tubular que el estómago y están cuidadosamente plegados en la cavidad abdominal. Ahora ya tiene una idea general de la forma en que están colocados los órganos viscerales en el interior del torso. Los pulmones están en el pecho; el corazón en la parte baja del pecho y ligeramente a la izquierda de la línea media; el hígado está en el lado derecho sobre los costados inferiores; el estómago está exactamente debajo de la punta inferior del esternón; los intestinos están entre el estómago y el ombligo; el colon es como una U invertida en el vientre; y el recto está en el surco posterior.

Las enfermedades orgánicas comunes, especialmente la variedad cotidiana que las personas no se sientan bien, tienen su origen la mayor parte de las veces en uno o varios órganos viscerales. Por tanto, son estos los que es importante aprender a visualizar como órganos sanos.

**Ejercicio 1.** Mire fijamente en el espacio y visualice cada uno de los órganos mencionados anteriormente, uno por uno. (Si necesita refrescar su memoria vaya al mercado o a la carnicería y observe de nuevo estos órganos. No los estudie en los libros. A menos que sea un estudiante profesional las ilustraciones de los libros pondrían a sus ideas en desorden.

**Ejercicio 2.** Mire fijamente su imagen en el espejo clavando sus ojos en la parte de su cuerpo donde cada órgano visceral está situado poco más o menos. Visualice cada uno de ellos en su lugar y reposando en buen estado de salud.

NOTA. Pero no olvide invertir los lados de su cuerpo cuando mire fijamente su imagen en el espejo, de la misma forma que miraría a otra persona cuando se la encontrase en la calle o cuando la visitase si estuviese inmovilizada en la cama. Su lado derecho, como el de la imagen se encuentra a su izquierda y el izquierdo a su derecha. Los órganos del lado derecho del cuerpo deberán ser visualizados en el lado del cuerpo que está situado a su izquierda y viceversa.

Evidentemente, si se vuelve de espalda, los costados de ambos coincidirán.

**Ejercicio 3.** Ahora visualice cada órgano visceral en funcionamiento. Visualice el corazón recibiendo sangre por una abertura en la parte inferior y vertiéndola por otra. Visualice el hígado produciendo glóbulos rojos para enriquecer la sangre y vertiéndoles en ella. Visualice su estómago lleno parcialmente de alimento, engulléndolo con sus jugos digestivos y amasándolo rítmicamente. Visualice los pul-



mones llenándose de aire y enviando el oxígeno a la sangre. Visualice los riñones filtrando la sangre que transporta los residuos y después «clarificada» por el agua que bebe. Visualice la vejiga que contiene una orina clara y límpida, ligeramente alcalina. Visualice el recto como un tubo flexible en el cual los desechos sólidos son empujados fácilmente al exterior.

**Ejercicio 4.** Cierre los ojos y ábralos. Esta vez vea su imagen en el espejo como si fuese la del enfermo que desea curar. Visualice ahora un hígado rojo en buena salud flotando en el aire. Gracias a una orden-proyector de poder síquico implántelo en su costado derecho (que está a la izquierda de su imagen) para que reemplace instantáneamente el suyo enfermo.

**Ejercicio 5.** Haga lo mismo con los demás órganos viscerales. Practique de forma que pueda visualizar cualquier órgano instantáneamente y que pueda implantarlo inmediatamente en el lugar correcto. Esto es el Órgano Sano Visualizado.

En esto consiste el Consciente Curativo. Comience a aplicar los cuatro puntos sobre los demás tan pronto como le sea posible. Los encontrará extraordinariamente eficaces.



**Cómo****Realizar lo que parece imposible  
gracias a la Electricidad Corporal  
y a las Antenas Cerebrales****LA LAMPARA HUMANA**

Es bien sabido que los maestros síquicos pueden iluminar la oscuridad creando por sí mismos una luz que no hace sombras. Algunas bacterias no emiten solamente calor sino también rayos luminosos visibles. En 1923, Gurwitsch descubrió que las divisiones de la célula eran estimuladas cuando, al crecer, el tejido de la planta era expuesto a la punta de la raíz de una cebolla. Con los medios apropiados, demostró que unas radiaciones, que llamó «rayos mitógenos» eran emitidas de la punta de la raíz de una cebolla y estos rayos estimulaban la mitosis (división y multiplicación) en las células. No es completamente inconcebible que el poder de crear luz esté dormido en todas las materias, vivas o muertas. La luz es creada por el calor; y todos los cuerpos, vivos o muertos, pueden crear calor por medio de sus procesos vivos o gracias a los restos atómicos que hay en ellos.

Se ha demostrado frecuentemente que los músculos y los nervios reaccionan eléctricamente; en realidad, que todo cuerpo reacciona eléctricamente a su medio ambiente exterior. También, que produce a la vez calor radiante y una radiación infrarroja. ¿Qué habría más natural para el maestro síquico que desarrollar este calor 109 veces más de lo normal, sin tener en cuenta siquiera las multiplicaciones eventuales que puede aportar en los Puntos de Unión de los Nervios y crear una Lámpara Humana?

**COMO CREAR UNA LAMPARA HUMANA**

Los órganos eléctricos de los peces tales como la anguila y el torpedo pueden provocar una descarga eléctrica que, en algunas especies grandes, es de 400 a 800 voltios. Su órgano eléctrico está formado de estructuras en forma de placas colocadas en series o columnas que según se cree provienen de la evolución embriológica de las placas extremas de un músculo esquelético. Un extremo de cada placa está innervado y adquiere una carga negativa (—) cuando el animal provoca una descarga

eléctrica. El otro extremo adquiere una carga positiva (+). Altas concentraciones de colinesterasa (la enzima que disuelve la acetilcolina cuando se produce en el Punto de Unión de los Nervios) se producen en estos órganos eléctricos. En algunos casos se forman varios kilos en una hora, es decir aproximadamente tres o cuatro veces el peso del órgano eléctrico. La acetilcolina, está por tanto íntimamente asociada a las descargas eléctricas de los órganos eléctricos. En algunas especies la acetilcolina acompaña incluso a la conducción de electricidad nerviosa a lo largo de los nervios ya que es segregada en ellos, no solamente en los Puntos de Unión, sino en toda la longitud del nervio. Por tanto, la producción de acetilcolina es absolutamente necesaria para que los nervios y los órganos eléctricos de estas especies produzcan electricidad.

¿Cómo puede usted entonces crear una lámpara humana? Evidentemente, liberando acetilcolina no solamente en los Puntos de Unión de los Nervios sino también a lo largo de todo el cuerpo nervioso. ¿Cómo puede realizar una cosa tan increíble? La respuesta más lógica es —con el Antídrome Síquico.

## EL MILAGRO DEL ANTIDROME SIQUICO

Cuando un mensaje dirigido al cerebro alcanza la extremidad de un segmento nervioso, no puede pasar el Punto de Unión de los Nervios y avanzar por el circuito nervioso a menos que las extremidades de los nervios segreguen acetilcolina. Y según la ley del Bell-Magendie, la electricidad nerviosa (o el mensaje) no puede circular más que en el sentido de la dirección del cerebro y NUNCA procedente del cerebro. SIN EMBARGO, remontándonos a 1876-1877, Stricker señalaba la existencia de los nervios antidrómicos. Dicho de otro modo, había descubierto que la electricidad nerviosa, especialmente en ciertos nervios portadores de mensajes, podía circular también en dirección opuesta, es decir, procedente del cerebro. Pero como su descubrimiento no estaba de acuerdo con la ley admitida de Bell-Magendie, fue ignorado. Sin embargo, mucho más tarde, Bayliss estudió de nuevo la cuestión y llegó a la conclusión de que Stricker tenía razón. La electricidad nerviosa en un segmento de nervio PUEDE circular en la dirección opuesta. Dicho de otro modo, en el momento en que alcanza el Punto de Unión de los Nervios puede cambiar su dirección y enviar el mensaje HACIA ATRAS, al punto de origen —o incluso devolver un mensaje totalmente distinto. Bayliss y Langley llamaron a estos nervios antidrómicos (es decir que circulan contra la corriente). En los miembros, estos nervios pasan principalmente a los vasos sanguíneos de la piel. Pocos, o ninguno, pasan a los vasos sanguíneos de los músculos. Los nervios antidrómicos son los que pueden crear la Lámpara Humana, porque la piel es la que lanza los rayos luminosos y la que se ilumina. Los músculos, aunque pudiesen, están demasiado ocultos en el cuerpo para lanzar una luz visible.

Bayliss y Langley descubrieron además que los mensajes antidrómicos pueden ser provocados por estímulos eléctricos, térmicos o mecánicos. El estímulo debe solamente ser suficientemente intenso o bien la condición del cuerpo debe tener necesidad de tal mensaje para ayudarlo.

Usted sabe ya que el histórico PUEDE hacer producir cualquier reacción fisiológica en su cuerpo, porque su orden del poder síquico, aunque sea utilizada negativamente, es un estímulo suficientemente potente. Lo mismo sucede con el Antídrome Síquico. Usted también puede hacer cambiar a un nervio la dirección de su

electricidad nerviosa y devolver los mensajes en dirección opuesta, a condición de enviar una orden del poder síquico suficientemente potente ordenándole hacerlo así. Este segmento de nervio **retendrá** por tanto en el Punto de Unión la acetilcolina que produce para permitir a su electricidad nerviosa pasar el Punto de Unión de los Nervios y la **reabsorberá**, lo que producirá como resultado la **devolución** del mensaje a su origen.

La resistencia que esta electricidad nerviosa antidrómica encuentra en el cuerpo de este segmento de nervio, resulta de la creación de una fabulosa cantidad de energía y de calor. Como consecuencia, su piel se libera de una cantidad anormal de calor radiante y de rayos infrarrojos. Es el **Antídrome Síquico**. Cuanto más calientes y cortos sean los rayos infrarrojos, más cortas y brillantes serán sus ondas en la oscuridad. Aumentando la energía y el calor producidos en el cuerpo nervioso ciento nueve veces más que los suyos, el maestro síquico crea la **Lámpara Humana**. (Es decir, sin contar siquiera las multiplicaciones en el Punto de Unión de los Nervios). El ejercicio siguiente desarrollará para usted un potente **Antídrome Síquico**.

**Ejercicio. Cómo desarrollar el Antídrome Síquico y crear una Lámpara Humana.** Siéntese confortablemente en su habitación y sumerja una mano en un recipiente de agua muy fría. Un mensaje se precipitará inmediatamente sobre sus nervios portadores de mensajes **HACIA** el cerebro. Cuando llegue al Punto de Unión de los Nervios en su columna vertebral, lo saltará y partirá hacia el Centro de Registro de las Sensaciones. Los nervios de la mano, y del brazo hasta el Centro de Registro de las Sensaciones, habrán producido a lo largo de este recorrido una carga negativa (—) de electricidad nerviosa.

Pero **NO DEJE** que su Centro de Registro de las Sensaciones envíe este mensaje al consciente porque éste, o bien retendría a su Centro de Registro de las Sensaciones y le ordenaría aceptar las sensaciones de frío procedentes de la mano como si estuviese menos fría, o bien enviaría una orden a los músculos del brazo para que retirasen la mano inmediatamente del agua fría tan desagradable.

Para evitar que esto suceda, **en el mismo momento** en que coloque la mano en el agua fría, envíe una potente orden-proyectil a su Centro de Registro de las Sensaciones para que **convierta** la sensación de frío que recibe en la mano en una sensación de calor intenso. Si su orden-proyectil es suficientemente potente, se producirá un efecto antidrómico (circulando contra la corriente) para encontrar su mensaje en el Centro de Registro de las Sensaciones, detenerlo y enviar en su lugar al nervio una carga negativa (—) de electricidad nerviosa a lo largo del nervio portador de mensajes **de vuelta** hasta la piel de la mano, llevando la orden de sentir un calor intenso.

Practique este ejercicio y multiplique rápidamente la **fuerza de transmisión** de su orden-proyectil del poder síquico para detener y **cambiar** el mensaje hasta que su mano fría se sienta caliente. Esta forma de desarrollar el Antídrome Síquico es la de comenzar a crear una **Lámpara Humana**.

**RESUMEN.** Es inútil decir que usted no creará de un día para otro, o quizá jamás, una Lámpara Humana que alguien pueda discernir en la oscuridad, a menos que se entrene inflexiblemente como un maestro síquico. Pero este ejercicio desarrollará en usted la facultad de liberar a voluntad un atrayente calor corporal que, con increíble rapidez, atraerá hacia usted a las personas, tanto social y sentimentalmente como en los negocios

## EJERCICIO PARA UTILIZAR EL ANTIDROME SIQUICO PARA FINES NORMALES

**Ejercicio 1. Cómo reavivar el amor que se apaga de una esposa o de un marido, gracias al Antídrome Síquico.** Supongamos que su esposa o su marido según su sexo no parece tan ardiente como en el pasado. Esta misma noche, comience a ejercitar el Antídrome Síquico con él. Su mensaje de frialdad ya ha alcanzado su Centro de Registro de las Sensaciones y produce a lo largo de su trayecto desde las Antenas Cerebrales una carga negativa de electricidad nerviosa. Lance ahora una potente orden-proyectil del poder síquico a su Centro de Registro de las Sensaciones ordenándole convertir esta sensación de frialdad por su parte en otra de deseo ardiente. Su potente orden-proyectil del poder síquico provocará inmediatamente un efecto antidrómico (circulando contra la corriente) contra su mensaje de frialdad en su Centro de Registro de las Sensaciones, deteniéndolo y enviándolo a lo largo del nervio, pero esta vez con una orden-mensaje de deseo ardiente. Su continuo mensaje de «frialdad» se le opondrá, pero intensifique su orden-proyectil del poder síquico y rechace su mensaje con todos los nervios de su piel. Como la batalla será violenta, se acumulará tal cantidad de calor sobre la superficie de su piel que superará su resistencia cuando aumente su ventaja sobre ella.

**Ejercicio 2. Cómo vencer rápidamente las defensas de otra persona contra usted gracias al Antídrome Síquico.** Suponga que cierta persona actúa socialmente o en los negocios, o en ambos, de una forma que le resulta sospechosa. Puede incluso suceder que sea un nuevo cliente o un nuevo enfermo que no confía plenamente en usted. Usted parece sentir hasta sus huesos esa enervante vigilancia por su parte. Es hora de emplear el Antídrome Síquico sobre él. Envíe una potente orden-proyectil del poder síquico a su Centro de Registro de las Sensaciones ordenándole convertir esta sensación de «antagonismo» que despierta en usted en otra de calma y de sangre fría. Esto establece una «batalla» entre sus actitudes opuestas. Un intenso calor se producirá cuando su orden-proyectil del poder síquico transmita la suya a su piel y esto la subyugará.

## COMO PUEDE CONSERVARLE JOVEN SU CENTRO DE PODER SIQUICO

Los ejemplos verificados de seres humanos que viven hasta edades increíbles, (algunos hasta los trescientos o cuatrocientos años) se elevan a un número bastante importante. En muchos de ellos, poco después de haber pasado el siglo, el individuo veía volver a crecer sus cabellos en su color natural, su piel rejuvenecía, recobraba la actividad sexual y parecía cuarenta años más joven. Muchos de los que vivieron más de doscientos años tuvieron la fortuna de experimentar estos rejuvenecimientos dos o más veces.

Ya que estos rejuvenecimientos automáticos están bajo la influencia del Consciente Primario (porque probablemente no están bajo la influencia del consciente o del subconsciente pues de otro modo todo el mundo se los aplicaría) son sin duda provocados al alcanzar un Consciente Primario suficientemente fuerte. O quizá son provocados por la reacción síquica de las glándulas endocrinas al envejecer —la tiroidea, la pituitaria, la suprarrenal, la paratiroidea y las glándulas sexuales.

Semejante influencia estaría ciertamente acompañada de un rejuvenecimiento automático completo a condición de que los órganos del individuo y sus vasos sanguíneos estén aún normales —a menos que no rejuvenezcan igualmente.

La clave de la longevidad es no aceptar nunca la vejez como inevitable. Sienta y piense como si estuviese más sano que una manzana y como si fuese mucho más joven de lo que es. No se considere NUNCA más viejo de 28 a 35 años. Evidentemente debe comer y vivir bien para sentirse joven pero debe también continuar lanzando órdenes-proyectil del poder síquico a su Consciente Primario para recordarle que usted siempre es joven. Este le determinará a conservarle más joven de lo que usted es en realidad, exactamente como el histérico le determina a mantenerle mucho más enfermo de lo que en realidad está.

## COMO REPOSAR RELAJADO EN LA POSICION DEL HOMBRE MUERTO

Ayudará enormemente al rejuvenecimiento y a la longevidad si se prescribe reposar dos veces por día, media hora cada vez. Este reposo le relajará y le impedirá sentirse «agotado». De otro modo no se tendrá prácticamente en sus pies a la hora de ir a la cama. Reposando, relajado, varias veces por día, irá acostarse solamente con la mitad de fatiga y recuperará rápidamente los electrones que su cuerpo ha perdido durante la jornada al fatigarse. Los mejores momentos para estos períodos de reposo de media hora son las pausas en el trabajo o antes de comer y de cenar. Si el único momento disponible es antes de la cena, aprovéchelo. Es mejor reposar una vez al día que no reposar ninguna.

**Ejercicio para practicar la posición del hombre muerto.** Quítese los zapatos y échese extendido sobre la espalda con las piernas separadas. Relaje los pies y déjelos inclinarse espontáneamente hacia el exterior... Relaje cómodamente los brazos a lo largo del cuerpo. Cierre los ojos y cúbralos con un paño suave o con un calcetín negro para evitar totalmente la luz. Esto reposa los ojos y les permite relajarse mejor. Los ojos irritados son una de las principales causas de tensión y provocan una pérdida anormal de electrones del cuerpo en el aire.

Ahora, relaje a fondo cada músculo de su cuerpo. Deje reposar todo el peso de su cuerpo sobre la cama o el suelo. Echarse sobre la arena es excelente porque se adapta agradablemente a las curvas del cuerpo. Después del arena es ideal extenderse sobre un colchón de goma espuma colocado en el suelo o extenderse sobre la cama colocando un tablero de madera entre el colchón y el somier. Deje los talones colgar sueltos fuera del colchón. Si el colchón le resulta demasiado duro para la cabeza, añada una almohada de goma espuma de cinco centímetros. Repose completamente inmóvil. Esta posición de Hombre Muerto quita la tensión de los músculos, reposa los nervios y recarga su cuerpo de electrones rápidamente. En otros términos, el reposo de los músculos precede al reposo del espíritu.

## LA POSICION «CABEZA ABAJO» Y SUS GRANDES VENTAJAS

Si usted puede sostenerse sobre las manos con los pies apoyados contra la pared varias veces por día, cuando tiene el estómago vacío, hará llegar más sangre

al cerebro y ayudará a los capilares del mismo a ensancharse de forma permanente. Los capilares del cerebro encogidos amenazan siempre a su propietario con un ataque. Usted tiene la edad de sus vasos sanguíneos, particularmente de los del cerebro.

**Advertencia.** Si sufre seriamente de miopía haga este ejercicio con moderación. Aumentar la circulación de la sangre en los ojos aumenta la presión intra-ocular y alarga el globo ocular. Esto aumenta la miopía.

## COMO AUMENTAR EL POTENCIAL ELECTRICO

Los alimentos frescos son muy importantes para la salud y por tanto para la longevidad. Los alimentos en su estado natural actúan como electrólitos en el cuerpo. Para ser más explícito, pueden conducir una corriente eléctrica al igual que pueden ser descompuestos por ella. Gracias a esta facultad de los alimentos, el cuerpo puede alimentarse.

Y todo es eléctrico en la naturaleza, comprendido el complejo organismo del hombre. Usted ya sabe que la atmósfera es eléctrica, que tiene carga positiva (+) y que la tierra tiene carga negativa (—). La interacción de la carga positiva de la atmósfera con la negativa de la tierra hace posible la vida. El hombre por tanto debe tener una composición eléctrica, ya que es una cosa viva. Está formado por dos cargas, positiva y negativa, pero está cargado negativamente. Cuando se cambia su carga normal, como usted ya sabe, se pone enfermo.

Su cuerpo está, por tanto, inmerso continuamente en un mar de energía eléctrica, del cual saca la vida. Usted absorbe esta energía por numerosos caminos, que todos conducen directamente a las células del cuerpo. Estos caminos son los alimentos y los líquidos que consume, el aire que respira, y el último, pero no el menos importante, el sistema nervioso. Para mejorar su salud debe aumentar su potencial eléctrico. Su poder síquico puede ser proyectado con mayor energía cuando su cuerpo está alimentado eléctricamente. El aire puro, los alimentos frescos, el reposo y el control de Consciente Primario, aumentan el potencial eléctrico de su cuerpo. Esto, a cambio, le proporciona mayor tono muscular y una sensación de FUERZA INTERIOR. El resultado es una invencible confianza en sí mismo para todo lo que emprenda.

## POR QUE PUEDE REALIZAR MILAGROS EL PODER DE LA ACCION MOLECULAR

Los «Milagros» son posibles de realizar porque toda vida, a la vez viva y «no-viva», forma un todo. La vida es como una colosal nube invisible tan grande como el universo mismo. Penetra en todas las cosas y es a la vez parte de ellas. Los hombres pueden diferir en su opinión sobre su naturaleza, pero todos están de acuerdo en que forma un TODO. Simplemente se sienten confusos cuando se trata de analizar este TODO. Los idealistas lo llaman espíritu. Los teólogos lo llaman Dios. Los naturalistas lo llaman Naturaleza. Los místicos lo llaman lo Incognoscible,



Los ocultistas del Este y del Oeste lo llaman el Absoluto... Pero todos están de acuerdo en reconocer que este TODO penetra en todas las formas aparentes de la vida. Todos están de acuerdo en que las formas materiales, las fuerzas, las energías y los principios deben provenir de este TODO y por tanto están formados «de» él. Ya que la CICLOMANCIA: EL SECRETO DEL CONTROL DEL PODER SIQUICO busca principalmente una comprensión científica de todos los misterios, nosotros llamaremos a este TODO, Acción Molecular.

Por tanto, todo resulta de, está siempre formado de, y permanece o proviene de, la Acción Molecular. Nada es independiente de la Acción Molecular. Por este motivo usted puede influir en todo lo que desee porque todo tiene Acción Molecular y usted también. Usted no tiene más que utilizar su propia Acción Molecular (ejercida por sus emisiones corporales) para controlar todo lo que quiera. El Tiempo, el Espacio, la causa o el efecto no existen en la Eternidad. Todo es Acción Molecular. Por este motivo, repetimos, los milagros son posibles de realizar. Controle la Acción Molecular de todas las cosas suficientemente a fondo y podrá realizar «milagros» con ella. En física y química, la Acción Molecular de diferentes sustancias se controla cambiando su temperatura o mezclándolas con otras sustancias con las que reaccionan, a temperatura y presión adecuadas. Estas están también controladas por la electricidad y diferentes rayos luminosos. También lo están por la atracción y repulsión magnéticas. Existen aún otros medios, utilizados por el espíritu, que explicaremos en lecciones siguientes.

### EL PODER LATENTE E INCONCEBIBLE QUE ABUNDA EN TODAS LAS COSAS

Todas las cosas del universo están vivas, moléculamente hablando. Las moléculas de toda materia, ya sea viva o «muerta», están en constante movimiento; son siempre atraídas o repelidas por varias moléculas. La materia cambia sólo físicamente, químicamente o de ambas formas. Las moléculas de la materia pueden dividirse y sus partes volverse a combinar con otros átomos o moléculas y formar nuevas moléculas, pero continúan siempre en movimiento. El hielo puede transformarse en agua, el agua en vapor, y el vapor en aire, pero es siempre materia y la materia está constituida de moléculas en acción. Cuando la materia es un elemento puro, como por ejemplo el calcio, está formada solamente por átomos de este elemento. Pero ya que la mayor parte de la materia se halla en forma combinada (es decir, que su estructura unitaria consiste en dos o tres átomos de diferentes sustancias combinadas químicamente en una sola molécula), es más práctico llamar al TODO, Acción Molecular.

Por este motivo usted puede desarrollar notables poderes ocultos tales como el poder del espíritu sobre la materia, adivinar el futuro (preconocimiento o videntes), levitación y muchos otros. Toda la materia consiste en Acción Molecular. Usted puede realizar todos los milagros que realiza el maestro síquico, si controla el poder de la atracción molecular que mantiene unidas las moléculas de la materia influenciada.

## EL PODER DEL CONTROL DEL PODER SÍQUICO SOBRE LA MATERIA

Ahora comprende cómo PUEDE ejercer el control del poder síquico sobre los objetos y sobre los acontecimientos. Solamente necesita establecer el Contacto Síquico Molecular con ellos y esto es posible porque todas las cosas están compuestas de Moléculas en Acción.

¿Cómo se establece el Contacto Síquico Molecular con los objetos y los acontecimientos? Variando la temperatura y la presión de la proyección del poder síquico. En un sólido las moléculas son, evidentemente, más del poder síquico. En un sólido las moléculas son, evidentemente, más numerosas y están mucho más unidas entre sí que en un líquido o en un gas. Un sólido contiene muchas más moléculas por unidad cúbica que un líquido. (El hielo y el agua son quizá la única excepción ya que el hielo se dilata). Un líquido contiene muchas más moléculas que un gas, o que los gases. Las moléculas de los gases se atraen con más fuerza unas a otras que las de los líquidos y los sólidos, pero por el mismo motivo se agitan menos activamente cuando se encuentran entre sí. La velocidad molecular en un sólido (excepto en el hielo) es por tanto menor que en un líquido o en un gas. La mayor se registra en los gases (o en el plasma, el último estado de la materia descubierto hasta el momento).

Cuando una substancia se calienta, sus moléculas se mueven con mayor rapidez y por tanto rebotan más lejos unas de otras cuando se encuentran. Entonces la substancia se dilata. Cuando está muy caliente, sus moléculas se mueven tan rápidamente y rebotan tan lejos unas de otras que cuando vuelven a encontrarse la substancia cambia de forma. Entonces un sólido se convierte en un líquido, y un líquido en un gas.

Como una substancia se enfría, se produce el fenómeno inverso. Las moléculas se acercan más las unas a las otras hasta el punto de que la substancia se contrae. Cuando la temperatura desciende mucho, las moléculas se mueven tan lentamente y están tan apretadas unas contra otras que la substancia cambia de forma. Un gas se convierte en un líquido y un líquido en un sólido.

Lo mismo sucede con el sonido. Cuando la frecuencia de un sonido aumenta (es decir, sus longitudes de onda se acortan) el tono aumenta. Cuando la frecuencia disminuye (o las longitudes de onda son más largas) el tono desciende.

Para realizar un milagro con determinada substancia, debe modificar su proyección del poder síquico a esa substancia hasta un grado en que se corresponda lo más posible con la concentración molecular de la misma. Entonces influenciará al mayor número posible de sus moléculas. Si se trata de un gas, debe acelerar su proyección del poder síquico. Si es un sólido, debe hacerla más lenta.

Los ejercicios siguientes le mostrarán la sorprendente forma en que la Acción Molecular puede ser controlada por el poder síquico.

**Ejercicios para el Contacto Síquico Molecular.** Los ejercicios para la Acción Molecular son fáciles de explicar.

**Ejercicio 1. Cómo establecer el Contacto Síquico Molecular con un líquido o un gas.** Siéntese y mire el agua o el aire y aplíqueles el Arco Síquico tan intensamente como pueda. (Piense en un bistec o en algo delicioso). Cuanto más caliente sea el Arco Síquico para el aire, mejor será, porque sus moléculas se mueven más rápidamente aún que en los líquidos. El maestro síquico, al calentarse mucho más intensamente que usted, entra en contacto con muchas más moléculas y por eso

puede realizar milagros con el agua y el aire. Este ejercicio, sin embargo, perfeccionará su aptitud para proyectar Arcos Síquicos muy calientes, usted ya sabe cómo puede realizar el Arco Síquico en la vida diaria.

**Ejercicio 2. Cómo establecer el Contacto Síquico Molecular con un sólido.** Siéntese y mire un objeto sólido y aplíquelo el Arco Violento tan intensamente como pueda. El Arco Violento calienta el interior de su cuerpo, como la fiebre, pero al igual que la fiebre enfría la piel. Las varillas estrechas y cortas que se reúnen de la piel fría y se crean en las Antenas Cerebrales, son también frías. Cuanto más frío sea su Arco Violento (es decir, más intenso), mejor será para usted este ejercicio. Las proyecciones de las Antenas Cerebrales vibrarán por tanto en correlación más lentamente y entrarán en contacto con más moléculas del sólido. El maestro síquico, una vez más, al crear mucho más frío que usted entrará en contacto con muchas más moléculas y las podrá «doblegar» a su voluntad más eficazmente, como en los milagros en que multiplica los panes. Sin embargo, el ejercicio perfeccionará su aptitud para proyectar Arcos Violentos muy fríos y usted ya sabe cómo utilizarlos en la vida diaria.

### LOS OJOS MOLECULARES COMO DISOLVER UNA NUBE

Algunos maestros síquicos han desarrollado el poder de disolver una nube.

Increíble como parece, recuerde ante todo de qué está compuesta una nube. He aquí los pasos científicos.

1. Hay una masa de aire en el cielo saturada de humedad.
2. En la parte fría de esta masa de aire, entra una corriente de aire caliente.
3. La temperatura resultante de esta unión de aire frío y de aire caliente será inferior a la de la humedad que ya satura el aire.
4. Por tanto, se forma MAS humedad. Y así hay demasiada humedad en la masa de aire.
5. Esta humedad excesiva se condensa inmediatamente alrededor de las partículas flotantes en forma de nube.

Para disolver esta nube debe **aumentar su temperatura** y hacer evaporar su humedad excesiva. Debe proyectarla **rayos calientes**. El maestro síquico puede hacerlo gracias al Antídrome Síquico.

**Ejercicio.** Esté totalmente reposado para realizar este ejercicio. Antes de comenzar haga durante cinco minutos ejercicios de gimnasia para recalentarse y comience a producir un calor corporal excesivo.

Ahora mire fijamente a una nube en el cielo y clave sus ojos en su punto más negro. Allí está concentrada la mayor humedad y es donde la lluvia puede comenzar a caer primero.

Tome inspiraciones lentas y profundas y llénesse de electrones. Ahora, haga el Antídrome Síquico, intensificándolo al máximo. Gran cantidad de calor y energía

se acumulará en su piel y experimentará una sensación de potencia invencible que aumenta regularmente para estallar en su pecho. Después lance esta bola de fuego en dirección al cielo y hágala entrar en la nube por medio de otra orden-proyectil del poder síquico de las Antenas Cerebrales. Repítalo cuatro veces como un cañón que bombardea una fortaleza. Llegue al punto cumbre de este ejercicio con las Formas Visualizadas. Visualice una nube calentándose y su punto más negro difuminándose. Proyecte esta forma visualizado a la nube. Continúe proyectándola Formas Visualizadas, una detrás de otra, hasta que se disuelva.

**CONCLUSION.** Evidentemente usted no obtendrá ningún éxito notable con este ejercicio. Tendría que aumentar sus poderes síquicos ciento nueve veces como mínimo antes de conseguirlo. Pero el ejercicio desarrollará su Consciente Primario para fines prácticos.

### EL PODER DE SUS PALABRAS

Muchos milagros se realizan más fácilmente con ayuda de las palabras, por tanto no sea reacio a dirigir sus órdenes de poder síquico con elocuencia, ya sea silenciosamente o de otro modo. Con el poder de las palabras, tan absurdo como parece, los maestros síquicos han provocado temblores de tierra, tormentas y tempestades. De los mínimos resplandores han provocado en la India y en las Antillas lluvias torrenciales con aterradores truenos, pronunciando solamente algunas palabras y haciendo algunos gestos. Las palabras dan también a las Formas Visualizadas una substancia más real, porque se visualizan más dinámicamente al describirlas a uno mismo. Las palabras adecuadas, repetidas a sí mismo, pueden resultar tan eficaces para usted como las del hipnotizador pueden serlo para él.

**Cómo****Desarrollar la Visión del Poder Síquico  
y obtener con ella increíbles ventajas**

La Visión del Poder Síquico es la novena parte importante del Consciente Primario. Es también una de las partes más sorprendentes.

**LOS MILAGROS DE LA VISIÓN DEL PODER SIQUICO**

Gracias a la Visión del Poder Síquico pueden realizarse cosas sorprendentes.

Incluso utilizando una pequeña parte de ella, el maestro síquico ve a través de las paredes de ladrillo, de acero o de piedra y percibe lo que pasa en la habitación contigua o en un lugar próximo. Gracias a la Visión del Poder Síquico lee pasajes de libros cerrados, lee cartas cerradas y ve el contenido de cajas metálicas cerradas con llave. Gracias a ella ve el interior del cuerpo de los enfermos. Si conoce la patología puede diagnosticar enfermedades. Gracias a una Visión del Poder Síquico 109 veces más penetrantes que la suya, que multiplica aún por  $12 \times 12 \times 12$  al atravesar tres Puntos de Unión de los Nervios perdiendo pocas corrientes de acción retinal, la tierra sobre la que anda se hace transparente para él y puede ver en sus profundidades. En el interior de la tierra puede ver los gusanos trabajando; puede descubrir vetas de mineral, de carbón, de petróleo y torrentes subterráneos. Gracias a la Visión del Poder Síquico, puede aumentar como un microscópio las mínimas partículas físicas o astrales hasta un millar de veces más que aquél. Gracias a ella puede ver incluso en el interior de los átomos.

No solamente ve a la vez en interior y el exterior de todas las substancias, sino que ve incluso su cuerpo astral confortablemente instalado dentro. (Hablaemos más sobre los fenómenos astrales en las próximas lecciones. La Visión del Poder Síquico es una realidad increíble.

No obstante la Visión del Poder Síquico tiene algunos límites. Disminuye y desaparece completamente a partir de cierta distancia. Esta distancia varía según el grado de desarrollo de su personalidad desconocida y también según la potencia de su proyección de la Visión del Poder Síquico.

Cuando mira a través de la tierra no ve tan claramente como cuando mira a través del hielo. Ve un poco como si mirase a través de una masa de agua o a

través de una niebla ligera a simple vista. Una vez más, usted puede ver a través de la tierra pero lo que ve en el interior se debilita con la distancia y finalmente desaparece. Evidentemente añadiendo el tubo astral a su Visión del Poder Síquico, como aprenderá más adelante, puede obtener mejores resultados. Pero las restricciones mencionadas anteriormente siguen siendo válidas.

## LOS 6 MEDIOS PARA ADQUIRIR LA VISION DEL PODER SIQUICO

Tal como los ocultistas orientales la describen, la Visión del Poder Síquico es «la facultad de hacer la visión grande o pequeña, a voluntad». Usted la obtendrá variando enormemente su aparato visual utilizando seis medios. Los tres primeros son los que va a practicar usted. Los otros tres son para el maestro síquico.

Los tres primeros medios, es decir, los que se utilizan normalmente, son:

1. Variar la convexidad de la lente de los ojos.
2. Variar la convergencia de los globos oculares.
3. Variar el tamaño de las pupilas.

A estos tres medios debería añadir el cuarto:

4. Ver a través del éter inter-molecular.

El quinto y el sexto son para los maestros síquicos más experimentados, y son:

5. Alargar o acortar el globo ocular por medio de la fuerza muscular del ojo y hacer mover también la retina hacia adelante y hacia atrás. (Como hacen los moluscos).

6. Mover la lente hacia adelante y hacia atrás. (Lo que hace él hace el hombre en la fotografía y los peces vertebrados).

## COMO PUEDEN FUNCIONAR LOS TRES MEDIOS NORMALMENTE EMPLEADOS PARA DARLE LA VISION DEL PODER SIQUICO

Los tres medios normalmente empleados pueden actuar para darle la función del poder síquico, mejorando enormemente su visión de cerca y su visión de lejos, como detallamos a continuación.

**1. Cómo funcionan los tres medios normalmente empleados, 1, 2 y 3 cuando mira un objeto CERCANO a usted. (Adaptación de la visión de cerca).**

a) Cuando mira un objeto cercano a usted la lente del ojo aumenta su convexidad.

b) Los ojos convergen o se aproximan el uno al otro de forma que los dos puedan mirar el objeto al mismo tiempo.

c) Finalmente, sus pupilas se contraen y reducen el color y la cantidad de luz reflejada en sus ojos por el objeto para que pueda reconocerlo más fácilmente. (Cuando más cerca esté el objeto de usted más cantidad de color y de luz se reflejará en sus ojos).

2. **Cómo funcionan los tres medios normalmente empleados, 1, 2 y 3 cuando mira un objeto ALEJADO DE USTED. (Adaptación de la visión de lejos).**

a) Cuando mira un objeto alejado de usted, la lente del ojo disminuye su convexidad.

b) Los ojos divergen o se apartan para dar dos visiones paralelas. Los dos ojos pueden entonces mirar el mismo objeto, menos cantidad de luz y de color reflejará en sus ojos).

## COMO DESARROLLAR LA VISION DEL PODER SIQUICO CON LOS TRES MEDIOS NORMALMENTE EMPLEADOS

Para desarrollar la Visión del Poder Síquico con los tres medios normalmente empleados, haga fielmente los ejercicios siguientes. No tiene que pensar en los tres medios al hacer los ejercicios porque estos últimos están destinados a ponerlos automáticamente en acción. Los ejercicios variarán automáticamente la convexidad de la lente, la convergencia y la divergencia de los globos oculares y el tamaño de las pupilas.

**Ejercicio 1. Cómo desarrollar la lupa de su visión del poder síquico y mejorar su visión de cerca.** Abra cualquier libro por una página cualquiera del texto y mire cualquier letra. No mire la letra en su conjunto sino cada línea y cada curva de su contorno separadamente para que sus ojos converjan en la finura de los trazados.

Ahora lance una orden-proyectil de poder síquico desde su Centro de Poder Síquico (en la frente) a su Gran Centro Visual (en la parte posterior de la cabeza) ordenándolo visualizar la letra como si aumentase dos veces su tamaño en longitud en anchura y en el espesor de sus líneas.

Para reforzarlo envíe inmediatamente una segunda orden-proyectil del poder síquico a su Centro de Control de los Organos ordenándolo estimular los nervios parasimpáticos. Esto se ejecuta perfectamente con el Arco Síquico. Por tanto, cuando haya enviado la segunda orden-proyectil, piense en un bistec tan intensamente como le sea posible y sus nervios parasimpáticos dominarán a su cuerpo y harán saltar más las lentes de sus ojos, converger aún más los globos oculares y contraer más las pupilas. Estos cambios aumentarán la agudeza visual de su visión próxima.

Este ejercicio le será aún mucho más útil si usted es presbita y tiene dificultad en leer claramente cuando lee o hace un trabajo de cerca. El maestro síquico persiste en este ejercicio hasta que puede aumentar los caracteres pequeños, mucho más difíciles de leer, como con una lupa y consigue leerlos fácilmente. Los sujetos en estado de hipnosis pueden leer caracteres mucho más pequeños que las personas en estado normal.

**Ejercicio 2.** Repita el ejercicio 1 con otras letras y después con palabras enteras.

**Ejercicio 3.** Repita los ejercicios 1 y 2 con caracteres cada vez más pequeños.

**Ejercicio 4. Cómo desarrollar la Lupa de su Visión del Poder Síquico y mejorar su visión de lejos.** Mire al exterior un objeto tan alejado que apenas pueda discernirlo. Elija algo que tenga una cierta forma, como un árbol o un coche y mire a los dos extremos de este objeto al mismo tiempo para evitar que converjan los ojos.

Dicho de otro modo, mantenga los ejes visuales tan paralelos como sea posible. Haciendo esto sus ojos deberían aproximarse a su posición de reposo.

Ahora envíe una orden-proyectil del poder síquico de su Centro del Poder Síquico (en la frente) a su Gran Centro Visual, ordenándole estimular los nervios simpáticos. Esto se consigue con el Arco Violento. El Arco Violento se hace exactamente de la misma forma que el Arco Síquico a excepción de que en vez de concentrar su mente en algo que le pone furioso, como un incidente poco afortunado. Esto estimula sus nervios simpáticos que segregan simpatina la cual domina su cuerpo. Durante una crisis de terror o de histeria, por ejemplo, los nervios simpáticos pueden aumentar en tal proporción la simpatina que segregan en los Puntos de Unión de los Nervios, que se ha visto durante los incendios a paralíticos que sin esperanza que han saltado de la cama y han huido de la casa en llamas y a locos demacrados hacer frente victoriosamente a seis enfermeros. Por tanto los nervios simpáticos hacen que la lente de los ojos se haga más plana, que los ojos diverjan aún más y las pupilas se dilaten también más. Estos cambios aumentan la agudeza visual de la visión de lejos.

Este ejercicio le será aún más útil si es míope y tiene dificultad en ver claramente cuando mira a distancia. El maestro síquico persiste en este ejercicio hasta que puede aumentar los objetos alejados tan eficazmente que puede estudiar sus detalles con tanta claridad como si los tuviese delante de los ojos. Los sujetos en estado de hipnosis pueden ver sorprendentemente lejos y muy claramente a simple vista.

**Ejercicio 5.** Repita el ejercicio 4 con otros objetos sencillos y después con objetos complicados, como un árbol con hojas pequeñas. Trate incluso de contar las hojas.

**Ejercicio 6.** Repita los ejercicios 4 y 5 con objetos cada vez más lejanos.

#### COMO DESARROLLAR LA VISION DEL PODER SIQUICO CON EL CUARTO MEDIO

El cuarto medio para la Visión del Poder Síquico es ver a través del éter intermolecular. Ya que como hemos dicho anteriormente, el éter lo penetra todo, para ver a través de los sólidos, debe ver a través del espacio del éter entre las moléculas de ese sólido. Un grado tan «milagroso» de la Visión del Poder Síquico, solamente puede ser alcanzado por aquel que ha decidido convertirse en un maestro síquico y que desarrollará su personalidad desconocida no solamente 109 veces más que la suya, sino varias veces esa cantidad superando la resistencia de los Puntos de Unión de los Nervios. Para usted, aumentar la suya solamente un 1 % del Consciente Primario, equivaldría a aumentarla no menos del 100 % de lo que es ahora. Su agudeza visual aumentaría enormemente y esto le permitiría conservar una visita excepcional, comparativamente hablando, hasta el fin de sus días. Muchas personas pierden su agudeza visual al envejecer. La razón no es solamente patológica; es también debida a su negligencia de hacer trabajar la vista regularmente. No solamente abusan de sus ojos sino que los descuidan del mismo modo que descuidan los músculos y sus ojos pierden toda su agudeza. Al mismo tiempo su cara toma un aspecto bovino hasta el punto que hace suponer un espíritu apagado aunque el sujeto sea brillante. Toda la buena primera impresión que podrían hacer



a los demás disminuye rápidamente. Por otra parte, una vista aguda (no una mirada escrutadora), le hace sentir joven y lleno de vida y conduce inmediatamente a los demás a respetar su mentalidad y a considerarle mucho más joven de lo que en realidad es. Por tanto haga estos ejercicios con celo. Acabará por encontrarlos cautivantes.

**Ejercicio 1. El ejercicio del panal de miel.** Tome un pedazo de cartón cuadrado de 30 centímetros de lado aproximadamente. Haga varias perforaciones en él, hasta que tenga el aspecto de un panal. Estos agujeros deben ser de unos 3 milímetros de diámetro, aproximadamente.

Pegue el cartón sobre una superficie oscura de forma que vea el tono de dicha superficie a través de los agujeros del cartón. Sitúese a corta distancia del mismo y mire los puntos oscuros a través de las perforaciones.

Repita lo mismo situándose más lejos.

Sitúese a una distancia en que apenas pueda distinguir la separación de los agujeros de forma que le parezca ver una superficie oscura uniforme.

Comience ahora a desarrollar la Visión Intermolecular aplicando la Doble Orden del Poder Síquico.

1. Lance una orden-proyectil de poder síquico de su Centro del Poder Síquico (en la frente) a su Gran Centro Visual (en la parte posterior de la cabeza) y ordénele aumentar enormemente la imagen del cartón en la retina. Inmediatamente, para reforzarla:

2. Lance una segunda orden-proyectil del poder síquico de su Centro del Poder Síquico al Centro de Control de los Organos y aplique inmediatamente el Arco Violento para estimular a los nervios simpáticos. Piense solamente en algún incidente que le llene de cólera (cuanto más le encolerice, mucho mejor) y sus ojos divergirán automáticamente y sus pupilas se dilatarán. Los agujeros del cartón reaparecerán y usted discernirá de nuevo el cartón que les rodea.

**Ejercicio 2.** Cuando aprenda bien el ejercicio 1, repítalo con otro pedazo de cartón con agujeros de 1,5 milímetros de diámetro solamente. Continúe este ejercicio hasta que esté sentado tan lejos del cartón como hizo en el ejercicio 1 y que aún pueda discernir el cartón que rodea los agujeros. La consecución de este ejercicio exigirá un desarrollo considerable de su agudeza visual, quizá cuatro veces más que el anterior.

**Ejercicio 3.** Cada vez que tenga la posibilidad, por ejemplo, cuando vaya al campo o durante las vacaciones, mire un charco cenagoso y trate de ver a través de él hasta el fondo. Trate de identificar todo lo que se encuentra en él.

**Nota:** Usted va a entrenarse para mirar una superficie oscura entre los agujeros de un cartón porque el éter intermolecular es oscuro. En realidad está formado de sombras que cambian tan rápidamente en razón de los movimientos de miriadas de moléculas a través de él, que puede ser considerado más o menos como una sombra fija. Si desea convertirse en un maestro síquico, continúe estos ejercicios con los agujeros cada vez más pequeños; pronto estará dispuesto a tratar de ver los puntos oscuros a través de los agujeros de espigas a la misma distancia que discernía los agujeros de 3 milímetros. Finalmente pegue un pañuelo sobre la misma superficie y trate de ver a través del tejido. Pero usted no necesita llegar a este extremo. Conténtese con desarrollar el 1% de su personalidad desconocida y será largamente recompensado

## LOS MEDIOS QUINTO Y SEXTO PARA LA VISION MILAGROSA DEL PODER SIQUICO

Los medios quinto y sexto son aquellos que el maestro síquico utiliza para ayudarse eficazmente a realizar la Visión del Poder Síquico. Serán descritos brevemente ya que son excepcionalmente difíciles de controlar.

**El quinto medio.** El maestro síquico puede alargar y acortar el globo ocular a voluntad y multiplicar su visión de cerca y de lejos en proporciones considerables. Fisiológicamente, usted puede alargar su propio globo ocular rápidamente hasta un cierto grado apoyándose sobre las manos durante un minuto aproximadamente y apoyando los pies contra la pared. En esta posición el globo ocular se llena más de lo normal de humor acuoso. Y puede acortarlo suspendiéndose de una barra fija o de la rama de un árbol durante medio minuto, dejando que se acumule en las piernas más sangre de la normal. En esta posición su globo ocular pierde un poco de humor acuoso. Estos mismos estados se producen en el hombre a causa de períodos prolongados patológicamente en enfermedades como la glaucoma, la papera tiroidea y la histeria.

Pero el maestro síquico no alarga y acorta su globo ocular modificando la cantidad de humor acuoso de su ojo. El contrae o relaja sus músculos extra-oculares (ojo externo) para alargar o acortar su globo ocular. Así puede conseguir sus fines sin ningún peligro, cualquiera que sea.

**El sexto medio.** El sexto y último medio de la Visión del Poder Síquico consiste en mover la lente del ojo hacia adelante y hacia atrás como se hace al sacar fotografías y como hacen los peces óseos. Es muy difícil adquirir el dominio de este ejercicio. Usted lo utiliza ya hasta un cierto grado en el quinto medio cuando alarga y acorta el globo ocular. Pero quizá haría bien dejando el sexto medio para el maestro síquico.

**APENDICE.** Cuando se está intoxicado hay una alta concentración de glucosa en la lente del ojo comparando con los demás tejidos, así como un residuo de proteína termoestable (B-cristalino). Por tanto, es absolutamente necesaria una inspiración de oxígeno para la lente del ojo, a fin de mantener estas sustancias en equilibrio. (Puede ser una pequeña inspiración de oxígeno, pero es esencial). En los demás tejidos, este equilibrio juega un papel secundario en la autointoxicación, pero lo juega muy importante en la lente del ojo. Cuando practique todos estos ejercicios del ojo, asegúrese de hacerlo en locales bien aireados.

Los buenos alimentos para la potencia del ojo deben contener altas concentraciones de potasio.

**Cómo****Desarrollar el oído del Poder Síquico  
y conseguir con él ventajas prodigiosas****LA PRUEBA INDISCUTIBLE DEL OIDO DEL PODER SIQUICO**

El Oído del Poder Síquico es la décima y última parte importante del Consciente Primario. El oído del histérico, como usted ya sabe, puede llegar a ser hasta **dieciséis veces** más fino que el de una persona normal. La principal causa es el temor agobiante de la persecución y su desafío universal de las personas. El que su oído llegue a ser tan fino no se debe a un control anormal del consciente o del subconsciente, porque todas las pruebas hechas para entrenar científicamente a las personas normales para mejorar su oído, incluso una fracción insignificante, han fracasado lamentablemente. No hay duda por tanto de que hay **otro poder** en el histérico que realiza este milagro. Este poder es evidentemente el Oído del Poder Síquico.

**EL OIDO DEL PODER SIQUICO**

Las estructuras anatómicas del Oído del Poder Síquico son el nervio auditivo y el lóbulo temporal, es decir los lados inferiores del cerebro. La parte del nervio auditivo importante para el Oído del Poder Síquico es la Electricidad del Caracol, pero las **dos** partes del lóbulo temporal son importantes también, es decir el Gran Centro Auditivo y el Centro del Poder Síquico Auditivo que consisten en vastas regiones de la corteza del lóbulo no identificadas. Usted ya sabe cómo aumentar la Electricidad del Caracol gracias al control del Poder Síquico. Estudie ahora el Gran Centro Auditivo y cómo ponerlo bajo el control del Poder Síquico Auditivo. A esto añada la Electricidad del Caracol intensificada y tendrá el Oído del Poder Síquico.

**LA COMPOSICION DEL GRAN CENTRO AUDITIVO**

El Gran Centro Auditivo está situado en la corteza del lóbulo temporal que comprende la parte inferior de los lados del cerebro. No recibe las ondas del sonido

de la misma frecuencia (ciclos por segundo) que las del sonido original. Esto es así porque la electricidad nerviosa cuando llega al final del viaje lleno de resistencias que hace desde el oído (a causa de los cuatro Puntos de Unión que debe atravesar) está terriblemente reducida. Por este motivo su agudeza auditiva no puede compararse a la del murciélago. ¡Pero tiene los recursos necesarios para igualarla! Solamente necesita despertar esta décima y última parte importante del Consciente Primario. ¡Y puede hacerlo! ¿Cómo?

Puede hacerlo venciendo la resistencia de los numerosos Puntos de Unión, con:

1. Una gigantesca creación de Electricidad del Caracol (usted no tiene más que enviar una orden-proyectil del poder síquico muy potente de su Centro del Poder Síquico Auditivo (en la parte inferior de los lados del cerebro) a los oídos, ordenándoles multiplicar la Electricidad del Caracol en el nervio auditivo). Y con:

2. La inmediata puesta en acción del Arco Síquico Irradiante. (El Arco Síquico Irradiante llena los Puntos de Unión de acetilcolina y reduce eficazmente su resistencia a la supercarga de Electricidad del Caracol, liberando mucho más de lo normal para continuar atravesando los Puntos de Unión de los Nervios y circular hacia el Gran Centro Auditivo).

**Ejercicio 1. Cómo aumentar la sensibilidad del oído (de las «células ciliadas» del Caracol).** Agudice el oído para discernir los sonidos individuales procedentes del caos de la charla de un grupo de personas situadas a cierta distancia de usted. Las personas que escuchan detrás de las puertas y los detectives desarrollan un sentido del oído poco común. Primero, se coge una sílaba o dos, o una palabra o dos, de vez en cuando. (La claridad precederá a la amplificación). Ahora lance una potente orden-proyectil del poder síquico del Centro del Poder Síquico Auditivo (en la parte inferior de los lados del cerebro) a los oídos, ordenándoles multiplicar la Electricidad del Caracol en el nervio auditivo.

Inmediatamente después, lance un Arco Síquico Irradiante. Piense en algo que le guste (como el bistec), e intensifíquelo hasta que se extienda a todo su sistema nervioso. Los sonidos individuales del grupo se harán cada vez más intensos y más claros para el oído.

**Ejercicio 2.** Repita el ejercicio 1 aumentando progresivamente las distancias.

**Ejercicio 3.** Conecte la radio o la televisión y déjela con un tono muy bajo. Escuche cada palabra. Media hora más tarde bájelo aún más y escuche de nuevo. Continúe así hasta que apenas pueda oírlo y después lance una potente orden-proyectil del poder síquico auditivo para multiplicar la Electricidad del Caracol en sus oídos, como lo hizo anteriormente, e inmediatamente después haga el Arco Síquico Irradiante. Al igual que con sus ojos, recuerde que los sonidos continúan, la única que sucede es que sus oídos ya no los oyen. Por tanto, utilice los dos medios para hacerles oír los sonidos. Regule el aparato de radio o de televisión aún más bajo e intensifique su orden-proyectil del poder síquico auditivo a la Electricidad del Caracol y a todo el Arco Síquico Irradiante.

**Ejercicio 4. Cómo oír, antes de oír realmente, como el ciego.** Al acostarse por la noche, permanezca relajado y escuche los sonidos más ligeros que pueda. Se dará cuenta de que su cuerpo entero se relaja y reposa tan tranquilamente como una estatua mientras usted aguza literalmente sus oídos para percibir el más débil sonido en la janía.

Puede entrenar fácilmente los oídos a escuchar tan intensamente un sonido que lo «oiga» con los músculos antes de que se haga perceptible en su oído. Gracias a esta facultad, usted podría algún día salvar su vida o la de otra persona.

Por tanto, permanezca relajado, despierto y muy inmóvil en medio de la noche cuando todo está en calma y lance una orden-proyectil del poder síquico auditivo a su Centro de Registro de las Sensaciones para sentir vivamente con su sentido del tacto la mínima presión de una onda sonora contra sus manos abiertas.

Cuando una onda sonora de una frecuencia distinta de las que puede oír fácilmente, alcance las células ciliadas del caracol, será sentida por la piel de sus manos y enviada al Centro de Registro de las Sensaciones. Desde allí será enviada automáticamente a la corteza cerebral (el consciente y el subconsciente) y ésta ordenará instintivamente a los músculos de las manos que reaccionen a la presión retirándolas repentinamente o con golpes muy ligeros.

El hecho importante es que en este trayecto de nervios, la electricidad de la onda sonora tiene que salvar solamente dos Puntos de Unión en vez de cuatro. La frecuencia de la onda sonora que le atraviesa habrá sido por tanto muchas menos veces disminuida que si hubiese recorrido el trayecto auditivo, es decir solamente 12 veces 12, en vez de 12 veces 12 veces 12 veces 12. A pesar de todo la electricidad nerviosa de la onda sonora no se beneficiará en este trayecto de nervios de la Electricidad del Caracol, ya que no será transmitida por medio del nervio auditivo, pero solamente tendrá que superar las resistencias de dos Puntos de Unión en vez de cuatro y así los músculos de la mano serán estimulados por ella de una forma sorprendentemente potente. Usted no oirá el sonido con la mano y tampoco lo reconocerá, pero sentirá «llegar algo». Sus músculos serán presionados ligeramente y le advertirán del sonido antes incluso de que sus oídos respondan al más ligero indicio de éste. Usted ha dado «oídos» a sus músculos. El ciego desarrolla esta aptitud hasta un grado muy superior al normal.

**Ejercicio 7.** Cuando esté acostado trate de oír el débil ruido de la respiración de alguien que duerma en una habitación cercana, la circulación de un coche a algunas casas de distancia (y saber exactamente a cuantas casas de distancia), el canto de un pájaro lejano o de un insecto.

**Ejercicio 8.** Repita el ejercicio 7. Trate de oír sonidos que estén cubiertos por otros sonidos. En fisiología, esto se llama «desenmascarar».

## LAS PARTES MENOS IMPORTANTES DEL CONSCIENTE PRIMARIO

Las partes restantes, pero menos importantes, del Consciente Primario serán resumidas ahora. No se le enseñará cómo desarrollarlas porque usted tiene una necesidad práctica mucho más apremiante. Pero debe saber cuáles son: Las tres principales partes restantes son:

1. El Rinoencéfalo. (El Centro Olfativo, situado en el lóbulo temporal).
2. La Glándula Pineal. (La epífisis, situada en la base del cerebro. Función desconocida).
3. La Zona Incerta. (Sus conexiones nerviosas son mediocrementemente conocidas).

## 1. EL RINOENCEFALO, SU CENTRO OLFATIVO

El rinoencéfalo representa la parte más antigua del telencéfalo (el cerebro anterior). Forma casi la totalidad del cerebro en los peces, en los anfibios y en los reptiles. En usted está débilmente desarrollado en comparación con el resto del cerebro, pero posee un centro de correlación olfativo y un camino olfativo de reflejo. El rinoencéfalo comprende todas esas partes del cerebro que son importantes para la recepción y la conducción de impresiones olfativas. En los pequeños vertebrados consiste en un lóbulo olfativo y comprende casi la totalidad del cerebro anterior. En el hombre, sin embargo, algunas de estas partes han sido adelgazadas en forma de hojas finas, mientras que las demás partes se han hecho mayores y han sido recubiertas por el desarrollo de las regiones vecinas del cerebro. Su Centro Olfativo está situado en el lóbulo temporal.

## 2. LA GLANDULA PINEAL

La glándula pineal es una pequeña glándula cónica gris-roja que reposa en la depresión entre los dos colículos superiores (su Centro de los Reflejos de la Vista). La glándula pineal representa los rudimentos de un órgano fotosensible, «el ojo mental», que existe en algunos reptiles y en otros pequeños vertebrados. En el Hatteria (un lagarto de Nueva Zelanda) el ojo pineal está situado en medio de la cabeza y se cree que sirve de órgano receptor de luz o de calor. Su función en el hombre es desconocida.

## 3. LA ZONA INCERTA

Es el lóbulo central. Sus conexiones nerviosas son mediocrementemente conocidas.

**CONCLUSION:** En los vertebrados menos organizados (peces y anfibios) la medula espinal, que es el nivel más bajo del desarrollo nervioso, presenta una actividad independiente considerable. Por tanto debería llamarse en realidad el Consciente Primario original. Es aún una parte del actual Consciente Primario porque todos los nervios que gobiernan el cuerpo pasan del cerebro a ella y a través de ella. Otras formas de desarrollo nervioso aparecen (como el Consciente Primario en el cerebro) a medida que el animal progresa en el plano filogénico como ya hemos visto en la rana, la gallina, el perro, el mono, y finalmente en el hombre hasta que adquiere una importante corteza cerebral (es decir, un consciente y un subconsciente). Cuanto más elevado es el nivel del animal, más controla la corteza cerebral (el nivel más alto del desarrollo nervioso), los niveles más bajos de desarrollo nervioso y menos los que tienen aptitudes para actuar independientemente.

Para presentarlo de otra forma, el aumento progresivo de la complejidad de la vida, como hemos visto en la rana, la gallina, el perro, el mono y finalmente en el hombre, es debida en gran parte al aumento correspondiente del tamaño y especialmente de la complejidad de la corteza cerebral y en su influencia y control

crecientes sobre los más bajos niveles del desarrollo nervioso. No obstante, la complejidad desarrolla el espíritu de razonamiento (la corteza cerebral) y aletarga los centros primarios. Sin embargo, los más altos desarrollos nerviosos no suplantán a los más bajos, simplemente actúan a través de ellos como el cerebro actúa a través de la médula espinal. Para desarrollar su personalidad desconocida debe devolver su independencia a estos niveles más bajos de desarrollo nervioso (especialmente las diez partes importantes del Consciente Primario) y después controlarlas por medio de su **Centro del Poder Síquico**.

Ahora está preparado para la **Ciclomanía Físio-Astral**.





**Cómo**

**Poner el Aura  
y su poder de Sicometría  
bajo el Control del Poder Síquico**

**LO QUE CONTROLA SUS PODERES FISIO-ASTRALES**

Es evidente que su aura, su cuerpo astral y todos sus medios y empleos NO están bajo el control del consciente. Ni siquiera están bajo el control del subconsciente, porque éste desaparece inmediatamente con la muerte mientras que el Consciente Primario le sobrevive un cierto tiempo.

Su aura y su cuerpo astral deben estar por tanto bajo el control del Consciente Primario. Para obtener el control del poder síquico sobre su aura y su cuerpo astral debe por tanto desarrollar su Consciente Primario (lo que ha hecho ya un 1% como mínimo si ha estudiado las lecciones previas a fondo) y después utilizarlo para poner estas partes de usted bajo el control del poder síquico. Por este motivo está preparado ahora para aprender la Ciclomancia Físio-Astral.

**COMO UTILIZAR EL AURA PARA EL CONTROL DEL PODER SIQUICO**

Su aura y su cuerpo astral proceden de su cuerpo. Por tanto, están hechos por el de los mismos poderes del cuerpo que usted ha estudiado ya. Son increíbles solamente porque realizan lo que se escapa de la imaginación. Pero no hay ningún misterio en ellos. Aprenda a utilizarlos sin temor.

**EL AURA Y SU COMPOSICION**

El aura es una prolongación nebulosa alrededor de todo el cuerpo que le acompaña por todas partes. Es invisible al ojo no-iniciado. Cambia de forma, de tamaño y de color según el estado de su espíritu y de su cuerpo. Pero realmente

no es más que la combinación de las cuatro formas de sus emisiones corporales y por este motivo está muy afectada a la vez por las diferentes ondas del cerebro y por la alcalinidad y la acidez de la sangre. El aura es un gas o un plasma y está compuesta de:

1. H<sub>2</sub>O (Agua. Sudor). Y CO<sub>2</sub> (ácido carbónico del sudor).
2. Calor radiante.
3. Radiaciones infrarrojas.
4. Ondas radio. (Radiaciones electromagnéticas).
5. Magnetismo (que la mantiene en el cuerpo).
6. Es ácida o alcalina según la fisiología corporal y las ondas del cerebro. La normal fisiológica (el pH) varía con el estado de espíritu y de salud.
7. El aura es muy sensible al control mental y síquico. Hace «lo que el espíritu piensa». Está siempre dispuesta a seguir las instrucciones del espíritu o del cuerpo, igual que un impaciente perro policía que tira de la correa.

#### LA IMPORTANCIA DE LA ALCALINIDAD O DE LA ACIDEZ DEL AURA

Los alimentos alcalinos le dan un mayor dominio sobre el aura, que tiene un efecto notable en prolongar la juventud y retrasar el envejecimiento. Un sistema ácido contiene un exceso de productos usados en la sangre —productos como el nitrógeno— no-proteínico, ácido carbónico, creatina y la creatinina. Un sistema alcalino contiene una cantidad considerablemente menor de estos productos y exige menos de su corazón. Su corazón tiene que bombear menos cantidad de sangre por minuto a través de los pulmones para oxigenar el producto usado gaseoso (ácido carbónico) que contiene. Cuando el sistema es ácido, no se siente más viejo solamente porque su corazón trabaja más y está más fatigado, sino porque usted es fisiológicamente más viejo que si su sistema fuese alcalino. Está «más cerca de la tumba», para utilizar una expresión deprimente.

En otros términos, su aura está tratando más desesperadamente de separarse totalmente de su cuerpo, lo que hace al fin de su vida mortal. Cuando está muy enfermo, su aura, al igual que sus electrones, trata aún más desesperadamente de separarse de su cuerpo. Cuando mejora, su aura se acerca a su cuerpo con más determinación aún que sus electrones. Cuando «rejuvenece», el aura se aproxima a usted aún con más tenacidad, como si fuese realmente más joven. Cuando su sistema es alcalino, su espíritu es muy claro, muy fresco y muy vigoroso y su poder síquico está normalmente al máximo. Su control sobre el aura es entonces muy firme.

Cuando su cuerpo es ácido y su espíritu pierde vigor y se fatiga fácilmente, su poder síquico se debilita y su poder sobre el aura disminuye. Cuando está inconsciente, al igual que cuando duerme o cuando está débil y casi en el momento de morir, su aura se separa de su cuerpo y se suspende a uno o dos metros por encima de usted aunque permanece unida a usted por un hilo fino. Entonces su cuerpo pierde mucho magnetismo. Para controlar su aura magistralmente, necesita vigor mental para lanzar órdenes síquicas potentes. Necesita un espíritu y un cuerpo totalmente descansado y un sistema con tendencia a alcalino.

**Advertencia.** Los términos «ácido» y «alcalino» empleados fisiológicamente, significan en realidad que la sangre ha usado una gran parte de su reserva alcalina

o ácida para obtener su estado «fisiológico normal», al cual nos referimos normalmente bajo el signo pH. La sangre permanece siempre suficientemente normal fisiológicamente, excepto en casos extremos como la uremia. Cuando la sangre ha usado una gran parte de su reserva de equilibrio, el cuerpo se esfuerza febrilmente para reconstituirla gracias a los frenéticos movimientos de profunda respiración en el caso de acidez (para inspirar más oxígeno y liberarse de mayor cantidad de ácido carbónico), o bien con una actividad febril en el caso de alcalinidad (para crear más productos usados para producir más ácido carbónico).

Usted puede utilizar su aura muy eficazmente de muchas otras formas. Una de las más importantes para su vida diaria es el Arpón Síquico.

## EL ARPON SIQUICO

Cierto joven proyectó fotones tan potentes de rayos infra-rojos desde sus Antenas Cerebrales que lanzaron su aura para alcanzar a una joven que caminaba por la calle seis metros delante de él, como una mano gigante. Cuando la joven se volvió y vio que no había nadie suficientemente cerca «para ser tan incorrecto» con ella, se desvaneció. Esto era, evidentemente, un abuso del Arpón Síquico.

Tan sorprendente como parece, no es una especialidad difícil del poder síquico. Pero es necesario que la domine para poder utilizarla para toda una variedad de propósitos, como verá en las próximas lecciones.

## EJERCICIOS PARA DESARROLLAR EL ARPON SIQUICO

**Ejercicio 1. Cómo sorprender y divertir a su prometida o a su esposa con el Arpón Síquico.** La próxima vez que vea a su esposa o a su novia (o a su marido o a su prometido si es una mujer) caminando delante de usted por la calle, mírela intensamente y visualice inmediatamente su aura rodeándole como un saco invisible y espeso.

Aplice ahora el Arco Síquico Irradiante a su cuerpo. Piense e intensifique sin cesar la imagen viva de un buen bistec para aumentar notablemente el calor de la superficie de su piel.

A continuación, reúna todo el calor de su cuerpo y forme con él dos varillas ardientes en las Antenas Cerebrales. Por medio de una potentísima orden-proyectil del poder síquico lance las dos varillas ardientes de rayos infrarrojos fuera de las Antenas del Cerebro, reforzadas por una intensa fuerza de fotones para que estiren el aura que le envuelve como un saco hasta tocar a la persona en cuestión.

Ella mirará súbitamente a su alrededor. Quizá se negará a admitirlo, pero sentirá exactamente como si la hubiese tocado.

Es inútil decir que no es necesario hacer la prueba con un extraño.

**Ejercicio 2. Cómo desarrollar un potente Arpón Síquico.** Siéntese tranquilamente en su habitación y mire un objeto del otro lado de la pieza, repitiendo sin cesar el ejercicio 1 sobre él. Pero aumente regularmente la fuerza de su orden-proyectil del poder síquico así como la del poder de los fotones.

Usted ya sabe cómo aumentar la fuerza de las órdenes del poder síquico (Leción 2). Para aumentar el poder de los fotones de los rayos infrarrojos, vuelva a aplicar a su cuerpo el Arco Síquico Irradiante. Visualice también bistecs cada vez más apetitosos para que los nervios parasimpáticos aumenten la circulación en la superficie de la piel y la den cada vez más calor. Después reúna todo el calor de la piel de todo el cuerpo y forme dos varillas de rayos infrarrojos aún más ardientes en las Antenas Cerebrales, preparadas para su lanzamiento.

**Ejercicio 3. Cómo utilizar el Arpón Síquico para disuadir a una persona que le amenaza peligrosamente.** Suponga que alguien se le acerca amenazándole. Haga estallar una orden-proyectil del poder síquico a través de las Antenas Cerebrales para llevar su aura en forma de saco hasta él y refuércela con una fuerza salvaje de fotones. Sus párpados bajarán automáticamente como los de un gato al acecho y añadirán un poder hipnótico a su mirada. Su agresor sentirá súbitamente que todas sus fuerzas le abandonan.

Practique el Arpón Síquico y con el entrenamiento pronto será capaz de proyectarlo con frecuencia y más intensamente. Gracias a él puede obligar a alguien que no le conozca, especialmente en el plano sentimental, a reparar en usted, como explicaremos en el próximo ejercicio.

**Ejercicio 4. Cómo obligar a alguien que no le conozca sentimentalmente a reparar en usted con un vivo interés, gracias al Arpón Síquico.** Su corazón le impulsa a interesarse en cierta persona y a ganar su corazón. Pero ella manifiesta poco interés por usted. Sus ansiosas tentativas de conversar con ella, y los pequeños favores que le ha prestado, y que ella no le había pedido, no han recibido muy buena acogida por su parte. Y sin embargo, usted piensa que sería suya si pudiese tan sólo provocar en ella un interés irresistible por usted.

El Arpón Síquico es ideal en estos casos. La próxima vez que esté en su presencia, pero no frente a frente, mírela intensamente y visualice su aura envolviéndole como un grueso saco invisible. Ahora, aplique a su cuerpo el Arco Síquico Irradiante. Cree la visión del bistec en su espíritu, intensifíquela rápidamente y aumente el calor en la superficie de su piel. Reúna el calor de la piel de todo su cuerpo y forme con él dos varillas ardientes en las Antenas del Cerebro. Lance estas dos varillas ardientes de rayos infrarrojos fuera de las Antenas Cerebrales por medio de una potente orden-proyectil del poder síquico, ordenándola quedar fascinada por usted, y refuércela con una enorme fuerza de fotones para que estiren la envoltura de su aura con ellas hasta tocarlas. Envíe una segunda y aún más potente orden-proyectil del poder síquico si lo considera necesario, pero probablemente no lo será porque la persona en cuestión sentirá como si la hubiese tocado y mirará a su alrededor. Cuando se dé cuenta de que usted está demasiado alejado para tocarla, sentirá un extraño interés por usted. **Habrà reparado en usted.** A partir de este momento prosiga y utilice las leyes de la dominación mental sobre ella (o sobre él).

## COMO UTILIZAR LA SICOMETRIA PARA EL CONTROL DEL PODER SIQUICO

La sicometría es la facultad de decir la historia de un objeto extraño por medios síquicos. Eminentes físicos la han utilizado para cosas sorprendentes, pero la han guardado secreta porque temían al ridículo. Gracias a ella, Zschokke ha

descrito la vida de personas que le eran totalmente extrañas. La Sicometría es un increíble poder Fisio-Astral. Una mujer sicometrista ha descrito incluso escenas de siglos pasados simplemente sosteniendo en la mano una piedra perteneciente a sus ruinas.

¿Cuál es la base de esta facultad extraordinaria? A veces sucede que el aura humana se imprime a sí misma e imprime su «biografía» en todas las cosas con las que entra en contacto, y esta impresión puede permanecer unida al objeto durante siglos. Para adquirir la facultad de la sicometría, debe aprender a «sensibilizar» su ser a la Acción Molecular del aura imprimida o unida al objeto. Aprenda a hacerlo en los ejercicios siguientes.

**Ejercicio 1. Cómo extraer la historia del pasado de un objeto extraño simplemente sosteniéndola en la mano.** Suponga que acaba de recibir un regalo de su marido o de su esposa, pero usted tiene buenas razones para suponer que fue comprado y ofrecido a otra persona primero. Pero no desea que su cónyuge sepa lo que usted sospecha. Emplee la sicometría. Siéntese en una sala tranquila y oscura sin distracciones exteriores. La mínima distracción le hará perder todos sus esfuerzos para sicometrizarse. Mantenga el regalo suavemente en la mano. Cierre los ojos y vacíe el consciente para que su Centro del Poder Síquico pueda adaptarse a la Acción Molecular del aura que está impreso o unido al artículo. (Es decir el aura de la eventual tercera persona).

Permanezca inmóvil y «lance» un Arpón Síquico a este artículo a través de las Antenas Cerebrales. Su propia aura se precipitará y penetrará en todas las partículas astrales del aura unida al artículo.

Dos segundos después, con una orden del poder síquico, comience a hacer volver a usted su Arpón Síquico a través de la piel de la mano que sostiene el objeto y déjelo proporcionarle el «sentido» de la Acción Molecular del aura unida a él. Retenga la respiración para ayudarse a conservar la inmovilidad absoluta y deje al «sentido» penetrar en su piel y estimular la electricidad nerviosa apropiada en sus nervios portadores de mensajes.

Las primeras veces que trate de hacerlo no sentirá nada, pero pronto será sensible a los ligeros picores de los dedos. Sin embargo esta sensación cesará de repente; entonces comience a traer de nuevo a usted su Arco Síquico con una aspiración más confiada. Ahora, gradualmente, irá tomando consciencia de una sensación vibrante que se desliza por su brazo hasta la columna vertebral, a medida que la electricidad nerviosa aumenta en los nervios portadores de mensajes. **Conserve siempre el consciente completamente vacío mientras espera, para no interferir con el mensaje.** La sensación que sentirá es diferente de todas las que ha sentido hasta ahora.

La sensación de deslizamiento continúa moviéndose hasta el Centro del Poder Síquico y después, de repente, sentirá como cuando recuerda inopinadamente un nombre que ha tratado de recordar durante mucho tiempo. Sentirá una serie de destellos bruscos y repentinos en su consciente a medida que los mensajes vayan afluyendo a él unos detrás de otros, desde su Centro del Poder Síquico, para discutir allí su interpretación.

Repentinamente, una vaga imagen de algo aparecerá a través del vacío negro del consciente. Poco a poco se hará más clara y se desplegará en algo que tiene un significado, ya sea en formas inmóviles o movientes. Esto podría incluso transformarse en una escena real. Describa lo que ve, exactamente como lo ve y habrá extraído una historia pasada de este regalo simplemente sosteniéndolo en las manos.

**Ejercicio 2.** Practique el ejercicio 1 con diferentes objetos (tales como objetos pedidos prestados a otras personas u objetos que usted ha prestado y que le han devuelto) y trate de extraer cada vez más datos de cada uno. Para mejorar los resultados, cuando haga el vacío en el consciente, relaje también todos los músculos desde la cabeza hasta los pies. Relaje primero las cejas, después las mejillas, la boca, el cuello, los brazos, las manos, los hombros, la cintura, las piernas y los pies. Trate de sentirse como si estuviese sin vida, pero tuviese aún en la mano el objeto que desea sicometrizar.

**Ejercicio 3.** Para obtener aún mejores resultados, coloque las manos sobre las rodillas con las palmas hacia abajo, una de ellas sosteniendo el objeto que reposa sobre los muslos.

**No tense ningún músculo** —ni siquiera uno solo— de la mano que sostiene el objeto.

Cruce los pies y deje ir las rodillas hacia fuera tranquilamente, aunque sea torpemente.

No coloque los pies planos sobre el suelo. Déjelos reposar, aunque sea una postura falta de gracia, en parte sobre el borde exterior.

Relaje el cuello, pero no deje caer la cabeza hacia adelante sobre el pecho. Esto cortaría la circulación de la sangre en la cabeza.

Relaje completamente su espíritu y su cuerpo, de forma que no presente la mínima barrera a la llegada de los mensajes de su aura unida al objeto.

**Ejercicio 4. Cómo saber, gracias a la Sicometría, lo que pasa en cierto lugar en un momento dado.** Sostenga en las manos objetos que tengan una relación con escenas alejadas, como un pedazo de metal, una planta o alguna cosa del mismo género. Aplique las mismas técnicas que ha aprendido en las lecciones anteriores y trate de sondear lo que pasa en aquellos lugares en aquel momento.

**Ejercicio 5. Cómo encontrar, gracias a la Sicometría, la situación de una mina similar en la misma localidad.** Sostenga un espécimen de una substancia mineral (por ejemplo, metal o carbón) descubierta en cierta localidad. Cierre los ojos, haga el vacío en su consciente y relaje todos los músculos de su cuerpo. Lance ahora un Arpón Síquico a la substancia y deje que la envuelva y penetre en todas las partículas astrales de su aura unida a ella.

Dos segundos después, comience a volver hacia usted su Arpón Síquico a través de la piel de la mano que sostiene el objeto y déjelo arrastrar con él el aura del metal.

Manténgase ahora absolutamente inmóvil y trate de sentir la Acción Molecular del aura unida cuando ésta penetra en su piel y estimula la electricidad nerviosa en sus nervios portadores de mensajes. Primero no sentirá nada, pero pronto comenzará el ligero picazón en los dedos.

La sensación cesará de repente. Pero gradualmente sentirá cómo una sensación vibrante sube por su brazo hasta la columna vertebral. Está a punto de extraer los datos del aura de la substancia. Usted ha sintonizado su Centro del Poder Síquico con los mensajes que llegan y ahora afluyen a él.

Pero no impida que estos mensajes lleguen a su espíritu pensando en otra cosa. Mantenga siempre su espíritu completamente vacío y los músculos relajados.

Repentinamente se producirá una serie de destellos bruscos y súbitos en el consciente a medida que los mensajes afluya a él finalmente desde el Centro del Poder Síquico. Usted mantiene aún los ojos cerrados cuando una imagen vaga

aparece a través del negro vacío en el consciente. Poco a poco se hace más clara. Usted comienza a ver tierra, rocas y árboles. La imagen se aclara y he aquí que un panorama distinto se revela ante sus ojos. Si ya conoce la localidad, sabrá dónde se halla. Si no lo conoce, reconocerá el lugar inmediatamente recorriéndola. Los especímenes de la misma substancia poseen la misma Acción Molecular y mantienen una permanente conexión de ondas radio, especialmente si están poco alejadas.

El aura unida de uno de ellos alertará su Centro del Poder Síquico a esta conexión de tal forma que, cuando esté encima del punto donde la misma substancia mineral está enterrado, la mano que sostiene el espécimen temblará violentamente.

## LA SICOMETRIA Y LA HISTORIA PASADA DE LOS OBJETOS

Con la Sicometría puede describir escenas que tienen relación con objetos de **varios miles de años** de antigüedad. Puede incluso describir escenas que tienen conexión con un objeto **cientos de años antes** de que sea descubierto.

**La Sicometría a través de las cartas antiguas.** Suba al desván, tome una carta antigua y trate de sicometrizarla. Se sorprenderá de los datos que puede extraer de ella después de un poco de práctica. La Sicometría, manifiestamente, puede tener un valor inestimable para usted en la vida diaria. Si prefiere escribir ficciones, le ayudará a descubrir misterios sorprendentes e intrigas. Puede revelar mucho sobre el pasado de otra persona y su verdadero carácter. También puede ayudarle a descubrir una rica mina. Es una actividad Fisio-Astral que debería agradarle desarrollar.

**Una observación sorprendente sobre el aura.** Los fisiólogos declaran que en la visión ordinaria no se perciben en la retina los colores que rodean las imágenes porque hemos llegado a ignorarlos. Estos colores son, sin duda alguna, los colores de las auras de los objetos fotografados en la retina.





## Cómo

### **Desarrollar y utilizar los Sentidos Astrales para el Control del Poder Síquico**

#### LA IMPORTANCIA DE LOS SENTIDOS ASTRALES

Los sentidos astrales son sentidos super-síquicos. Contactan niveles por encima del nivel físico. Están unidos al cuerpo astral exactamente como los sentidos físicos están unidos al cuerpo físico. El cuerpo astral, según Webster, es «un espíritu supuesto, o un doble, género fantasma, del cuerpo humano, capaz de abandonarlo a voluntad». Sucede exactamente lo mismo con él que con su cuerpo; transporta su forma y sólo le abandona definitivamente cuando muere. Sus sentidos astrales están unidos a ella y le permiten recibir impresiones en el plano astral (o espiritual) del mismo modo en que los sentidos físicos le permiten recibir impresiones en el plano físico. Resumiendo, sus sentidos astrales son la contrapartida de los sentidos físicos. Hacen exactamente lo mismo que los sentidos físicos, pero en un plano diferente.

Un contacto síquico se produce en los dos planos, físico y astral. En el plano físico, sin embargo, la comunicación síquica es menos continua y menos precisa porque usted ha «perdido» el uso completo del Consciente Primario. En el plano astral, sin embargo, la comunicación síquica es clara, continua y segura. Al igual que el individuo medio, usted sólo utiliza el plano astral ocasional y accidentalmente, pero el maestro síquico puede pasar de sus sentidos físicos a sus sentidos astrales a voluntad. Puede incluso utilizar los dos, el plano síquico y el plano astral, al mismo tiempo. Esta increíble realización, que solamente es posible después de haber desarrollado la personalidad desconocida al máximo, se llama estado Físio-Astral.

Además, no es necesario viajar en el cuerpo astral para utilizar los sentidos astrales. En clarividencia, en visión astral, en sicometría, al leer la bola de cristal y en visión, usted permanece siempre en su cuerpo físico, pero saca datos del plano astral a través de los sentidos astrales. Y ni siquiera tiene que ponerse en trance. Es inútil añadir que nada de lo que hace con los sentidos físicos puede parecerse a lo que podría hacer en el plano astral. A menos que sea un místico de nacimiento, no puede pretender obtener voluntariamente el más mínimo resultado en el plano astral antes de haber manifestado un cierto dominio de los sentidos físicos, o de algún poder superior, como lo ha hecho en las lecciones anteriores. Pero, habiendo hecho eso ya, está preparado para añadir el incomparable poder del mundo astral a su Consciente Primario.

## COMO PONER LOS SENTIDOS ASTRALES BAJO EL CONTROL DEL PODER SIQUICO

La forma sencilla de poner los sentidos astrales bajo el control del poder síquico es desarrollar dos importantes sentidos astrales. Los dos exigen el control de un potente poder síquico para poder funcionar. Son:

1. El sentido de la presencia de las cosas vivas, y
2. El sentido síquico. (El Centro del Poder Síquico que ya ha desarrollado a lo largo del libro.)

El primero, el sentido de la presencia de las cosas vivas, es ante todo un sentido protector. Como el Consciente Primario, reposa dormido en el hombre civilizado porque éste hace largo tiempo asumió que este sentimiento le era mucho menos útil que antes. Pero los soldados en el frente lo necesitan cuando el enemigo se aproxima. Los prisioneros de guerra también lo necesitan cuando tratan de huir. En las ciudades y en otros lugares donde la criminalidad aumenta singularmente, necesita regularmente el sentido de las cosas vivas para advertirle de un peligro corporal eventual. Gracias a este sentido, incluso estando muy poco desarrollado, usted no puede caer en un emborcada o ser atacado por detrás tan fácilmente. El sentido de la presencia de las cosas vivas es también esencial para las proyecciones del poder síquico, porque intensifica las ondas radio (sus «antenas síquicas») y le permite así establecer más fácilmente el contacto con la «cosa viva».

### EJERCICIOS PARA DESARROLLAR EL SENTIDO DE LA PRESENCIA DE LAS COSAS VIVAS

**Ejercicio 1. Cómo protegerse contra la amenaza de un agresor oculto.** Siéntese en un parque tranquilo o en la plaza de una villa y cierre los ojos. Manténgalos cerrados de cinco a diez minutos, hasta que no dude que alguien se acerca a usted.

Entonces retenga la respiración y permanezca sentado absolutamente inmóvil. Esfuércese en oír el más pequeño ruido que se produzca cerca de usted y «sienta» a qué distancia está de usted la persona que se acerca. Estúdiela lanzándola un Arpón Síquico para «sentir» la Acción Molecular de su aura y hágalo volver inmediatamente a su Centro del Poder Síquico. Se sorprenderá de la rapidez con que progresa en este ejercicio.

**Ejercicio 2.** Para perfeccionar el ejercicio 1, repítalo. Pero esta vez divídalo en varias pequeñas partes.

Cierre los ojos, inmóvilícese con una profunda inspiración y escuche enseguida los diferentes ruidos que se producen cerca de usted, ya sean humanos, animales o de cualquier otra cosa. Estime con exactitud de dónde proceden. Después abra los ojos y verifique sus estimaciones.

A medida que mejore su «sentido» de la Acción Molecular, repita el ejercicio con ruidos cada vez más alejados de usted y menos claros. Póngalo fin con ruidos muy lejanos y muy poco claros.

Pero verifique todas sus estimaciones cuidadosamente. No asuma nunca a la

ligera que son buenas. De esta forma entrenará a su consciente a adquirir exactitud para apreciar las distancias y el origen de los ruidos. Esto entrena el consiente y el Centro del Poder Síquico a hacerlo aún mejor.

**Ejercicio 3.** Repita el ejercicio 2, pero aplíquelo objetos móviles. Con los ojos cerrados y la respiración contenida, estime la velocidad exacta de un vehículo y determine dónde se encontrará uno o dos segundos más tarde.

Vuelva la cabeza hacia el punto, cuente uno o dos segundos y después abra los ojos para verificar su precisión.

Este sentido tiene un valor inmenso para apreciar la velocidad de un enemigo invisible que avanza o para elegir la mejor posición para dirigir el Tubo Astral hacia él. (Aprenderá el Tubo Astral en esta lección).

**Ejercicio 4. Cómo saber a qué se parecen las personas antes de haberlas visto.** Repita el ejercicio 3. Esta vez con los ojos cerrados visualice a qué se parece la persona que se acerca. Después mírela y verifique.

Su imagen inicial de ella (exceptuando en casos raros) puede estar lejos de ser precisa, por tanto hágalo científicamente. Láncela un potente Arpón Síquico y envíela su aura en forma de saco, en la cual la envuelve para tener un molde de su apariencia. Después, «sienta» la Acción Molecular de ese molde y llévelo a su Centro del Poder Síquico.

A medida que desarrolle esta aptitud, será más capaz de «ver» a las personas en la vida diaria antes de haberlas encontrado y así podrá prepararse mucho mejor para encontrarlas y manejarlas con ventaja para usted.

## COMO UTILIZAR EL TUBO ASTRAL PARA EL CONTROL DEL PODER SIQUICO

Ahora llega a uno de los más grandes descubrimientos para enviar o recibir mensajes u órdenes en el plano astral. Este descubrimiento es el Tubo Astral.

Es un tubo que usted forma en el aire o en el éter por medio de órdenes del poder síquico enviados con gran potencia, y con fotones, ya sean enviados o recibidos por usted. El Tubo Astral comienza con dos tubos estrechos de paredes astrales gruesas, de un 1,80 metros de largo aproximadamente, uno por cada ojo. La abertura de cada uno de estos tubos no debería ser mayor que el diámetro de la pupila de cada ojo. Los rayos luminosos que «lanza» de las Antenas Cerebrales a través de cada uno de los tubos, viajan después paralelamente a la manera de los de un laser, porque las gruesas paredes les impiden dispersarse en varias direcciones y los confinan todos al diámetro de los tubos. Como resultado, se proyectan mucha mayor cantidad de rayos concentrados en una sola dirección y su intensidad por unidad cuadrada se multiplica por cientos o miles de veces. Una vez que los rayos luminosos (que consisten en rayos infrarrojos y ondas radio) se han mantenido paralelos a lo largo de 1,80 metros, permanecen paralelos hasta que alcanzan su destino.

Cuando las condiciones síquicas son ideales —como cuando la otra persona está dormida o en otro estado mental apropiado para recibir sus proyecciones— usted le descarga una orden del poder síquico con sus rayos infrarrojos y sus ondas radio concentrados en estos dos pequeños tubos para que ninguno de ellos

se disperse, y se abrirá un canal de electrones en el aire y en la atmósfera astral. Este canal es el Tubo Astral y se convierte inmediatamente en un fácil camino para que usted envíe o reciba impresiones síquicas. En realidad consiste en dos pequeños canales que se acercan gradualmente como los lados de un campanario, y que se encuentran en su destino.

El Tubo Astral intensifica las proyecciones de poder síquico a un grado tan enorme que la persona a quien se las envía queda «sofocada» y ellas conducen a su destino sus mensajes y órdenes con gran fuerza. Si trata de recibir mensajes u órdenes de otra persona o de un objeto, recibirá, por el mismo motivo, todos estos mensajes u órdenes con gran fuerza por el Tubo Astral. Si trata de ver, de oír o de leer los pensamientos de los demás a gran distancia, los verá más claramente, los oírás mejor y los leerá con más facilidad a través del Tubo Astral.

Sin embargo, fatiga más formar y utilizar el Tubo Astral que enviar o recibir mensajes u órdenes síquicas sin él. Con él, tiene que abrir un orificio delante de usted en el éter con los fotones de los rayos infrarrojos. Si tuviese que abrir canales a través de líquidos y sólidos (por ejemplo a través del agua o de las paredes) tendría que añadir una potencia multiplicada de fotones de ondas radio. Pero sus resultados son, por emplear una expresión gráfica común, pero que se adapta bien, «fuera de este mundo». Otra gran ventaja del Tubo Astral es que para utilizarlo, no tiene que adormecerse o entrar primero en trance. Además, es muy práctico en la vida diaria poderse comunicar con los demás simplemente por medio del pensamiento. Por tanto practique con interés los ejercicios siguientes.

**Ejercicio 1. Cómo crear el Tubo Astral para la proyección del poder síquico.** Puede hacer este ejercicio de pie, sentado o acostado. Es preferible hacerlo acostado, si se puede, porque entonces puede relajarse mejor y economizar toda la energía física para el ejercicio.

Por tanto, solo en su habitación, acuéstese en la cama. Cierre los ojos y relájese de la cabeza a los pies, como lo hizo para la sicometría.

Ahora cree dos tubos gruesos de material astral brumoso, de 1.80 metros cada uno, alrededor de cada ojo. (Visualícese profundamente a sí mismo haciendo esto). Deje un orificio en el centro de cada uno, del tamaño de la pupila del ojo aproximadamente.

Ahora, aplique el Arco Síquico Irradiante a todo su cuerpo. Visualice el bistec sin interrupción, intensificando cada vez más la imagen hasta que su boca salive libremente para calentar la superficie de la piel con los nervios parasimpáticos.

Después, reúna todo el calor de la piel de todo el cuerpo y forme con él dos varillas ardientes, delgadas y cortas. Coloque cada varilla en cada una de las Antenas Cerebrales.

Ahora, lance una potente orden-proyectil detrás de las varillas ardientes, como el doble disparador detrás de los cartuchos de un fusil de cañón doble. Sus rayos infrarrojos lanzarán chispas por los ojos con una potencia de fotón hercúlea y abrirán dos estrechos canales a través del aire, liberando un mar de electrones.

Dirija el Tubo Astral directamente sobre las Antenas Cerebrales de la persona que desee, para que las varillas ardientes de infrarrojos se dirijan directamente sobre él. Refuerce su potencia enviando una orden-proyectil del poder síquico, y después una segunda, a través del Tubo Astral.

Una sensación de rigidez se creará en usted y en la otra persona una vez

que haya creado el Tubo Astral entre ambos, como si el tubo fuese una substancia dura, gomiza, opaca, que le uniese a ella a través de toda la distancia y formase un canal directo de comunicación entre ambos.

**Ejercicio 2. Cómo proyectar un mensaje o una orden a través del Tubo Astral.** Ahora proyecte su mensaje consciente o su orden a la otra persona desde las Antenas Cerebrales. En su retina se convierte en energía y calor, y después en ondas radio. Desde su retina usted lanza estas ondas radio a través del Tubo Astral a la otra persona. Ya que el Tubo Astral mantiene las ondas radio paralelas al comienzo de su viaje, como usted ya sabe, permanecen paralelas el resto del camino e intensifican su mensaje u orden cientos o miles de veces, como el láser. Pero debe duplicar aún la intensidad del mensaje u orden con una orden-proyectil del poder síquico simultánea para duplicar la potencia de los fotones de las ondas radio y acortar así su longitud.

Cuando sus ondas radio alcanzan a la otra persona irrumpen en sus Antenas Cerebrales y son convertidas en electricidad nerviosa en la retina. Cuanto más cortas sean las ondas más fibras de su nervio óptico se cargarán de electricidad nerviosa (corrientes de acción retinal) y con más fuerza se registrarán los efectos de su mensaje u orden en su Centro del Poder Síquico y serán enviados al consciente y al subconsciente. Después entréñese para intensificar la proyección del mensaje u orden a través del Tubo Astral duplicando la fuerza de los fotones de las ondas radio.

**Ejercicio 3. Cómo extraer o recibir una información de otra persona a través del Tubo Astral.** Al igual que el ejercicio 2, puede practicarlo de pie, sentado o acostado. Asegúrese solamente de que está completamente relajado y para ello es preferible estar acostado.

Ahora cierre los ojos. (Como usted ya sabe, las ondas cerebrales Delta y Theta —es decir, las ondas cerebrales del Centro del Poder Síquico— raramente se manifiestan en el adulto medio cuando está despierto. Cerrando los ojos disminuye las distracciones visuales que hay a su alrededor y simula mejor el sueño.)

Cree un Tubo Astral entre usted y otra persona y envíe una orden-proyectil del poder síquico ordenándola ponerse inmediatamente en contacto con usted a través del tubo. Ahora «aspire» su orden-proyectil del poder síquico para que vuelva a sus Antenas Cerebrales y visualice la retina recibéndola y convirtiéndola en electricidad nerviosa (corrientes de acción retinal). A continuación visualice la electricidad nerviosa precipitándose a lo largo de los nervios ópticos en el Centro del Poder Síquico. Pronto o inmediatamente, la otra persona enviará un mensaje de ondas radio detrás de ella.

Repita el ejercicio, doblando, triplicando y cuadruplicando la velocidad de su respuesta para poder intensificar «la aspiración de vuelta» de su orden-proyectil del poder síquico desde la otra persona hasta sus Antenas Cerebrales y así acelerar su reacción a su requerimiento.

### COMO UTILIZA LA SERPIENTE EL TUBO ASTRAL PARA CONSEGUIR SU PRESA

El Tubo Astral es prácticamente lo que la serpiente utiliza instintivamente para paralizar —e incluso matar— a los pájaros y a los pequeños mamíferos

como las ardillas. El reptil no trata de hipnotizarlos; simplemente los mira y proyecta en sus ojos su deseo, estremecedor, de tragárselos vivos. Se podría decir que una orden del poder síquico se precipita instintivamente desde sus Antenas Cerebrales hasta las de la presa en potencia, para anonadarla con la fuerza de sus fotones. Después, el proyectil es vuelto a llevar a través del Tubo Astral hasta las Antenas Cerebrales de esta ávida serpiente con una mirada aspirante, tan abrumadora, que la presa cree que ya ha sido tragada viva. Esto explica el sentimiento de impotencia que coge al animal mucho antes de que el enemigo haya hecho un solo movimiento en su dirección. Entonces la serpiente simplemente mantiene la boca abierta y su presa subyugada se precipita dentro sin resistencia al encuentro de su destino.

### COMO DESARROLLAR EL MICROSCOPIO ASTRAL

Evidentemente, con el Microscopio Astral puede ver a través de cualquier cosa. Pero, como todo lo astral, es posible que usted no pueda dominarlo jamás. Por otra parte, es posible también que pueda dominarlo mucho antes de lo que piensa. Incluso si no tiene éxito enseguida, puede tenerlo más tarde.

He aquí las etapas sucesivas, brevemente expuestas, para crear el Microscopio Astral.

1. Siéntese tranquilamente en su habitación, cierre los ojos y relájese de la cabeza a los pies, como hizo para la sicometría. Con la materia astral brumosa (que será descrita totalmente en una próxima lección) cree dos Lentes Astrales delante de usted, una delante de la otra, como un microscopio.

2. Ayúdela a realizarse representándose la ligera material brumosa exudando de su cara y solidificándose en dos Lentes Astrales.

3. Cree la Lente Astral más próxima a usted, convexa y de unos cinco centímetros y colóquela 2,5 centímetros aproximadamente delante de usted.

4. Haga la segunda Lente Astral de un tamaño equivalente a la mitad de la primera y colóquela a unos 50 centímetros delante de usted.

5. Encierre las dos lentes en un Tubo Astral no mayor de 75 centímetros. De otro modo, la imagen sería muy grande y se extendería demasiado en la retina, lo que la haría parecer confusa. Este es el Microscopio Astral.

### COMO MIRAR A TRAVES DEL MICROSCOPIO ASTRAL

1. Coloque un trozo de tela delante de usted.

2. Ponga el Microscopio Astral a punto delante de él y trate de ver entre el tejido. Para hacerlo, mire a través del borde superior de la lente grande colocada más cerca de usted y después deje que sus rayos visuales se extiendan para mirar a través de toda la lente pequeña, más alejada.

3. Remate todo esto con una Doble Orden del Poder Síquico, lanzando un proyectil N.º 1 para aumentar el tejido cinco veces. Inmediatamente refuércelo con un proyectil N.º 2 en el Centro del Control de los Organos para estimular intensamente los nervios Parasimpáticos con el Arco Síquico, con el fin de adaptar sus ojos a la visión de cerca.

A medida que progresa, intente «visiones» más difíciles con el Microscopio Astral. No es solamente un excelente ejercicio para la vista, sino que además continúa desarrollando la personalidad desconocida.

## COMO DESARROLLAR EL TELESCOPIO ASTRAL

Con el Telescopio Astral puede ver a distancias ilimitadas sin que su cuerpo astral abandone su cuerpo físico. Pero, evidentemente, no verá tan bien como cuando viaja en su cuerpo astral. De su cuerpo astral usted tiene una visión circular, todo alrededor de usted, como si usted viajase en persona, mientras que con el Telescopio Astral usted ve solamente donde está. El Telescopio Astral está también sujeto a la desintegración, a las interferencias de otras corrientes astrales y a las proyecciones concentradas de otro Tubo Astral, porque el plano astral está constantemente atravesando por corrientes y contracorrientes de proyecciones de rayos infrarrojos y de ondas radio. Sin embargo, con el Telescopio Astral usted puede, incluso a grandes distancias, discernir las auras, las emociones y la mayor parte de los pensamientos de las personas que observa. Por tanto, es un poder de la personalidad desconocida que merece la pena hacer cualquier esfuerzo para desarrollarlo, aunque sólo sea en un grado ínfimo.

Los pasos a seguir para llegar a crear el Telescopio Astral son expuestos concisamente en el ejercicio siguiente.

**Ejercicio. Cómo ver lo que hace su mujer o su marido a más de tres mil quinientos kilómetros de distancia, gracias al Telescopio Astral.**

1. Siéntese tranquilamente en su habitación, cierre los ojos y relájese de la cabeza a los pies como lo hizo para la sicometría. Con el material astral brumoso (que será descrito con detalle en una lección próxima) haga dos Lentes Astrales delante de usted, una delante de la otra, como un telescopio.

2. Ayúdelas a realizarse representándose la ligera materia brumosa exudando de su cara y solidificándose en dos Lentes Astales.

3. Haga la Lente Astral más próxima a usted, cóncava, aproximadamente de cinco centímetros de diámetro y colóquela a unos 15 centímetros delante de usted.

4. Cree la segunda Lente Astral con un diámetro aproximadamente doble del de la primera y colóquela a 1,5 metros delante de usted.

5. Encierre las dos lentes en un Tubo Astral. Esto es el Telescopio Astral.

## COMO MIRAR A TRAVES DEL TELESCOPIO ASTRAL

1. Visualice el lugar donde supone que su mujer (o su marido) está en este momento, y

2. Dirija el Telescopio Astral hacia ese lugar y trate de verla (o verle). Para hacerlo mire a través del borde inferior de la lente pequeña, que es la que está más próxima a usted. Después deje que sus rayos visuales se extiendan para mirar a través de toda la lente grande, más alejada.

3. Remate todo esto con una Doble Orden del Poder Síquico, lanzando un Proyectil N.º 1 para aumentar su mujer (o su marido) cinco veces y refuércela inmediatamente con un Proyectil N.º 2 dirigido a su Centro de Control de los Organos para estimular intensamente los nervios simpáticos con el Arco Violento a fin de adaptar sus ojos a la visión de lejos.

Si su mujer (o su marido) no está en aquel lugar en este momento, no la verá. Si está acompañada de alguien, verá de quién se trata así como la asociación entre ambos en este momento. Usted no podrá sin embargo oír lo que dicen, y no debe sacar conclusiones apresuradas por algún gesto momentáneo que pueda observar. Debe dirigir el Telescopio Astral sobre ellos varias veces antes de interpretar lo que haya podido ver, y esto exige un gasto hercúleo de energía del poder síquico con el Telescopio Astral. Utilícelo con preferencia para encontrar rápidamente dónde se encuentra otra persona, y con quien, si lo desea, en un momento dado.

Los ejercicios para adquirir el Microscopio Astral y el Telescopio Astral, eliminarán progresivamente la necesidad de llevar gafas o por lo menos, le permitirán llevarlas con menos frecuencia y, en ciertos casos, eliminarlas completamente.

### COMO DESARROLLAR LOS OJOS RADIOSCOPICOS (RAYOS X)

Un ser humano puede adquirir ojos radioscópicos (rayos X) porque el cuerpo humano es radioactivo. Sin embargo, este hecho es en sí de la menor importancia. Más importante es establecer un mecanismo con las emanaciones de su cuerpo que reproduzca el medio de producir rayos X. Usted puede producirlos con el medio que ya ha aprendido, es decir, proyectando potentes fotones desde las Antenas Cerebrales a través del Tubo Astral. Pero ahora va a utilizar el Medio Cono Astral Truncado. A continuación sabrá porqué.

Para crear rayos X, siga estas sencillas instrucciones:

1. Cree un Medio Cono Astral Truncado, como una pantalla gigante, desde su frente. Déjelo extenderse hacia abajo hasta un ángulo de 30° aproximadamente y una longitud de unos 20 centímetros, es decir suficientemente largo para llegar a ala mitad de la nariz.

2. Ahora proyecte desde las Antenas Cerebrales una potente corriente de electrones. Hágalo con una orden-proyectil del poder síquico procedentes del Centro del Poder Síquico, pasando los las Antenas Cerebrales.

3. Multiplique su velocidad reforzándolos con el fantástico empuje de la potencia de los fotones liberados al mismo tiempo.

4. Cuando este torrente de electrones alcance la superficie inclinada del Medio Cono Astral Truncado suspendido, se detendrá súbitamente y la energía de sus electrones se transformará en otra forma de energía. Menos del 1% de esta nueva energía se emplea en producir rayos X; la mayor parte se transforma en calor. Con la electricidad real, el impacto de semejante calor es suficiente para fundir cualquier metal conocido. Por este motivo la máquina de rayos X utiliza un disco-freno que gira para reducir las concentraciones de este calor sobre el objetivo. Pero usted, ciertamente, nunca tendrá necesidad de temer crear ni siquiera una fracción de ese calor.

Es inútil decir que hay muchas probabilidades de que usted no posea nunca ojos radioscópicos (rayos X) suficientemente potentes para ver a través del



cuerpo humano, a menos que dedique su vida a entrenarse como el maestro síquico. Entonces tendría que desarrollar una orden-proyectil del poder síquico lanzando electrones al mismo tiempo que un soporte de fuerza de fotones para reforzarlo. Tendría que multiplicar su personalidad desconocida enormemente y conseguir pasar los Puntos de Unión de los Nervios sin perder electricidad nerviosa.

Entonces, podría ver a través del cuerpo humano con los ojos radioscópicos (rayos X). Al entrenarse para adquirir los ojos radioscópicos (rayos X) dará a sus ojos un calor de penetración que subyugará rápidamente a los demás.

### COMO ADQUIRIR EL OIDO ASTRAL

Con el Oído Astral, al igual que con la Visión Astral, puede oír voces a grandes distancias sin estar allí presente con el cuerpo astral. Tiene las mismas relaciones con el cuerpo astral en movimiento que la Visión Astral. Pierde su agudeza en razón de la distancia del lugar donde desea oír, y está sujeto a las interferencias de las corrientes astrales y de sus contracorrientes. Al igual que usted no puede ver lo que pasa en determinado lugar tan bien como con la presencia de su cuerpo astral. Sin embargo, cuando está combinada con la Visión Astral, es incomparablemente eficaz y viene exactamente detrás del cuerpo astral en movimiento. Y, puede utilizarlo cuando está consciente y despierto, mientras que usted no puede servirse de su cuerpo astral más que cuando está dormido o en trance.

**Ejercicio. Para escuchar a una persona que esté a más de tres mil quinientos kilómetros de usted.** Siéntese tranquilamente en su habitación y relájese de la cabeza a los pies. Cree una Trompeta Astral en el exterior de uno de los oídos. Un oído basta porque exige mucha concentración escuchar dos Trompetas Astrales al mismo tiempo. Cuando usted escucha un ruido normalmente, automáticamente lo escucha como si los dos oídos fuesen uno solo, al igual que cuando mira un objeto, lo mira como si los dos ojos no fuesen más que uno.

Cree la Trompeta Astral de la misma forma que crea el Tubo Astral. Pero créela en forma de trompeta que comience pequeña en su oído y que aumente hasta tener 1,20 m. de largo y 0,60 m. de diámetro.

Envíe ahora una orden-proyectil del poder síquico desde el Centro del Poder Síquico Auditivo (en los lados inferiores del cerebro), a través del nervio auditivo en un movimiento hacia atrás antidrómico (circulando contra la corriente de la electricidad nerviosa), ordenando a las células ciliadas del Caracol que reciben el sonido del lugar donde usted sabe que se encuentra en este momento la persona a quien desea oír. Puesto que usted ya conoce su voz, su Centro del Poder Síquico Auditivo supersensibiliza las células ciliadas sobre la frecuencia exacta de la onda sonora que espera de aquélla. Su oído puede reaccionar a las ondas sonoras que varían entre los 16.000 y los 20.000 c.p.s. y entre estos límites puede distinguir aproximadamente 11.000 tonos diferentes.

Inmediatamente, cree un Tubo Astral delante de sus ojos y lance desde la frente una orden-proyectil del poder síquico a través de las Antenas Cerebrales y del Tubo Astral a la otra persona, y entre en contacto con su Centro del Poder Síquico. Ordénele devolverle las palabras.

Las ondas radio y sus palabras serán «aspiradas» inmediatamente hacia usted a través del Tubo Astral. Pero, rompa el Tubo cuando «sienta» que las ondas radio están cerca de usted y «aspírelas» hacia el interior de su oído cuando sienta que están cerca a través de la Trompeta Astral. Ellas repiquetearán en su oído hasta las células ciliadas del caracol y estimularán simultáneamente la verdadera electricidad nerviosa y la Electricidad del Caracol. Intensifique la Electricidad del Caracol hasta el máximo con el Arco Violento (pensando en algo que deteste) y esto precipitará el mensaje de la otra persona hasta su Centro del Poder Síquico Auditivo, el cual lo enviará a su Gran Centro Auditivo en el consciente.

## **Cómo**

### **Obtener conocimientos provechosos del Mundo Fisio-Astral gracias al Control del Poder Síquico**

#### **EL MISTERIOSO CONTACTO DEL ESPIRITU CON EL PASADO Y EL FUTURO**

Los ocultistas llaman a los anales del pasado y a los sucesos futuros de la tierra, los Anales Akashic. Declaran que cada incidente o fenómeno terrestre, pasado o futuro, está inscrito para siempre en el éter bajo la forma de rayos luminosos. Los del pasado se alejan de la tierra y los del futuro se aproximan a ella. Para leer el pasado o el futuro de alguien, basta con sintonizar su espíritu con las longitudes de onda específicas de sus rayos luminosos y dirigir su mensaje síquico hacia ellos para obtener la respuesta, o bien puede enviar su cuerpo astral para que los lea para usted.

Pero hay un hecho físico importante relativo a los Anales Akashic que no ha sido explicado. ¿Cómo un mensaje síquico que proviene de un espíritu humano y es enviado a los rayos luminosos del pasado, puede recogerlos, ya que ambos son rayos luminosos y viajan a la misma velocidad?... Los humanos solamente podrían entrar en contacto con los rayos luminosos del pasado gracias al cuerpo astral, porque solamente en este plano alguna cosa de un cuerpo vivo puede viajar a mayor velocidad que la luz. Los Anales del pasado, sin embargo, pueden ser leídos sin el cuerpo astral. Los Anales Akashic, por tanto, no dan una explicación satisfactoria.

#### **LOS ANALES DE LA TIERRA DEL PASADO Y DEL FUTURO**

Parece más verosímil que en vez de consistir en rayos luminosos que se alejan de la tierra o se acercan a ella, el pasado y el futuro estén escritos para siempre en una batalla fantásticamente desastrosa, elevándose a millares de kilómetros

en el éter bajo la forma de Anales de la Tierra. Aparentemente están apilados sobre la superficie de la tierra como una pila astronómica de soldados heridos de altura, pero con cada héroe dispuesto a responder a la voz de un pariente o de un amigo.

Los Anales de la Tierra del Pasado consisten no solamente en rayos luminosos sino también en ondas sonoras que resultan ambas de sus actividades físicas, químicas y mentales que se produjeron sobre la tierra. En vez de precipitarse en el espacio a la velocidad de la luz y del sonido, se alejan de la tierra a la deriva, juntos, en «formas combinadas» y no han podido ir muy lejos a causa de la enorme pila de formas combinadas que se han acumulado delante de ellas desde tiempo inmemorial. Esta corteza espesa de formas combinadas de un millar de kilómetros de altura, es espesada continuamente por debajo por la adición sin fin de nuevas formas combinadas. El motivo por el cual estas formas combinadas no se elevan en el espacio a la velocidad de la luz y del sonido, es un misterio; pero el hecho de que pueden entrar en contacto con ellas, fácilmente, espíritus sincronizados, indica que éste es el caso. Esto explica también por qué las escenas que se produjeron hace varios siglos se reproducen a veces espontáneamente bajo una forma astral. Testigos fidedignos han asistido atónitos a batallas enteras que fueron «repetidas» siglos más tarde en determinada localidad. Esto explica del mismo modo, el misterio de las casas encantadas y de las apariciones repetidas del mismo espíritu en el mismo lugar durante un período de tiempo considerable.

Todas estas entidades sobrenaturales deben encontrarse permanentemente muy cerca de la tierra. No podrían haber abandonado la tierra a la velocidad de la luz durante siglos y sin embargo ser capaces de volver a ella recorriendo toda esa distancia de repente y reaparecer una vez más, a menos que sea en el plano astral. Pero ya que el pasado puede ser alcanzado sin el cuerpo astral, las formas combinadas de los Anales de la Tierra no pueden existir únicamente en el plano astral. Podría ser que poseyesen peso y substancia y que fuesen retenidas cerca de la tierra por atracción terrestre. O bien que poseyesen una adhesión sicométrica astral con personas y lugares determinados hasta que éstos fuesen destruidos. Por este motivo destruyendo una casa encantada se suprimen las apariciones.

Pero, incluso entonces, no dejan la tierra a toda velocidad, porque pueden aún reaparecerse a la persona cuyo espíritu está sincronizado con el suyo. Entonces, esto podría ser principalmente la atracción terrestre o un magnetismo astral (como una unión aural) que sujeta los Anales de la Tierra del Pasado a la tierra.

No podemos ofrecer aquí ninguna otra explicación de este misterio. La única intención era demostrar que los anales del pasado difícilmente pueden existir como los Anales Akashic explican, sino que es más factible que existan bajo las formas combinadas de los Anales de la Tierra del Pasado.

Por el contrario, los Anales de la Tierra del Futuro están compuestos de rayos luminosos y de ondas sonoras que emanan de fuerzas físicas, químicas y mentales sobre la tierra que convergen por medios variados y direcciones diversas hacia un punto específico o una localidad de la tierra para aportar un fenómeno particular o un suceso. Estos tampoco pueden llegar a la tierra procedentes de un lugar lejano del espacio viajando a la velocidad de la luz. Deben estar muy cerca de la tierra o de las fuerzas físicas, químicas y mentales de la tierra que los provocan, emanando y convergiendo para reunirlos a cierta hora en un determinado lugar. Si, por ejemplo, usted encuentra inesperadamente a una persona en la calle mañana por la mañana, los rayos luminosos y las ondas sonoras de sus espíritus y de sus cuerpos que están convergiendo para hacerles encontrar cier-

tamente no viajan hacia la tierra a millones o billones de kilómetros de distancia. Mas bien existen aquí abajo sobre la tierra en sus espíritus y en sus cuerpos.

Una vez que se hayan encontrado y separado, el suceso permanece unido a ambos bajo la forma de recuerdo y queda cerca de la tierra. A medida que ambos olvidan gradualmente este incidente, sus formas combinadas se separan más de sus espíritus pero quedan bastante cerca de ustedes porque puede ser recordado por el consciente bajo los efectos de hipnotismo, si es necesario, o con el poder síquico mientras usted está consciente. Cuando ambos mueren se separa por fin totalmente de sus cuerpos físicos, pero flotará siempre alrededor del lugar donde eso sucedió, porque ése es su verdadero lugar de permanencia. No abandona repentinamente la tierra como una flecha y a la velocidad de la luz. Si alguien que conoce bien a los dos, o cualquier otro espíritu sincronizado, pasase algún tiempo en ese mismo lugar, podría «sentir» o incluso ser testigo de esta misma escena «vuelta a representar» delante de sus ojos —**aunque las personas que estuviesen a su alrededor no viesen nada ni se diesen cuenta de nada.**

Esta es, por tanto, la base completa e indispensable para ser capaz de obtener conocimientos provechosos del mundo Físio-Astral. Sepa cómo sintonizar su espíritu con lo que desea saber de él y puede llegar a obtenerlo. (Sintonizar el espíritu con los rayos luminosos y las ondas sonoras de una escena equivale a «sentir» la Acción Molecular de un objeto, como hizo en Sicometría.)

## CLARIVIDENCIA DEL PASADO Y DEL FUTURO

La clarividencia es la facultad de entrar en contacto con los Anales de la Tierra del Pasado y del Futuro y de percibirlos como si hubiesen sucedido al principio. Esto no incluye la facultad de ver apariciones, visiones u otras entidades sobrenaturales.

Para la Clarividencia del Pasado usted sintoniza la receptividad del Centro del Poder Síquico con los rayos luminosos y con las ondas sonoras o con la forma combinada de un fenómeno o de un suceso que permanece entre los Anales de la Tierra del Pasado. Cada fenómeno o suceso posee sus propios rayos luminosos individuales y sus ondas sonoras. No existen dos que sean exactamente iguales y se puede entrar en contacto con ellos con la propia receptividad del poder síquico. Todo el secreto reside en el hecho de que usted asuma la «receptividad apropiada» o que sintonice su Centro del Poder Síquico (así como el Centro del Poder Síquico Auditivo) con los rayos luminosos específicos y las ondas sonoras que componen una forma combinada determinada. La Receptividad Apropiada es asumida más fácilmente en el estado de trance porque el consciente desconfiado e introspectivo y su soporte sólido, el subconsciente, pierden su influencia para destruirla. La Electricidad del Caracol y las ondas cerebrales a y b, las ondas cerebrales del poder síquico, están entonces mucho mejor controladas.

Para la Clarividencia del Futuro debe sintonizar la receptividad del Centro del Poder Síquico con los rayos luminosos y las ondas sonoras que tienen más probabilidades de converger física, química y mentalmente sobre la vecindad de la tierra o en ella, para provocar un determinado fenómeno o suceso. El secreto, una vez más, reside en el hecho de que usted asuma la Receptividad apropiada.

## COMO ADQUIRIR LA RECEPTIVIDAD APROPIADA PARA LOS ANALES DE LA TIERRA DEL PASADO Y DEL FUTURO

En sicometría la huella aural de un objeto le coloca rápidamente en la Receptividad Apropriadada para sus Anales de la Tierra, pero para hacer lo mismo con la clarividencia debe encontrar algo que reemplace al objeto. Pero puede hacerlo pensando en otra cosa que haya pasado en la misma época. Una vez que haya adquirido la Receptividad Apropriadada para los Anales de la Tierra del Pasado de esa «otra cosa», le resultará fácil seguir concentrándose entre los Anales de la Tierra de ese mismo período de tiempo y situar y adquirir la Receptividad Apropriadada para la forma combinada con que desee entrar en contacto.

A la inversa, usted recibirá un mensaje síquico ocasionalmente de los Anales de la Tierra de una forma combinada de un fenómeno o de un suceso pasado y será incapaz de determinar la época y el lugar donde sucedió. Para determinarlas, tenga delante de usted, por ejemplo, la imagen de un inmueble semejante al que ha discernido en este mensaje o la de un personaje histórico de la época y empléela para estimular la Receptividad Apropriadada.

### EJERCICIOS PARA DESARROLLAR LA RECEPTIVIDAD APROPIADA PARA LOS ANALES DE LA TIERRA DEL PASADO

**Ejercicio 1. Cómo saber dónde fue su mejor amigo cuando se separó la noche anterior.** En vez de tratar de entrar en contacto con una forma combinada de una escena de hace veinte o cincuenta años, trate primero de entrar en contacto con una escena de la noche anterior. Comience también con escenas que le hayan impresionado mucho. Después hágalo con escenas más lejanas. Este es un ejercicio incomparable para la memoria y acordarse de cosas olvidadas es una cualidad indispensable para todo empeño artístico.

Un excelente ejercicio con el cual puede comenzar a entrenarse es tratar de saber dónde fue la noche anterior su mejor amigo o su novia después de separarse de usted, y lo que él (o ella) hicieron durante la hora siguiente. Siéntese o acuéstese en un lugar tranquilo —preferentemente en su habitación— y relaje los músculos de la cabeza a los pies. Visualice a su amigo (o a su novia) cómo le vio la noche anterior y reproduzcase en su espíritu la imagen de ambos en el momento en que se separaron. Manténgala bien viva en su espíritu.

Imagínese ahora a sí mismo delante de su amigo inmediatamente después de la separación, de forma que ahora piense y sienta exactamente cómo él pensó y actuó en aquel momento. Es el medio más rápido para sintonizar su espíritu con el suyo y hacerle altamente receptivo a las formas combinadas que él liberó en el espacio en aquel momento. Como consecuencia, los rayos luminosos y las formas combinadas serán «aspiradas» en su Centro del Poder Síquico y sus ondas sonoras en su Centro del Poder Síquico Auditivo. Así es de sencillo.

Si usted no consigue un éxito inmediato, repose un momento e inténtelo de nuevo. Después pruebe con otra persona que haya encontrado la víspera. Cuando haya practicado estos ejercicios durante un cierto tiempo (puede entenderse durante varias semanas) las escenas tomarán rápidamente forma en su espíritu y desarrollará en seguida la facultad de la Receptividad Apropriadada.

**Ejercicio 2.** Repita el ejercicio 1 de forma más rigurosa con escenas cada vez más lejanas.

**Ejercicio 3.** Repita los ejercicios 1 y 2 con escenas históricas. Se sorprenderá al comprobar con qué facilidad ha adquirido la Receptividad Apropriada y pronto podrá adquirir conocimientos provechosos de los Anales de la Tierra del Pasado.

## EJERCICIOS PARA DESARROLLAR LA RECEPTIVIDAD APROPIADA PARA LOS ANALES DE LA TIERRA DEL FUTURO

El medio de adquirir la Receptividad Apropriada para los Anales de la Tierra del Futuro es semejante al empleado para adquirir la del Pasado. Pero en vez de situarse en la posición del pasado, debe situarse en la del futuro. En vez de situarse en el lugar de su amigo o de su novia cuando se separaron la otra noche, póngase en su lugar para saber cómo él (o ella) actuará cuando le encuentre la próxima vez, por ejemplo esta noche.

**Ejercicio 1.** Cómo saber con anterioridad lo que hará su mejor amigo cuando se encuentren esta noche. Siéntese o acuéstese en un lugar tranquilo —de preferencia su habitación— y cierre los ojos y relaje los músculos de la cabeza a los pies. Visualice a su amigo cómo estará probablemente esta noche y cómo se sentirá. Para facilitar las cosas cree su «hoy» primero como usted cree que sucederá para que le ayude a adquirir la Receptividad Apropriada para esta noche con mayor rapidez aún. Pronto, a medida que mejore su eficiencia, grandes oleadas de colores pasarán ante sus ojos cerrados en largas tiras silenciosas, flotantes, moviéndose de un lado a otro. Después se difuminarán y darán paso a formas y escenas de su amigo realizando sus obligaciones diarias. Ahora concéntrese para ver cómo actuará esta noche. Como la forma combinada de sí mismo para la forma en que actuará esta noche está ya formada, sus rayos luminosos y sus ondas sonoras y aquellas que atrae para su experiencia de la noche, encontrarán una pronta receptividad en su Centro del Poder Síquico Auditivo. Como estas fuerzas ya están convergiendo desde hace algún tiempo antes de encontrarse realmente y de crear una forma combinada para los Anales de la Tierra, su propio espíritu será transportado con ellas con la Receptividad Apropriada y así sabrá CON ANTERIORIDAD lo que su amigo hará muy probablemente esta noche. Es como lanzarse de un avión en paracaídas al mismo tiempo que otra persona pero aterrizar bastante tiempo antes que él para tener una idea con anterioridad del lugar donde aterrizará.

**Ejercicio 2.** Cómo saber con anterioridad lo que hará su mejor amigo en un momento dado del futuro. Siéntese o acuéstese, cierre los ojos y relaje los músculos de la cabeza a los pies concentrándose una vez más en su mejor amigo. Pero trate de entrar en contacto con sus Anales de la Tierra en un momento cualquiera. Visualícese a sí mismo como si fuese él, para adquirir rápidamente la Receptividad Apropriada para sus futuras formas combinadas. Análícele tan completa y fielmente como pueda y trate de ser él. Cuanto más auténticamente se convierta en él, más receptivos serán sus dos centros del poder síquico a sus formas combinadas.

A continuación envíe una pregunta-proyectil del poder síquico a través de las Antenas Cerebrales a su Centro del Poder Síquico preguntándole cuándo se casará,

ganará mucho dinero, perderá el empleo, caerá gravemente enfermo, tendrá un ascenso, abandonará la ciudad, o cualquier otra cosa que desee saber sobre él. Ya que su propio Centro del Poder Síquico es ya receptivo (aunque su consciente no lo sea) a los rayos luminosos y a las ondas sonoras convergentes que están a punto de encontrarse y de crear una forma combinada en el futuro de la respuesta a su pregunta, su pregunta les será enviada con la Receptividad Apropriada y discernirá la construcción final de esta inminente forma combinada enviando estos conocimientos a su Centro del Poder Síquico como respuesta.

**Nota.** No espere un éxito completo porque usted no comprenderá completamente a su amigo de ningún modo. Usted no comprenderá probablemente más de un diez por ciento de su verdadera personalidad con un grado cualquiera de precisión. Además usted no ha desarrollado su receptividad apropiada en un 100 % ya que no ha desarrollado su personalidad desconocida totalmente. Pero desarrollar esta facultad simplemente en uno por ciento puede quizás bastarle para conseguir una respuesta válida a su pregunta. Generalmente puede suponer el resto de la respuesta con una exactitud sorprendente cuando posee semejante punto de partida.

#### COMO VER EN LA BOLA DE CRISTAL PARA MEJORAR SU RECEPTIVIDAD APROPIADA

Ver en la bola de cristal puede mejorar la Receptividad Apropriada, así como ayudarle a desarrollar una Receptividad Apropriada mucho mejor sin el cristal. Los accesorios pueden contribuir a acelerar los resultados iniciales para dominar cualquier cosa, pero, en general retrasan el progreso fomentando la pereza de las facultades utilizadas. Practicar primero con accesorios y después sin ellos es más inteligente. Los progresos periódicos más fáciles con los accesorios le darán confianza y le harán avanzar más rápidamente hacia nuevas realizaciones en la especialidad.

Ha sido utilizada una gran variedad de objetos o de medios fortuna diferentes para ver en el cristal. Entre ellos se encuentran los mismos cristales y otros objetos reflectores de la luz, pedazos de cuarzo claro o de piedras relucientes, metal pulido, agua clara y tranquila bajo un sol cegador, una llama brillante, las chispas, brasas ardientes, superficies pulidas de piedras negras u oscuras, pedazos de pederzal brillante, un espejo, una mancha de tinta, una gota de sangre (Los Maoríes), un estanque, un vidrio de reloj sobre un pedazo de terciopelo negro, pequeñas piezas pulidas de metal, como por ejemplo de plata, tacitas pintadas de negro en el interior y llenas de agua. Diferentes objetos han sido utilizados en todas las épocas y en todos los países por gentes distintas, civilizadas o sin civilizar.

Una bola de cristal no es necesaria siempre que se tenga una superficie brillante para mirar. Una superficie intensamente brillante releja tanta luz que aturde temporalmente las extremidades nerviosas del nervio óptico en la retina de tal modo que sus ojos perciben solamente las superficies brillantes en el interior del campo de visión y descuidan otras que son más oscuras. El efecto hipnotiza parcialmente el consciente y el subconsciente y el Centro del Poder Síquico asume entonces el control sobre usted. Esto no desarrolla el Consciente Primario pero permite a la personalidad desconocida perder un poco de control sobre usted y permite también a su Consciente Primario no desarrollado controlarle momentáneamente con más faci-



lidad. Su Verdadera Receptividad Apropriada aumenta solamente cuando se desarrolla el Consciente Primario **muy por encima de lo normal**, como en los ejercicios pasados. Practique al menos los ejercicios siguientes para ganar confianza en el desarrollo de la Receptividad Apropriada para extraer conocimientos del mundo Físio-Astral con más facilidad.

**Ejercicio 1. Cómo mirar en el cristal para aumentar la Receptividad Apropriada y extraer conocimientos del mundo Físio-Astral con más rapidez aún.** Cuando contemple el cristal o un objeto similar, debe estar tranquilo y serio. Siéntese sobre una silla cómoda y coloque el cristal o algún otro objeto brillante a unos 60 centímetros delante de sus ojos y a un nivel situado a medio camino entre el pecho y el ombligo. A este nivel, los músculos del cuello y de los ojos están relajados y le permitirán caer más rápidamente bajo el encanto de la bola de cristal o de otro objeto brillante. Contemple el cristal perezosamente durante dos o tres minutos. A pesar de todo, no se canse, y entorne los ojos si siente necesidad de hacerlo.

Trate de ver en el cristal algo que le sea familiar —puede incluso ser la cara de un amigo, de su novia, o una escena típica de la vida diaria. Después de varios intentos (o quizá después de más entrenamiento) la primera escena que distinga será una niebla lechosa y el cristal perderá su transparencia. Gradualmente, una forma, una cara o una escena se revelará en ella como cuando se revela una película. Usted puede tener éxito la primera vez, especialmente si trata de «visualizar» en el cristal alguna cosa que le sea muy familiar, como una silla, una sortija, o la cara de su amigo o de su novia.

**Nota:** Conserve su cristal en un lugar seguro, bien envuelto y protegido. Cuando lo utilice con regularidad, las moléculas de la superficie cambiarán de posición, aunque de forma ínfima, y adquirirán una armonía de Acción Molecular con su Centro del Poder Síquico. Entonces su cristal se hace aún más útil para ayudarle a desarrollar la Receptividad Apropriada con más rapidez. Pero nunca será más que una ayuda.

## COMO UTILIZAR LA VISION PRACTICA PARA MEJORAR EL FUTURO

La visión (facultad de prever el futuro) es indiscutiblemente una facultad deseable. Con ella usted podría organizar su vida con más competencia y aprovechar todas las oportunidades que se presentasen en su camino. Poder leer los Anales de la Tierra del Futuro es una habilidad suprema. Es una estupidez decir que conocer el futuro sería quitar la sal de la vida. Por el contrario, conocer el futuro le permite sacar las máximas ventajas de la vida, así como el máximo de placeres. Entonces estaría prevenido de los desastres eventuales y sería guiado hacia sus más grandes perspectivas. Sería absurdo criticar una seguridad para la vejez bajo el pretexto de que esto quitaría toda la sal; o conducir su coche sin saber si los frenos funcionan, por el motivo de que es más divertido conducir así. Correr continuamente delante de peligros inútiles es lo que realmente **quita toda la sal** de la existencia.

Lo mismo se aplica al conocimiento del futuro. ¡Cuanto mejor y más fácilmente podríamos organizar nuestra vida y evitar los riesgos inútiles! Si usted estudiase su futuro objetivamente y se trazase planes sensatos y prácticos, su vida sería para

usted una gran satisfacción. La mayor parte de las dificultades que ha encontrado en su vida hubiesen podido ser evitadas si hubiese pensado en ellas objetivamente, si hubiese conocido algunos detalles insignificantes, pero catastróficos. Si hubiese podido prever lo que le esperaba en vez de haber sido tomado por sorpresa, hubiera podido examinar la trágica situación que iba a presentarse y preparar un plan para hacerla abortar. Si Hitler o Napoleón, por ejemplo, hubieran previsto los inviernos paralizantes que pudieron más que sus armadas victoriosas cuando invadieron Rusia, hubieran podido prepararlas mejor o dejar su invasión para una época más propicia.

A menos que haya tenido mucha suerte, probablemente habrá perdido mucho en muchas ocasiones en los negocios, en la vida social y sentimental, simplemente porque entonces no tenía conocimiento de algunos pequeños obstáculos o de algún detalle inesperado que «cualquier niño» hubiese debido conocer. Un cambio insignificante en su personalidad puede ser todo lo que necesita para poder evitar la mayor parte de sus dificultades futuras. ¿Pero cómo puede saber cuál es este cambio insignificante si no sabe cuál será su probable futuro?

## COMO PRACTICAR Y DESARROLLAR UNA VISION PRACTICA

Ser un vidente es desarrollar al máximo la facultad de entrar en contacto, por medio del Centro del Poder Síquico y del Centro del Poder Síquico Auditivo, con los rayos luminosos y las ondas sonoras convergentes de los Anales de la Tierra de su Futuro (o del de otra persona), para poder convertirlas en formas de pensamientos que el consciente puede estudiar e interpretar.

La práctica de la visión implica cuatro importantes grados.

**Grado 1.** Fíjese una hora definida cada día para practicar en una habitación tranquila.

**Grado 2.** Cierre la puerta con llave para evitar las interrupciones. Después deje la habitación a oscuras. La visión es veinte veces más fácil de conseguir en una habitación oscura que una clara. Después de la habitación oscura, lo más preferible es la luz de las estrellas y después el claro de luna.

**Grado 3.** (El test de la visión innata). Mire un pequeño punto sobre la pared durante seis minutos con el consciente vacío. Si siente que se adormece, tiene manera de vidente. Todo lo que necesita es paciencia.

**Grado 4.** Otro test —el de la hiperoxigenación— consiste en respirar rápida y vigorosamente durante 90 segundos. Si está adormecido, puede llegar a ser un vidente porque esto indica que su cerebro reacciona rápidamente al exceso de oxígeno y que su cuerpo absorbe rápidamente los electrones del aire. Si repite este test varias veces, es casi seguro que le pondrá en estado de sueño consciente. Mientras esté en este estado, será capaz de ver sin los ojos. Si después de un momento ve chispas, centelleos, estelas de luz viva y prolongada, vapor o nubes vagas delante de su cara, continúe estas «sesiones» y llegará a ser un vidente. Usted entrará en contacto con los Anales de la Tierra del futuro en grado máximo. Si permanece totalmente en calma, en vez de estar alarmado, esas nubes y esas chispas pueden

cambiarse en formas de amigos del pasado. Su Centro del Poder Síquico transforma en formas de pensamientos para el consciente los Anales de la Tierra del Futuro con los que usted había entrado en contacto.

**Ejercicio 1. Cómo prevenir su futuro —y aprovecharse increíblemente de él— gracias a la visión práctica.**

1. Siéntese en su habitación oscura y tranquila y haga el vacío en su mente. Concéntrase en el vacío negro antes de cerrar los ojos hasta que ignore totalmente el mundo material.

2. Escriba cualquier cosa que le sea «comunicada». Habitúese a escribir traduciendo en palabras lo que consiga de los Anales de la Tierra.

3. Hágalo cada día durante media hora, si es posible. Si no puede dedicar a ello tanto tiempo, hágalo tanto tiempo como le sea posible.

4. No haga primero ninguna pregunta a las formas vagas que aparezcan ante sus ojos. No pida nada a lo largo de las siete primeras sesiones.

5. Al principio es preferible que esté solo. Más tarde, puede tener otras personas con usted, pero personas que crean en los fenómenos síquicos.

6. Más tarde, hágase preguntas sobre su futuro pidiendo respuestas y escriba las respuestas que reciba. No acepte estas respuestas como definitivas durante algún tiempo porque no serán precisas mientras su habilidad para entrar en contacto con las formas combinadas apropiadas de los Anales de la Tierra del Futuro no sea perfecta.

Pero con el tiempo hará progresos hasta que pueda tener confianza, en gran parte, en lo que recibe de ellas y entonces pueda actuar sobre ellas con cierto margen de confianza.

Incluso si algunas de las interpretaciones de las comunicaciones que recibe parecen fantásticas al principio, escríbalas y verá que se realizan. Comprobará que con frecuencia lo que parece improbable a la primera lectura, se hace muy pausable más tarde cuando se realiza. Si se profetiza la adversidad, puede al menos ponerse en guardia. Si son buenas noticias puede prepararse para sacar partido. La Visión, como la Receptividad Apropriada, no necesita ser cien por cien exacta para proporcionarle beneficios incalculables. Solamente tiene que hacer alusión a la probabilidad de sucesos futuros posibles en su vida para que no se deje tomar por sorpresa. De esta forma, no se arriesga a perder las mejores oportunidades.



**Cómo****Utilizar los secretos del dominio  
del Poder Síquico para controlar  
a los demás a voluntad****COMO CREAR LA ATMOSFERA DE DOMINIO SIQUICO  
CON EL CONO ASTRAL ENSANCHADO**

El dominio mental no exige de su poder síquico ninguna otra cosa que la transmisión del pensamiento y el empleo del aura. El dominio del poder síquico, sin embargo, exige también el uso de su mecanismo astral como será demostrado en los ejercicios siguientes.

**Ejercicio 1. Cómo atraer hacia usted a las personas de su región que tengan el mismo punto de vista que usted sobre un cierto proyecto.** Siéntese solo en su habitación y visualice el importante proyecto que desea llevar a cabo. Cree un gran Cono Aural Ensanchado que se extenderá desde delante de sus ojos. Hágalo curvarse hacia el exterior como la extremidad de un trombón. Envíe un mensaje del poder síquico a través de sus Antenas Cerebrales, pero déjelo dispersarse desde el Cono Aural Ensanchado en todas direcciones del espacio. Recójalo incluso más lejos reforzando inmediatamente su fuerza de fotones en el espacio con una orden-proyectil de poder síquico. Desplieguelo hasta que forme un cuarto de esfera de dieciséis a veinte kilómetros de radio y entre en contacto con los espíritus receptivos de todos los comunicantes eventuales de la región.

Todos los que tienen espíritu receptivo en esta región no afluirán hacia usted al día siguiente. Muchos, por una parte, recibirán su mensaje bajo la forma de un sueño, de una intuición o de una vaga llamada para encontrar «a alguien» en alguna parte.

Sin embargo, no es necesario que todas esas personas sean atraídas hacia usted. Usted quizá sólo necesita un asociado para una sola cosa. A partir del momento en que lo atraiga hacia usted es suficiente. Si visualiza bien su proyecto y si lo propaga con un refuerzo suficiente de fotones, hay excelentes posibilidades de que este «compañero ideal» «acuda hacia usted» en un futuro muy próximo. El encuentro parecerá ser una pura coincidencia, pero en realidad no lo será de ningún modo. Serán sus receptividades semejantes que probablemente, unidas por las radiaciones de su Cono Astral Ensanchado, les harán reunirse. Usted ha creado una Atmósfera de Dominio Síquico para su deseo y este individuo ha caído en su campo de influencia.

## COMO APLICAR Y SACAR ENORME PROVECHO DE SU ATMOSFERA DE DOMINIO SIQUICO

A. Tres grandes condiciones para establecer la Atmósfera del Dominio Síquico.

**Primera condición.** Desea con todas sus fuerzas convertir su proyecto en realidad.

**Segunda condición.** Visualícelo, con todo detalle, convirtiéndose en realidad.

**Tercera condición.** Siéntese con calma, proyecte este mensaje del poder síquico a través del Cono Astral Ensanchado y recójalo en un cuarto de esfera de dieciséis a veinticuatro kilómetros de radio, y cree para él una Atmósfera de Dominio Síquico. Usted puede inmediatamente dar media vuelta y difundirlo en dirección opuesta, creando así un hemisferio de cuarenta y ocho kilómetros de diámetro. Sin embargo, no lo extienda más lejos porque su Atmósfera de Dominio Síquico perdería el poder de atracción.

Cuanto más alejadas estén las personas que alcanza con la Atmósfera de Dominio Síquico, menos posibilidades tendrá de verlas acercarse hacia usted. Pero por el contrario, alguien que esté cerca de usted, sorprendido repentinamente por una inexplicable necesidad de pasar por una calle determinada, de entrar en cierta tienda a cierta hora, o de sentarse en cierto banco público más que en otro, podría hacerlo; y es seguro que al menos una persona de su vecindad cuyo espíritu sea receptivo, responderá al mensaje de su poder síquico.

## COMO PROGRESAR NOTABLEMENTE EN LA VIDA SOCIAL Y EN LOS NEGOCIOS GRACIAS A LA FUERZA DE ATRACCION INCONTROLABLE DE SU CONO ASTRAL ENSANCHADO

Entréñese para visualizar su mensaje del poder síquico separándose de su Cono Astral Ensanchado con una fuerza tan irresistible que usted tenga la impresión de que arrastra su cuerpo con él abalanzándose en el espacio. Visualice los Centros del Poder Síquico de docenas de personas recibiendo el mensaje y electrizadas por su Receptividad Apropriada.

Ahora trate de devolver esta radiación del mensaje del poder síquico hacia usted. Para hacerlo, alargue los puños y los antebrazos manteniendo siempre los ojos cerrados. «Sienta» a las personas siendo sacadas de sus casas para precipitarse hacia usted. «Siéntalas» aproximarse cada vez más hacia usted hasta que estén a su alcance. Si fuese un maestro síquico vería desde este momento todas estas personas individualmente en su Gran Centro Visual y sabría dónde viven. Pero usted no necesita ser tan experto para progresar socialmente y en los negocios gracias a la fuerza de atracción incontrolable de su Atmósfera de Dominio Síquico.

Si puede volver a crear esta Atmósfera de Dominio Síquico de forma repetida durante varias semanas y después ir a visitar diferentes partes de su región, se sorprenderá del número de personas agradables que encuentra.

Cuando se encuentre entre muchas personas en un club o en una reunión, sería

muy provechoso difundir un mensaje del poder síquico y crear una Atmósfera de Dominio Síquico. Hacerlo diariamente en el lugar de sus negocios, atraerá hacia usted mucha más gente, especialmente si está en una planta baja de un barrio comercial de las afueras o de un pueblo, o en un lugar donde puede ser advertido. Si hace que sus empleados o a sus colaboradores adopten los modales más convenientes para esta atmósfera, sus clientes eventuales lo sentirán al pasar por delante de su puerta, entrarán en su establecimiento y serán «atrapados». Los que le sirven estarán encantados, le elogiarán por todas partes y esto estimulará sus negocios.

**EN RESUMEN.** Su Atmósfera de Dominio Síquico le aporta toda una serie de circunstancias ventajosas, a saber:

1. El hecho de atraer a las personas que son receptivas a su mensaje del poder síquico difundido por su Cono Aural Ensanchado;
2. el hecho de que le pondrá por las nubes ante sus amistades y conocidos;
3. el hecho de que acudirán hacia usted cada vez más clientes, y
4. el hecho de que usted tendrá mayor cuenta en el banco, mayor seguridad, más felicidad, confianza, respeto y lujo en su vida.

En la vida no basta soñar con grandes proyectos y esperar a verlos realizarse. ¡Es necesario ponerlos en acción! Su Atmósfera de Dominio Síquico es el poder con el cual les pondrá en acción.

### **COMO UTILIZAR SU ATMOSFERA DE DOMINIO SIQUICO PARA ATRAER EXPONTANEAMENTE LOS CONOCIMIENTOS Y LOS DATOS NECESARIOS**

Usted ha sentido con frecuencia la satisfacción de obtener repentina e inesperadamente ciertos conocimientos o ciertos datos que buscaba con gran interés. A veces usted «tropieza accidentalmente» con alguien que se los proporciona. O quizá curioseando en la librería y examinando los libros tropieza con un pasaje que le explica lo que busca. O quizá cogiendo un periódico por casualidad sus ojos encuentran algo que responde a su pregunta. Muchos llamarán a estos sucesos pura coincidencia, y no se puede probar lo contrario. Pero ellos tampoco pueden probar que sea una simple coincidencia. Para las personas síquicamente informadas, hay algo más que una pura coincidencia —estos sucesos podrían también ser suscitados por las comunicaciones receptivas establecidas entre usted y los demás por medio de la Atmósfera del Dominio Síquico que usted ha creado involuntariamente cuando está anormalmente concentrado en los datos que busca.

Su consciente está entonces tan impaciente por obtener esos datos que si no los encuentra hace instintivamente un llamamiento al Centro del Poder Síquico. Este último responde creando una Atmósfera de Dominio Síquico para atraer hacia usted las auras fijas donde se encuentran esos datos o para ponerle en contacto con el aura de alguien de su región que pudiese tenerlos.

**Ejercicio 1. Cómo atraer espontáneamente los conocimientos específicos necesarios.** Siéntese solo en su habitación y visualice claramente un problema complicado que desee resolver. O quizás está buscando un dato poco común. Formúlelo

en palabras exactas. Si es necesario escríbalo y verifique la redacción para que sea comprendido inmediatamente. Después repita las palabras lentamente y de forma penetrante, en el consciente.

Partiendo de su Centro del Poder Síquico, lance las palabras desde las Antenas Cerebrales bajo la forma de ondas radio a través del Cono Aural Ensanchado y siéntalas propagarse rápidamente en un cuarto de esfera síquica a una distancia de dieciséis a veinticuatro kilómetros. Inmediatamente dé media vuelta y repita la proyección para crear una Atmósfera de Dominio Síquico del tamaño de un hemisferio de treinta y dos a cuarenta y ocho kilómetros de diámetro. Visualice su mensaje del poder síquico tomando posesión de los espíritus receptivos de una docena de personas de la región y excitando profundamente su consciente y su subconsciente para sacar el dato deseado. Después llévelo a su Centro del Poder Síquico y envíelo al consciente.

Repita el ejercicio varias veces la misma noche. En un futuro inmediato se sorprenderá al comprobar la regularidad de las respuestas que obtiene para sus problemas difíciles o para sus datos, ya sea directamente por medio de otras personas o «accidentalmente» encontrando alguna fuente de información. Por lo menos encontrará una sorprendente serie de indicios que le llevarán a la fuente.

## LOS PELIGROS ABRUMADORES ATRAIDOS HACIA USTED POR EL TEMOR Y COMO EVITARLOS

**Procure no tener miedo de las cosas.** Tratando de atraer hacia usted lo que desea, atrae también lo que teme —ya sea una persona o una circunstancia. Un miedo abrumador de que algo malo le va a suceder, puede atraer sobre usted las fuerzas convergentes físicas, químicas y mentales de ese fenómeno o suceso que pueden producirlo. Repitiendo continuamente la idea de que algo que temen les va a suceder, muchas personas lo atraen hacia sí como si hubiesen suplicado que les sucediese. Crean continuamente imágenes mentales vivas de lo que temen y las difunden a su alrededor a través de Conos Aurales Ensanchados, creados instintivamente por ellas en los Anales de la Tierra del Futuro hasta que entran en contacto con los rayos luminosos y las ondas sonoras convergentes de este suceso potencial. Estas últimas son atraídas hacia su espíritu receptivo y **llegan a él**. Después se convierten en formas combinadas.

Las personas que usted teme (no necesariamente con las que se siente tímido) generalmente no le quieren y tratan de dominarle. Al temerlas usted olvida crearse una proyección suficiente contra sus órdenes de pensamientos infames. Aunque no pudiesen proyectarlas conscientemente contra usted, practican habitualmente una introspección tiránica que le comunican por inadvertencia, regularmente, por medio de las ondas radio porque su espíritu temeroso posee Receptividad Apropriada. Subconscientemente satisfecho por su recepción, su espíritu maligno es animado instintivamente por sus malos pensamientos y sus órdenes de pensamientos, y su Centro del Poder Síquico continúa recibiendo un asalto regular de sus ataques hostiles. El los transmite automáticamente al consciente y al subconsciente y este hecho intensifica aún más su temor hacia esa persona. Por tanto no deje que el miedo tome posesión de usted inútilmente. La mejor defensa contra el miedo es el Casco Aural. Aprenda en seguida a crear uno.



## COMO CREAR EL CASCO AURAL —SU MEJOR DEFENSA CONTRA EL DOMINIO DEL PODER SIQUICO

Su mejor defensa contra el Dominio del Poder Síquico de otra persona es el Casco Aural.

El Casco Aural consiste simplemente en formar con su aura una esfera aural alrededor de su cabeza que impide a las ondas radio del dominio del poder síquico de otra persona alcanzar su Centro del Poder Síquico o su Centro del Poder Síquico Auditivo para influenciarle y controlarle. Siéntese tranquilamente en su habitación y cierre los ojos. Visualice su aura extendiéndose hacia arriba desde el cuello y rodeando toda su cabeza como un casco de buzo. Haga que sea bastante espacioso en el interior, dejando un espacio vacío de unos cinco centímetros todo alrededor de la cabeza. Construya los tabiques de un espesor de quince centímetros para que puedan resistir eficazmente al poder penetrante de las ondas radio de las demás personas. No haga las superficies exteriores lisas y pulidas, sino irregulares y en forma de sierra para que las ondas radio que lleguen a ellas sean dispersadas o modificadas en forma y frecuencia. Incluso aquellas que lograsen penetrar no podrían transmitir la orden síquica antagónica que traían hacia usted con exactitud y por tanto ejercerían poca influencia sobre usted.

Es muy fácil fabricar el Casco Aural. Entréñese y perfecciónelo, y poseerá un medio de defensa invencible contra los esfuerzos de los demás para dominarle síquicamente. La plena fuerza del Casco Aural dura aproximadamente veinticuatro horas después de las cuales es necesario renovarlo.

**Nota.** El Tubo Astral (que usted ha estudiado en la lección 17) es la mejor artillería para el dominio del poder síquico. Con él puede lanzar mayor cantidad concentrada de ondas radio de órdenes del poder síquico al Centro del Poder Síquico de otra persona. Pero recuerde que no debe aplicarlas durante más de un segundo seguido y dejar dos segundos de intervalo por lo menos. El Casco Aural es la mejor defensa contra el dominio del poder síquico.

## COMO INTENSIFICAR SU DOMINIO DEL PODER SIQUICO CON EL CUERPO ASTRAL VIAJERO

El cuerpo astral viajero es una de las primeras realizaciones del desarrollo del poder síquico, y es manifiestamente un instrumento inmejorable para el dominio del poder síquico. Pero usted no puede utilizarlo más que cuando está dormido o en trance. Usted debe **materializarse**. Sin embargo, pueden realizarse hechos extraordinarios con el cuerpo astral. Los archivos están llenos de ejemplos de personas moribundas sin entrenamiento del poder síquico que son puestas espontáneamente en su cuerpo astral viajero y se aparecen a personas que están a millares de kilómetros de distancia, poco antes de morir.

¿Recuerda algunas mañanas en que se ha levantado cansado, después de haber pasado una noche reposada y tranquila? ¿Recuerda las veces que ha soñado que caía en el vacío y que despertaba inmediatamente antes de chocar con el suelo? ¿Ha soñado alguna vez que caminaba por la carretera y quedaba sorprendido al comprobar que estaba en pijama o completamente desnudo? Estas experiencias son generalmente recuerdos deformados de viajes en su cuerpo astral.

## LO QUE NECESITA PARA VIAJAR EN EL CUERPO ASTRAL

Personas bien entrenadas, o bien capacitadas en materia síquica, cuentan que antes de ir a acostarse solamente necesitan ordenarse a sí mismos aparecer ante una persona determinada a cierta hora de la noche y que su cuerpo astral ejecuta sus órdenes. Semejante experiencia no puede ser llevada a cabo por cualquiera, a menos que su personalidad desconocida está altamente desarrollada.

El cuerpo astral viajero depende de un sorprendente control del poder síquico sobre la personalidad astral, de un increíble poder de separación del cuerpo síquico del cuerpo astral y de una visualización extraordinaria. Estas tres cualidades sorprendentes, mantenidas por una fe inquebrantable de realizar este milagro, lo hacen posible. La más pequeña duda oculta que pudiese tener sobre su aptitud para realizarlo, aunque estuviese oculta en el subconsciente, aniquilaría su facultad de ejecución. A menos que se encuentre entre las personas bien dotadas síquicamente, necesitará entrenamiento y una fe inquebrantable en sí mismo para realizar el cuerpo astral viajero. Y además, tratando de hacerlo desarrollará su personalidad desconocida rápida y notablemente porque tratará de igualar lo «sobrenatural».

Es bien sabido que los animales perciben la presencia de cuerpos sobrenaturales mucho antes que los humanos. La perciben incluso si los humanos presentes no la perciben. Esto es normal porque su Centro del Poder Síquico (es decir todo su Consciente Primario) está mucho más despierto que el del hombre). Para viajar en su cuerpo astral, debe despertar el suyo considerablemente.

## LA COMPOSICION LOGICA DE SU CUERPO ASTRAL

El medio más fácil para aprender a ordenar viajar a su cuerpo astral es saber primero, o al menos tener una idea, en qué consiste. Su cuerpo astral es más comúnmente conocido como su espíritu o su fantasma. Tiene el tamaño y la forma exacta de su cuerpo y permanece en él toda su vida, para no abandonarle definitivamente hasta que muera. Pero ya que puede abandonarle y abandona su cuerpo temporalmente cuando está vivo, debe estar compuesto de la substancia que su propio cuerpo libera. Su cuerpo astral debe estar compuesto por tanto de:

1. hidrógeno, nitrógeno, oxígeno o gas del aire. Su cuerpo síquico puede proyectar estos gases en la energía abandonada por su cerebro (su Centro del Poder Síquico) cuando está en estado de trance.
2. otros gases, como el cloro
3. ¿metales? Es dudoso, a menos que contengan carbono
4. agua (sudor)
5. ácido carbónico de las expiraciones
6. calor radiante
7. rayos infrarrojos.
8. radiaciones electromagnéticas (ondas radio)
9. calor debido a la energía incluida en la proyección del cuerpo astral y a la creación de las diferentes formas que este último puede asumir
10. ¿hay posibilidad de una acción diferente atómica o molecular? ¿o de ninguna acción? ¿Es éste el motivo de que no se sienta calor, sino solamente una sensación de frío cuando un cuerpo astral se desplaza?
11. un espíritu y una voluntad propios, pero sin tejidos ni vísceras perceptibles, por lo que no puede herirse ni morir.

12. la capacidad de pasar a través de los espacios del éter y de los sólidos más compactos.

a) O bien sus moléculas son infinitamente pequeñas y están muy separadas y por este motivo pierden muy poco calor rápidamente, o

b) debe engendrar su propio calor porque NO está frío como el hielo, sino como la niebla.

## CONCLUSION

Ya que el cuerpo astral penetra el sólido más compacto, debe ser:

a) un gas

b) una radiación electromagnética (ondas radio); y debe estar

c) absolutamente controlado por una voluntad o un espíritu;

d) pero ese espíritu puede ser o no el de un ser humano.

¿Es el subconsciente? ¿O el Consciente Primario?... No es ciertamente ninguno de los dos una vez que el cuerpo ha expirado, aunque el Consciente Primario puede estar unido eléctricamente al cuerpo durante un cierto tiempo después de la muerte. El cuerpo astral también:

e) puede ser convertido en un sólido a voluntad;

f) puede ser convertido en un gas a voluntad;

g) puede cambiar su silueta, su forma y su substancia a voluntad;

h) en el estado síquico de posesión, puede incluso reemplazar al cuerpo astral de la infortunada víctima e imponerle su propia voluntad.

## COMO DOMINAR LAS TRES SORPRENDENTES CUALIDADES PARA HACER VIAJAR SU CUERPO ASTRAL

### CUALIDAD 1. COMO ORDENAR A SU CUERPO ASTRAL QUE VIAJE DANDOLE UNA ORDEN DEL PODER SIQUICO.

El hombre moribundo raramente posee una energía síquica sobrehumana, pero es capaz de todo por entrar en contacto por última vez con sus seres queridos y atrae frenéticamente los electrones del aire para procurar a sus nervios la electricidad nerviosa que necesitan para una proyección milagrosa del poder síquico. Los visualiza tan directamente que su cuerpo astral puede encontrarlos fácilmente. De hecho, se han dado casos en los cuales el moribundo se apareció a dos seres queridos, alejados uno de otro, al mismo tiempo. Estas manifestaciones exigen verdaderamente un poder síquico sobrehumano, pero la persona moribunda pierde prácticamente toda su razón en un último e histérico esfuerzo para decir su último adiós a los suyos. En realidad consume tanta energía en su último esfuerzo que generalmente da su último suspiro durante él o inmediatamente después. Si nembargo, hasta este momento ni él ni nadie había podido sospechar que poseyese tan notables poderes síquicos. Su Consciente Primario dormido se había despertado por fin plenamente —a las puertas de la muerte.

Cuando usted ordena viajar a su cuerpo astral dándole una orden del poder síquico, no piense solamente: «Cuerpo astral, yo te ordeno aparecerte ante determinada persona esta noche a las once. Todas las órdenes del poder síquico son más eficaces cuando son apoyadas por una imagen mental de lo que espera conseguir

con las palabras. Aprenda por tanto a ordenar a su cuerpo astral que viaje dándole una orden del poder síquico, haciendo el ejercicio siguiente.

**Ejercicio. Cómo ordenar a su cuerpo astral que viaje dándole una orden del poder síquico.** Para ordenar a su cuerpo astral que viaje dándole una orden del poder síquico, acuéstese tranquilamente en la cama y cierre los ojos para concentrarse profundamente. Imagine, en el Centro del Poder Síquico, que su cuerpo astral llena completamente cada parte de su cuerpo. Ahora, lance una orden-proyectil del poder síquico a su cuerpo astral ordenándole que se prepare a separarse de su cuerpo físico y que salga a través del espacio para hacer una aparición ante una persona determinada. Repita este ejercicio varias veces hasta que sienta que su cuerpo astral se hace vivo en su propio cuerpo, como ondas sucesivas de un poder próximo a estallar a la primera señal.

### **CUALIDAD 2. COMO SEPARAR SU CUERPO ASTRAL DE SU CUERPO FISICO CON LA VENTOSA ASTRAL GIGANTE.**

Ahora cree, desde su aura, una ventosa gigante de dos metros de diámetro. Mantenga esta Ventosa Aural Gigante planeando por encima de su cuerpo y hágala comenzar a aspirar el aire violentamente. Permanezca estirado y totalmente inmóvil e imagínela arrastrando toda la masa de su cuerpo astral fuera de su cuerpo síquico. La formidable succión hará poner de punta todos los pelos de su cuerpo. Doble la «potencia» de succión lanzando una ráfaga del Harpón Síquico en la espalda de su cuerpo astral que subirá por encima de usted.

### **CUALIDAD 3. COMO HACER APARECER EL CUERPO ASTRAL CON UNA VISUALIZACION INVASORA.**

Una vez que su cuerpo astral haya sido separado de su cuerpo, desintegre inmediatamente su Ventosa Aural Gigante y retírela de su camino. Ordene a su Centro del Poder Síquico que observe todo y no olvide nada de lo que vea y haga su cuerpo astral durante su viaje. Envíe entonces una orden-proyectil del poder síquico a su cuerpo astral indicándole dónde debe ir y lo que debe hacer.

Ahora visualice su cuerpo astral liberado de su cuerpo físico, lanzándose en el espacio y apareciéndose inmediatamente delante de la persona que le haya indicado. Si está en una fiesta, hágale esperar invisible a su lado, si lo prefiere, y observar y escuchar todo lo que pase. (Su cuerpo astral no puede sin embargo interpretar lo que oye. Usted depende para esto de su consciente. Si usted desconfía demasiado de esta persona en algún sentido, podría suceder que no estuviese precavido del intento de conseguir datos por medio del cuerpo astral viajero). Pero si espera verle, ordene a su cuerpo que se materialice bajo una forma humana delante de él. Ordénele que se haga visible y visualícele durante este cambio, y esto bastará. Las instrucciones son ejecutadas de una forma fantástica en el plano astral, ya que nada es imposible en este plano. Usted no tiene más que **ponerse en este plano** antes que nada, y dar órdenes del poder síquico y visualizar que sean bien ejecutadas según sus instrucciones. Las «misteriosas moléculas» de este plano son sensibles al pensamiento por encima de cualquier concepción humana.

Practique la proyección del cuerpo astral con calma y desahogo sin fijarse nunca un tiempo límite para la realización de la experiencia. Como usted ya sabe, los moribundos la han realizado **instantáneamente**. Usted puede hacerlo también si sigue las instrucciones con tanta fuerza como el histérico o el moribundo. De otro modo,

necesitará mucho tiempo para dominarla. Pero incluso el desarrollo de una pequeña parte de esta facultad le permitirá entrar en contacto con los espíritus de otras personas con mucha más facilidad que antes.

## COMO PROYECTAR FORMAS DE PENSAMIENTOS ASTRALES PERSONALIZADOS

Si le falta tiempo para dominar la Proyección del Cuerpo Astral, puede dominar las Formas de Pensamientos Astrales Personalizados mucho más fácilmente y obtener resultados sorprendentes. Por tanto estudie cuidadosamente la forma de hacerlo.

Ante todo, debe concentrarse tan intensamente sobre otra persona que sus pensamientos puedan tomar forma espontáneamente delante de ella, como una apariencia, visible o invisible de sí mismo. Aunque esto mantiene con usted un delgado hilo astral de conexión, no tendrá ninguna conexión consciente con usted y no le aportará por tanto ninguna comunicación. Usted puede sin embargo proyectar formas de pensamientos que conservarían una conexión consciente con usted y le aportarían comunicaciones de ella. Estas son las formas de Pensamientos Astrales Personalizados. Son muy utilizadas en la India. Aprenda cómo crearlas y utilizarlas con la ayuda del ejercicio siguiente.

**Ejercicio. Cómo verificar rápidamente las actividades actuales de alguien con la ayuda de las Formas de Pensamientos Astrales Personalizados.** Siéntese o acuéstese tranquilamente en su habitación y piense en alguien. «Esté completamente seguro de que está en la cama, sólo en casa o en algún lugar que usted pueda «ver» claramente. Esto permitirá a sus Formas de Pensamientos Personalizados reunirse con él, más fácilmente.

Cree en su mente una imagen tan viva de sí mismo presente, mirándole, que parezca verdad. Visualice todos los detalles de sí mismo de la cabeza a los pies, delante de él. Con calma obsérvele haciendo poco más o menos lo que usted imaginaba que haría. Para construir una imagen bastante precisa de él y de su actividad, sea objetivo y aleje de su consciente toda envidia o todo prejuicio que tenga contra él.

Haga una lista de todo esto con anterioridad si es necesario, con el fin de ser positivo y de no olvidar nada. Cuando tenga una actitud imparcial y leal hacia él, su Centro del Poder Síquico adquirirá la Receptividad Apropiada hacia el de la otra persona, el cual responderá entonces fácilmente a toda comunicación síquica del suyo y prácticamente le «invitará» a aparecer «en persona» delante de él.

La otra persona se hará ahora consciente súbitamente del hecho de que usted ocupa sus pensamientos y comenzará a pensar activamente en usted en su consciente.

Este es el momento de enviarle su mensaje del poder síquico. Las operaciones sucesivas tendrán lugar entonces automáticamente. Su mensaje llegará a su Centro del Poder Síquico y será transmitido al consciente.

Su consciente le envía la respuesta a su Forma de Pensamiento Astral Personalizado que espera allí, y del cual él tiene un conocimiento vago. Desde allí es enviada a su propio Centro del Poder Síquico y Transmitida a su consciente.

Si no puede regocijarse de ningún éxito inmediato con el Cuerpo Astral, practique este ejercicio y gane eficacia. Multiplicará sus facultades de concentración, de entrar en contacto con otra persona y de captar su atención sin estar presente físicamente donde ella está.



**Cómo****Poner el Mundo Físico-Astral bajo  
el Control del Poder Síquico  
y adquirir un poder milagroso****COMO CREAR LA IMAGEN MAGICA QUE LOS DEMAS PUEDEN VER GRACIAS  
A LA VISION SUSCITADA**

Durante siglos los Indios del Este han confundido a los extranjeros con su facultad de Visión Suscitada. Esta facultad resulta de la creación de las Formas del Pensamiento, que es tan auténtica, que las personas presentes las ven realmente y las aceptan como positivas. Los fakires Indios del Este han desarrollado esta facultad tan fantásticamente que han mostrado a los viajeros montañas lejanas que se ondulaban y se desplazaban con sus órdenes verbales. En el mundo occidental hay actores que pueden mirar en el espacio y «ver» escenas que no existen e inducir al público a «verlas» sin pronunciar una sola palabra.

¿Cómo puede realizarse esto si el nervio óptico es solamente un nervio portador de mensajes —es decir un nervio que solamente transporta imágenes de la retina a los centros visuales? Se realiza porque el nervio óptico contiene también algunas pequeñas fibras de distribución de órdenes que van desde el Gran Centro Visual (en el consciente) hasta la retina. Usted puede utilizarlas para transportar a la retina las imágenes que crea en el consciente dirigiéndolas hacia él con una orden intensiva del poder síquico. Estas imágenes son convertidas en la retina en ondas radio. Usted puede dirigirlas hacia las Antenas Cerebrales de otra persona para que reproduzcan claramente la imagen que usted ha concebido en el consciente, en su propia retina. Así es cómo usted puede crear la Imagen Mágica que otra persona puede «ver» y aceptar como una verdadera imagen.

Para tener éxito con la visión Suscitada debe reproducir con precisión las estructuras que visualiza en sus Formas de Pensamiento para que pueda reproducir una imagen auténtica en su Gran Centro Visual. De otro modo la imagen no será reproducida con bastante claridad para implantarla de forma convincente en la retina de la otra persona. Usted debe crear sus Formas de Pensamientos como el buen narrador de historias que revive toda la historia cuando la cuenta. La otra persona debe discernir los detalles exactos que usted visualiza e ignorar aquellos que usted ignora. Esta es la Visión Suscitada, la especialidad del fakir Indio. Ahora dominela usted también.

## EJERCICIO PARA HACER VER A LOS DEMAS LO QUE USTED QUIERE QUE VEAN

**Ejercicio 1.** Contemple un jardín o una extensión de césped, pero imagine que solamente ve un río murmurador. Con la ayuda de una orden del poder síquico de su Centro del Poder Síquico, dirija la imagen del río que se ha formado en su Gran Centro Visual, a través de las finas fibras de distribución de órdenes de su nervio óptico, hasta la retina. Allí la imagen se convierte en ondas radio. Con una enorme fuerza de fotones detrás de ellas, conduzca estas ondas radio al jardín o al césped hasta que el río parezca fijarse repentinamente sobre el jardín y le oculte a su vista. Para que esto dure, visualice inmediatamente diferentes detalles del río. Vea los rayos del sol brillar sobre su superficie, por ejemplo, y sus riberas comenzar donde el jardín termina.

Aunque ahora vea bien la rivera, probablemente ve aún el jardín. Para apartar completamente el jardín de su vista envíele otras dos o tres órdenes del poder síquico del río, intensificadas. Esto apartará el jardín de su «vista» y quedará cubierto por el río. Si usted dice ahora a un espectador que vea un río, lo verá en lugar del jardín. Es un ejercicio inaudito, pero le agrada. Lo dominará en muy poco tiempo.

**Ejercicio 2.** Tire un palo al suelo y visualícelo transformándose en serpiente. Con una orden del poder síquico de su Centro del Poder Síquico, conduzca esta imagen de la serpiente que se ha formado en su Gran Centro Visual a través de las finas fibras de distribución de órdenes del nervio óptico, hasta la retina. Allí la imagen se convierte en ondas radio. Con una enorme fuerza de fotones detrás de ellas, dirija estas ondas radio sobre el palo que está en el suelo hasta que la serpiente parezca estar pegada exactamente encima del palo. Para que esto dure, visualice inmediatamente diferentes detalles de la serpiente. Vea su piel escamosa, sus ojos que acechan, su boca puntiaguda y sus colmillos en forma de uñas. Ahora, a medida que la imagen de la serpiente elimine completamente a la del palo, vea la serpiente ondular lentamente y partir rastreando. Así es cómo se ejecuta el «truco de la serpiente» con el poder síquico. Aunque el palo siga siempre siendo un palo, su fuerza de visualización transformándolo en serpiente puede ser tan convincente con la Visión Suscitada, que el observador vea exactamente lo que usted visualiza en su Gran Centro Visual y proyecta de su retina con una dinámica fuerza de fotones.

**Comentario.** Para facilitar su éxito, puede describir con palabras al observador exactamente lo que usted «ve». «Ahora he aquí el río», podría decir, por ejemplo. «¿Le ve correr delante de nosotros? Vea su agua amarillenta discurrir en chorrillos en su lecho poco profundo y cenagoso. Este lugar sufre sequía este año. No se ve ni un pájaro».

Para la experiencia de la serpiente podría decir mientras la visualiza, «He aquí la serpiente, negra como el carbón y brillante. Es una hermosa serpiente. Mire cómo sus escamas son pequeñas y regulares. Ahora se mueve, se va contorneándose, levanta su pequeña cabeza puntiaguda y muestra sus colmillos. ¡Se va! ¡Se va!»

**Ejercicio 3.** Repita el ejercicio 2 utilizando otros objetos o animales. Descríbalos de una forma viva, primero oralmente y después silenciosamente. Esto es todo lo necesario para crear la Imagen Mágica con la visión Suscitada. Describa la escena que imagina, punto por punto, exactamente como si se desarrollase verdaderamente ante sus ojos.



**Ejercicio 4.** Repita el ejercicio 3. Pero no vuelva a describir lo que ve, ni oral ni silenciosamente. Simplemente contemple la escena, como si fuese un verdadero río o una auténtica serpiente. El espectador verá lo que usted ve gracias a la transmisión de pensamiento (telepatía).

**Ejercicio 5.** Repita el ejercicio 4 visualizando otros animales u objetos.

**RESUMEN.** Evidentemente usted puede utilizar la Visión Suscitada para fines más prácticos. Es inestimable para usted si es vendedor, si tiene una profesión liberal (médico, abogado o dentista, por ejemplo) si es un dirigente o da discursos, porque gracias a ella usted puede incitar a su cliente eventual o a su enfermo a ver lo que usted desea que vea en vez de ver lo que él desea o trata de ver. Semejante ventaja le ayuda a vender su producto con más rapidez, a curar a un enfermo más pronto, a conseguir antes adictos y hacer su forma de hablar más penetrante. Es igualmente eficaz en el amor y en la vida social por los mismos motivos y le permite conseguir sus fines mucho más fácilmente.

## COMO UTILIZAR SU CUERPO ASTRAL PARA LA TELEQUINESTESIA

La Telequinesia se define como el movimiento de objetos materiales sin contacto físico de la persona encargada de desplazarlos. Esto significa, en lenguaje más sencillo, que usted puede desplazar los objetos materiales sin tocarlos. Muchos fenómenos síquicos son atribuidos equivocadamente a los espíritus. Sin embargo, pocos necesitan serles atribuidos exclusivamente. Después de todo, el físico comprende el síquico.

El desplazamiento de los objetos materiales sin tocarlos no es por tanto una expresión precisa, porque implica que usted no los toca en absoluto. Ahora bien, usted los toca con su astral. Los espíritus, evidentemente, pueden ser evocados para desplazar los objetos y realizar otros fenómenos invisibles. En las casas encantadas, hacen lo mismo espontáneamente. Pero no confunda el hecho de un espíritu con el de un cuerpo astral.

## EJERCICIOS PARA APRENDER A EXTENDER SU BRAZO ASTRAL CONSCIENTEMENTE Y DESPLAZAR OBJETOS CON SU AYUDA

**Ejercicio 1.** Cómo alcanzar y tocar alguna cosa que esté al otro lado de una habitación con el brazo astral. Siéntese tranquilamente en su habitación en una silla cómoda, completamente relajado. Mire un objeto que le gustaría desplazar con la ayuda de su cuerpo astral, como por ejemplo un cepillo del pelo que está encima de la cómoda. Cree una Ventosa Astral un poco más larga que su brazo y colóquela contra él. Permanezca sentado absolutamente inmóvil y deje que la Ventosa atraiga el aire intensamente. Visualícela arrancando su brazo astral de su brazo físico con la Separación Físio-Astral. Hasta los pelos de su brazo se pondrán de punta y el miembro quedará frío. No intente más la primera vez. Repita el ejercicio varias veces durante los tres días siguientes.

**Ejercicio 2.** Cuando su brazo astral haya sido completamente aspirado fuera del brazo síquico (aunque permanezca unido a su cuerpo), desintegre inmediata-

mente su Ventosa Astral para dejar el camino libre. Inmediatamente después descargue una orden-proyectil del poder síquico al brazo astral a través de las Antenas Cerebrales, ordenándole que se extienda hasta que toque el cepillo. Su brazo astral dudará, pero refuerce su orden-proyectil del poder síquico con otras cada vez más fuertes.

No se desanime si no pasa nada en seguida. Las inhibiciones de su consciente son sus mayores obstáculos, exactamente igual que lo han sido a lo largo de toda su vida. De repente sentirá de nuevo que los pelos de su brazo físico se ponen de punta y su miembro queda frío. En realidad usted sentirá la impresión de que le ha sido arrancada la piel.

Ahora está demasiado fatigado para continuar. Su consciente, también, está alarmado por la sensación de que su piel ha sido arrancada del brazo y estimula los nervios simpáticos para que le protejan y vuelvan a llevar el brazo astral al brazo físico.

No haga más ejercicios por hoy. Siempre es necesario sentirse fuerte y lleno de energía antes de practicar los fenómenos síquicos. Perderá el tiempo si no está en forma, porque las inhibiciones de su consciente resistirán victoriosamente a las órdenes del poder síquico de su Centro del Poder Síquico.

Tampoco vaya demasiado deprisa en esta fase del ejercicio. Es importante.

**Ejercicio 3.** Esta vez impréguese primero con el Arco Síquico Irradiante para conservar los nervios simpáticos bajo control. (En otras palabras, visualice el bistec de forma repetida intensificando cada vez más su sabor).

A continuación repita el ejercicio 2. Insista ahora con más órdenes-proyectil del poder síquico hasta que haya conseguido levantar su brazo astral a la altura del hombro. Cuando lo consiga ya habrá obtenido resultados.

**Ejercicio 4.** Envíe una orden-proyectil del poder síquico a su brazo astral ordenándole que se extienda hasta el cepillo adelgazándose como un chiclé cuando se estiran sus dos extremidades. Aunque el estirón no hace sufrir su brazo astral ya que no tiene nervios, su consciente, a causa de una sugestión visual, sentirá un terrible dolor como si su brazo físico sufriese las torturas del suplicio. Este «dolor» aumenta las inhibiciones de su consciente y hace que su brazo astral se ponga a la defensiva echándose hacia atrás, hacia el brazo físico. Intensifique su Arco Síquico Irradiante y repita el ejercicio. No será necesario mucho tiempo para vencer las inhibiciones de su consciente.

**Ejercicio 5.** A partir de ahora su progreso será rápido. Dé órdenes a su brazo astral con el poder síquico. Visualícelo estirándose cada vez más y haciéndose al mismo tiempo cada vez más delgado. Finalmente alcanzará el cepillo.

**Ejercicio 6.** Toque el cepillo con su brazo astral sin vida. Para vitalizarlo, descargue fotones de las Antenas Cerebrales en toda su longitud. Ahora sus dedos cobrarán vida y todo su brazo astral se sentirá fuerte y capaz, como el brazo físico. En realidad se siente mucho más fuerte que el brazo físico ya que está bajo el control absoluto de su Centro del Poder Síquico, como lo está el brazo físico cuando usted está hipnotizado.

**Ejercicio 7.** Coja el cepillo con los dedos del brazo astral y levántelo. Los dedos serán horriblemente delgados y semejantes a las patas de una araña, pero serán tan fuertes como su Centro del Poder Síquico puede hacerlos.

Practique estos ejercicios para desarrollar la facultad del cuerpo astral de dar vuelta a las mesas, tocar instrumentos de música desde el otro lado de la habitación sin desplazar su cuerpo físico y hacer otros «milagros» propios de los médiums. Pero aunque no logre dominar todo esto más que un uno por ciento, habrá adquirido suficiente poder telequinestésico para influenciar los movimientos de los dados, para hacer sentir físicamente a los demás lo que usted les impone sin extender las manos sobre ellos, para transformarse en un temible rival en los deportes o para aumentar su eficacia de «conquistador» porque habrá adquirido la facultad de hacer sentir fuertemente a los demás su presencia física sin tocarles ni acercarse a ellos físicamente.

## COMO DOMINAR Y UTILIZAR EL PODER DE MATERIALIZACION

La materialización es otra facultad superior Físio-Astral. No es fácil de dominar porque tiene desventajas a causa de la incredulidad del consciente y del subconsciente. Los médiums la realizan regularmente cuando están en trance, pero le atribuyen a la evocación de la ayuda del espíritu. (En estado de trance el cuerpo del médium se pone prácticamente en suspensión de animación). Los maestros síquicos, sin embargo, la realizan con la proyección del cuerpo astral.

Su proyección del cuerpo astral puede tomar todas las formas que desee. Usted solamente tiene que visualizar la forma deseada con suficiente convicción en el Centro del Poder Síquico, mientras su cuerpo astral está separado de su cuerpo físico y enviarle una orden del poder síquico para reproducir la visualización. Practique todo esto en seguida.

**Ejercicio 1. Cómo materializar una parte astral de sí mismo en una parte física.** Siéntese en su habitación y relájese completamente. Alcance una vez más el cepillo situado al otro lado de la habitación con su brazo astral extendido y adelgazado, pero no lo coja. Con una asombrosa orden del poder síquico, objetive al final de su brazo acartonado, hasta los más mínimos detalles, una mano normal cobrando vida y levantando el cepillo. Observe los pelos del dorso de esta mano «viva», la piel más rugosa que recubre los nudillos, las uñas ligeramente maculadas, las flexibles junturas de los dedos y de la muñeca. Visualice una verdadera mano de carne, en resumen, una mano separada de un brazo vivo, pero unida aún a él por una especie de largo cordón brumoso semejante a un nervio del grosor de un dedo. Coja el cepillo con esta mano, muévelo en el aire y vuelva a posarlo. Después deje que la mano se disuelva de nuevo en forma astral... Esta es la materialización.

**Ejercicio 2.** Repita el ejercicio 1, pero esta vez dirija una orden del poder síquico hacia el brazo astral para cambiarle en un brazo humano completo. Después coja el cepillo y muévelo en el aire con este brazo.

**Ejercicio 3. Cómo materializar animales vivos con su cuerpo astral.** Siéntese de nuevo completamente relajado. Contemple el suelo vacío en medio de la habitación y proyecte una masa de cuerpo astral fuera de usted. Deje que se instale en el centro de la habitación y envíela una orden del poder síquico para darle la forma de un perro grande marrón y blanco. Vea al animal allí, respirando, de cara a su derecha, como otro ser humano. Envíele otra orden del poder síquico por medio de sus Antenas Cerebrales para que mueva la cola y ladre. Tendrá el aspecto de un

verdadero perro y si alguien lo toca, su pelaje parecerá el de un perro. Pero su espíritu será el de usted, y no el de un perro. Reaccionará según su espíritu. Envíele una orden del poder síquico para que le hable y repetirá sus propias palabras con su propia voz. Encolerícese y él gruñirá como un perro encolerizado. Siéntase feliz y él moverá la cola y ladrará. No hay ningún instinto personal que le guíe, sino solamente su Centro del Poder Síquico, aunque sus acciones sean las de un perro.

Repita este ejercicio varias veces. No materialice el animal gradualmente, sino total e instantáneamente. Para estar seguro de no olvidar ningún detalle, visualice un perro que ya conozca. De otro modo podría objetivar la forma de un perro imperfecto.

**Ejercicio 4.** Materialice muebles y otros objetos inanimados de la misma forma.

### LOS MILAGROS QUE PUEDE ESPERAR DE UNA COOPERACION TRICONSCIENTE

Si ha tenido éxito con estas materializaciones, ha debido quedar extenuado después de cada experiencia. Cada una consume una enorme cantidad de electrones. Pero su capacidad aumentará con la práctica hasta que pueda materializar una serie de escenas durante varios minutos a la vez. Las materializaciones no son tejidos vivos sino únicamente ectoplasmas, es decir substancias de cuerpo astral. Si se clavase una espada en la mano materializada o en el perro, no saldría sangre. Y si la mano o el perro se moviesen podría pasar a través de la pared. Usted puede reproducir cualquier forma viva o muerta con el ectoplasma, pero nunca será más que una reproducción de esta forma; no es la forma real viva o muerta. Usted puede incluso transformar el perro en caballo o en águila si su orden del poder síquico es suficientemente potente y su visualización lo bastante auténtica. El animal hará exactamente lo que su consciente le ordene, y piensa porque es una extensión de usted mismo que obedece implícitamente a sus órdenes de pensamientos del poder síquico visualizados. Incluso volará, si usted lo visualiza. Reirá como Figaro, hablará entrecortadamente y tartamudeará, cantará como un gallo, maullará como un gato, y cantará como un canario. Se conducirá como un perro solamente si usted le visualiza y le ordena actuar como tal.

Usted podría visualizar y reproducir de esta forma un regimiento entero, un cortejo fúnebre desfilando, o una montaña en la lejanía que danzase delante de los ojos de los demás. Todo depende de la cooperación que pueda obtener del consciente, del subconsciente y del Consciente Primario. Todo depende, para ser precisos, de la Cooperación Triconsciente. La Cooperación Triconsciente del maestro síquico es de 109 a 3.000 veces más perfecta que la suya. Aunque la suya fuese mejorada tan sólo un uno por ciento, adquiriría una potencia en sus ojos y en su espíritu que le proporcionaría un sorprendente control sobre los demás y sobre los pequeños objetos tales como los dados.

### COMO REALIZAR CONSCIENTEMENTE LA LEVITACION

Huelga decir que nada de lo que podría hacer sorprendería tanto a los demás como si realizase la levitación, especialmente si levantase su propio cuerpo en el

espacio sin ningún soporte. Prácticamente nadie conoce la experiencia del yogui que hace su siesta en el espacio a 1,20 metros por encima del suelo sin nada que le soporte por debajo ni nada que le sujete por encima. Simplemente imagine el dominio del poder síquico que tendría sobre una persona que le hubiese visto semejante hazaña. Pero solamente el maestro síquico puede hacerlo o alguien altamente dotado de estos poderes. Por otra parte, saber cómo se hace y entrenarse para hacerlo, aumentará increíblemente su propio poder síquico y su poder de dominio del poder síquico.

## LA LEVITACION POR EL MAGNETISMO INVERTIDO

Durante miles de años el hombre ha buscado la forma de explicar el fenómeno de la levitación. Como va en contra de la ley de la gravedad, los sabios modernos están completamente desconcertados.

Es materia de espiritismo, esto puede realizarse elevando el cuerpo físico en el aire por medio de proyecciones del tipo de las proyecciones de miembros del cuerpo astral sobre el suelo. Esto será explicado próximamente en un ejercicio. Muchos maestros síquicos, sin embargo, se elevan a sí mismos sin servicios de su cuerpo astral. Esto puede ser la evidencia de que la levitación puede hacerse por medio de la **magnetización invertida**. Cuando camina sobre el suelo, sus pies tienen una polaridad magnética (N) **opuesta** a la de la tierra (S), mientras que su cabeza, que en esta posición tiene una polaridad magnética (S) opuesta a la de los pies (N) tiene la misma que la de la tierra (S). Si ahora pudiese invertir voluntariamente la polaridad magnética de su cuerpo, para que sus pies tuviesen la polaridad de la tierra (S) y su cabeza la **opuesta** a la tierra (N), su cuerpo se pondría al revés en razón de la ley de que los semejantes se repelen y los contrarios se atraen. De la misma forma, cuando está echado sobre la espalda, ésta atrae una polaridad magnética **opuesta** a la de la tierra, mientras que la parte delantera de su cuerpo atrae **la misma** que la de la tierra. Cuando está echado sobre el vientre, la parte delantera de su cuerpo toma una polaridad magnética **opuesta** a la de la tierra, mientras que su espalda toma **la misma** que la de la tierra.

Si su cuerpo entero pudiese tomar voluntariamente una polaridad magnética como la de la tierra, sería **repelido por ella**. En este momento la levitación podría ser una **repulsión magnética**. El cuerpo y la tierra se repelen el uno al otro. Ya que la tierra es más grande que el cuerpo, permanece donde está, mientras que el cuerpo es proyectado lejos de ella. Por tanto, para realizar la levitación, el maestro síquico solamente necesita que su cuerpo físico tenga la **misma** polaridad que la tierra y la tierra le repelerá lejos de ella. Esta es la Magnetización Invertida.

Estudie ahora las dos formas de hacer la levitación.

## COMO REALIZAR LA LEVITACION CON EL CUERPO ASTRAL

**Ejercicio 1.** Echese en la cama sobre la espalda. Visualice a sí mismo suspendido en el aire, pero sujeto por las extensiones de su cuerpo que está sobre el suelo. Ahora cese la visión. Ha visualizado la imagen que usted desea que su Consciente Primario realice.

Ahora está preparado para comenzar. Visualice a sí mismo echado sobre la espalda, adquiriendo brazos y piernas suplementarias (dos brazos y dos piernas astrales) que empujen lentamente su cuerpo en el aire.

Practique este ejercicio hasta que sienta sus miembros astrales proyectados fuera de sus miembros físicos y empujando su cuerpo físico en el aire por encima del suelo.

## LA REPULSION POLAR MAGNETICA NORMAL EXISTE ENTRE TODOS LOS HUMANOS

La forma más fácil de realizar la levitación por al Magnetización Invertida es comenzando por la posición horizontal, porque en esta posición hay una mayor parte de su cuerpo en contacto con la tierra que en cualquier otra. Su mayor masa de resistencia magnética potencial es presentada entonces a la tierra, haciendo posible para ella ser repelida más fácilmente cuando su polaridad sea la misma que la de la tierra.

Invertir la polaridad magnética de su cuerpo y concentrarla en el punto en que pueda ser mejor repelida por la tierra, no es sin embargo fácil de realizar. Sólo un maestro síquico puede realizarlo. Pero hay una razón más importante para aprender lo que es necesario hacer, incluso a una escala microscópica, para que las personas no estén sobre sus pies en la vida corriente. Cuando usted encuentra a alguien frente a frente, ambos poseen la misma polaridad magnética en la frente y en la espalda, ya que ambos son atraídos igualmente por la tierra. Esto significa que hay una repulsión magnética normal entre los seres humanos cuando están frente a frente. Esta repulsión, naturalmente, está muy influenciada por el pensamiento, la ropa, las circunstancias, la salud, la belleza, la personalidad, la complejión y otras cualidades de cada uno. Sin embargo, en la base de todo esto se encuentra la constante e inmutable repulsión polar magnética que existe en todos los individuos cuando se encuentran frente a frente. Pronto aprenderá cómo anular esta inevitable repulsión magnética entre usted y los demás con la Magnetización Invertida, de forma que la aniquilará a la vista, y se meterá a todo el mundo en el bolsillo rápidamente.

## COMO INVERTIR LA POLARIDAD MAGNETICA DE SU CUERPO CON EL PODER SIQUICO

La forma más fácil y más sencilla de invertir la polaridad magnética de su cuerpo cuando desee atraer a alguien hacia usted, es llenarse de un enorme deseo de conocer a esa persona, de ser su amigo y de ayudarla de todas las formas que pueda. Ya que el espíritu de la otra persona desconfía de usted (porque no le quiere) y que incluso desconfía de usted hasta el punto de evitar encontrarse con usted, esto intensificará automáticamente la polaridad magnética «semejante» de la superficie de su cuerpo que hace frente al suyo. Si siente lo mismo hacia él, la suya se intensificará también y ambos serán repelidos potentemente el uno por el otro. Pero si ahora usted cambia instantáneamente la polaridad magnética de la superficie de su cuerpo que le hace frente, su polaridad magnética cambiará también y asumirá la polaridad opuesta. Las superficies de sus cuerpos frente a frente serán atraídas entonces la una hacia la otra, en vez de repelidas.

Si otra persona y usted tienen impaciencia por conocerse, es posible que todo no vaya muy bien al principio, porque ambos tienen la misma (impaciencia por conocerse) polaridad magnética sobre las superficies de sus cuerpos que están frente a frente y esperan demasiado uno del otro enseguida. Cuando sus esperanzas no son recompensadas inmediatamente, o son ligeramente decepcionadas al principio, ambos comienzan a desconfiar uno del otro rápidamente y a repelerse mutuamente de nuevo con polaridades magnéticas idénticas sobre las superficies de sus cuerpos que están frente a frente. Esta separación entre ustedes puede hacerse permanente porque ambas superficies conservan su polaridad semejante.

Cambie la dificultad NO perdiendo su propio deseo de conocer a la otra persona, a pesar de la contrariedad que él o usted puedan sentir estando uno frente a otro. ENTONCES si él pierde su entusiasmo por conocerle, su polaridad magnética se cambiará inmediatamente por la opuesta a la suya y esto le atraerá hacia usted, ya que los opuestos se atraen.

**Ejercicio 1. Cómo quedar profundamente dormido con la Magnetización Invertida.** Acuéstese en la cama completamente estirado sobre la espalda. La espalda y la cama no poseen la misma polaridad magnética, porque no se repelen —o no se repelen lo suficiente como para que el cuerpo sea arrojado de la cama. La polaridad de la espalda, en otros términos, es opuesta a la de la cama, porque no es repelida por ella.

Para adquirir una polaridad magnética semejante a la de la cama, sería necesario que su espalda tuviese la sensación de que le gusta echarse sobre ella. Por tanto simplemente piense que a su espalda le GUSTA echarse sobre la cama; que le gustaría echarse en ella para siempre. Imagine que su espalda es USTED todo entero y pensase, «ME GUSTA echarme en la cama. Deseo no dejarla jamás. Me gusta cada sensación de esta cama. Me gusta, me gusta, me gusta». Y relájese sobre la cama como si fuese una parte integrante de ella.

Sintiéndose feliz y relajado, probablemente se dormirá profundamente con rapidez. Ahora sabe por qué el maestro síquico cae en trance de sueño antes de que su cuerpo esté en levitación. Duermes tan profundamente que todo su cuerpo se supercarga de una polaridad magnética, que es a la vez la semejante y la igual a la de la región de la tierra sobre la que reposa. Naturalmente, envía a su cuerpo una orden del poder síquico antes de caer en trance, para experimentar la levitación mientras esté en este estado. Entonces el cuerpo no puede impedir ser repelido por la tierra y experimenta la levitación.

Una vez más, no espere ningún resultado milagroso de este ejercicio. Se necesitan años de un largo y persistente entrenamiento para dominar la levitación. Pero este ejercicio mejorará su salud procurándole un sueño profundo y un reposo mejor al día siguiente.

## COMO CONSERVAR SU CONSCIENTE PRIMARIO SIEMPRE DESPIERTO CON EL MOLDE SIQUICO

Usted ha estudiado, practicado y adquirido por lo menos un 1 % de desarrollo de su personalidad desconocida despertando su Consciente Primario. Aprenda a conservarlo despierto de forma permanente. Hágalo con el Molde Síquico.

## EL MOLDE SIQUICO PARA CONSERVAR SU CONSCIENTE PRIMARIO DESPIERTO DE FORMA PERMANENTE

El Molde Síquico es el medio rápido de poner el Consciente Primario en pleno control de sus diez partes importantes y liberarle de la influencia obstaculizante del consciente y del subconsciente. Consiste simplemente en realizar dos condiciones fáciles en su espíritu.

**Primera condición.** Someter las ondas cerebrales alfa y beta y poner al control las ondas cerebrales delta y theta.

**Segunda condición.** Poner la Electricidad del Caracol al control del oído en vez de la verdadera electricidad nerviosa auditiva.

**Explicaciones.** La primera condición pone su Centro del Poder Síquico al control del consciente y del subconsciente, lo que hace ya durante el sueño.

La segunda condición pone el Centro del Poder Síquico Auditivo al control del oído y de los centros auditivos del consciente y del subconsciente, como hace ya durante el sueño.

Realice estas dos condiciones rápidamente ~~mientras~~ **está despierto** y podrá tener siempre despierto el Consciente Primario y mantenerlo independiente del consciente y del subconsciente. Esto es lo que obtiene con el Molde Síquico.

### COMO CREAR EL MOLDE SIQUICO

Para crear el Molde Síquico:

- 1) póngase en una especie de trance ligero, y después
- 2) ordene conscientemente a su Centro del Poder Síquico y a su Centro del Poder Síquico Auditivo que tomen el control absoluto de usted.

### LOS MEDIOS SENCILLOS PARA REALIZAR LOS APARTADOS 1 y 2

1. el medio fácil de ponerse en una especie de trance ligero es:

- a) relaje cada músculo del cuerpo, de la cabeza a los pies. Ante todo relaje las cejas, las manos y los pies. Después relaje las mandíbulas. El resto seguirá por reflejo.
- b) Después cierre los ojos o mire al vacío sin fijar los ojos en nada. Y no piense en nada absolutamente. Si sus ojos están cerrados, simplemente mire el vacío detrás de los párpados cerrados. Si están abiertos, simplemente mire al vacío.

2. Ahora, lance una orden de su consciente a su Centro del Poder Síquico en la frente y otra a su Centro del Poder Síquico Auditivo en los lados inferiores de la cabeza, para tomar todo el control de su cuerpo.



- a) después cuente hasta cuatro en silencio para dar tiempo a los dos Centros a pasar las órdenes.

Esto es el Molde Síquico, el cual despertará su Consciente Primario si está dormido. De otro modo, cree el Molde Síquico una vez por semana (o incluso una vez por día, si lo desea) simplemente para conservar los fantásticos potenciales de su Consciente Primario siempre preparados para poder usarlos instantáneamente. Al cabo de tres meses, hágalo solamente cuando lo necesite. Para hacer esto no se necesitan más que algunos segundos y ello le devuelve todos los «poderes milagrosos» del Consciente Primario que ha adquirido.

### COMO SER DE NUEVO EL INSUPERABLE «USTED» PARA EL RESTO DE SU VIDA

Usted ha terminado la CICLOMANCIA: EL SECRETO DEL CONTROL DEL PODER SIQUICO. Usted ha practicado y despertado su Consciente Primario dormido y se ha convertido en una persona mucho más eficaz que nunca. Usted ya nunca será el prisionero de su pusilánime consciente, sino el líder liberado, poseedor de poderes ocultos que aumentan sin cesar y que usted puede aprovechar para proyectarse a niveles inesperados. Con su nuevo e insuperable «USTED», sobresaldrá por donde quiera que vaya.

### METODO PROGRESIVO PARA UTILIZAR EL NUEVO E INSUPERABLE «USTED»

He aquí, punto por punto, cómo utilizar el NUEVO E INSUPERABLE «USTED» en la vida diaria y sacar provecho sin restricciones.

**La mañana.** Cuando se levante, siéntese cerca de la ventana y realice algunos ejercicios de respiración para llenarse de electrones. Después cólmese de Tono Muscular y comience el día desbordante de energía.

Después satúrese con el Arco Síquico Irradiante para digerir mejor el desayuno y facilitar las deposiciones.

Al salir de casa, utilice el Control del Tono Muscular Selectivo para dar gracia y ritmo a cada uno de sus movimientos.

Si por el camino se encuentra con un vecino antipático, hágale amable utilizando la Magnetización Invertida y el Apretón de Manos Electrificante.

En la oficina o en el lugar donde trabaje, dirija sutilmente sus pensamientos hacia los espíritus de los demás con una fuerza de fotones tan convincente que les ponga rápidamente a merced suya.

Reduciendo la resistencia en los Puntos de Unión de los Nervios aprenderá cosas nuevas a una velocidad que usted nunca ha creído posible y tendrá esta nueva especialidad en el consciente y en el subconsciente.

Hará nuevos clientes con la Visión Suscitada y les hará ver lo que usted desea que vean, a pesar de lo que puedan ver en realidad.

Para atraer aún más clientes, cree la **Atmósfera de Dominio Síquico**.

Antes de dirigirse a alguien, hágale prácticamente irresistible a sus órdenes, sugerencias o demandas con el **Arco Síquico**.

Para despertar el interés de su cónyuge o su prometida, láncele un mensaje o una orden con el **Tubo Astral**. Durante la comida trate de reposar sus ojos con el «Efecto Apagado».

**La tarde.** Por la tarde —en cualquier momento que esté fatigado después de un esfuerzo físico desacostumbrado— revigorícese con la **Zembla Agachada**.

Con el **Arpón Síquico**, obligue a una persona que le ignora, cuando no le mire, a fijarse en usted con un vivo interés.

Si tiene que hacer un gran esfuerzo, multiplique su fuerza muscular con el control del poder síquico sobre el **Centro de Coordinación de los Músculos**.

Si siente que rivales celosos tratan de minar su moral, protéjase de sus pensamientos insidiosos por medio del **Casco Aural**.

Si su ocupación exige un oído fino, aumente la sensibilidad de la **Electricidad del Caracol**.

**La noche.** De vuelta a casa por la noche, repose acostándose un cuarto de hora o media hora y revitalícese con la **Ozona Horizontal**. Al mismo tiempo renueve una vez más su fuerza ocular con el **Efecto «Apagado»**.

Si hace deporte esta noche o durante el fin de semana, supere sus mejores actuaciones gracias a los **Reflejos de la Vista y del Oído**.

Si lee cosas profundas esta noche, o si estudia, hágalo mucho más deprisa (pero sin perder ningún detalle) con la ayuda del **Centro de la Vista Primaria**.

Si visita a un amigo enfermo y cascarrabias, levántele la moral con el **Toque Ligero**.

Cuando vaya a la cama haga el **Zembla** para retrasar el envejecimiento.

Cuando se sienta abandonado, reanime el interés vacilante de su pareja, esposa o esposo, y vuelva a atraerlo hacia usted gracias al **Antídrome Síquico**.

Estimule a su pareja de forma increíble con la **Lámpara Humana**.

Aumente su longevidad haciendo el ejercicio del **Tono Muscular para el corazón**.

Duermase profunda y prontamente con la ayuda del **Arco Síquico Irradiante**.

Si desea continuar y desarrollarse más según los métodos del maestro síquico, usted sabe cómo hacerlo. Puede aspirar a realizar milagros de todo género; materializar animales y objetos, ejecutar sorprendentes proezas, ver a través de objetos opacos con rayos X; ver, viajar en su cuerpo astral e incluso efectuar la levitación.

Pero aunque se limite a las realizaciones del 1% solamente del desarrollo del **Consciente Primario**, superará sus antiguas marcas en todo, porque ha aprendido los secretos que los maestros síquicos han utilizado durante miles de años para eclipsar las proezas de los demás. Aplíquelas, y eclipsará también las realizaciones de los demás con un mínimo de tiempo y energía. Y haga todos sus éxitos permanentes con la ayuda del **Molde Síquico**.

Ahora lea la **CICLOMANCIA: EL SECRETO DEL CONTROL DEL PODER SÍQUICO** de nuevo desde el comienzo, y sacará tal provecho que duplicará, triplicará o cuatuplicará automáticamente el desarrollo de su **Consciente Primario**. Después consulte regularmente los pasajes relativos a las partes determinadas de su personalidad desconocida que desea perfeccionar y haga los ejercicios correspondientes. Conserve este curso al alcance de la mano porque está repleto de enseñanzas y ha sido necesaria la investigación profunda de tres generaciones de hombres durante un siglo y cuarto para reunir las, simplificarlas y analizarlas para usted.

## **I N D I C E**



<b>LECCION 1</b>	<i>Pág.</i>
Cómo hacer trabajar para usted el fantástico potencial de su Consciente Primario . . . . .	9
<b>LECCION 2</b>	
Cómo poner el consciente, el Centro de Registro de las Sensaciones y el Centro de Control de los Organos bajo el Control del Poder Síquico . . . . .	21
<b>LECCION 3</b>	
Cómo poner el Centro de Coordinación de los Músculos bajo el Control del Poder Síquico . . . . .	33
<b>LECCION 4</b>	
Cómo poner bajo el Control del Poder Síquico sus puntos obstructores de Unión de los Nervios. . . . .	39
<b>LECCION 5</b>	
Cómo poner la Electricidad Nerviosa de su cerebro y de su cuerpo bajo Control del Poder Síquico . . . . .	49
<b>LECCION 6</b>	
Cómo multiplicar su energía gracias al Poder Síquico . . . . .	59
<b>LECCION 7</b>	
Cómo no «estar nunca fatigado» poniendo su Tono Muscular bajo el Control del Poder Síquico . . . . .	67
<b>LECCION 8</b>	
Cómo utilizar el prodigioso Poder de las Antenas del Cerebro y ponerlo bajo el Control del Poder Síquico . . . . .	81
<b>LECCION 9</b>	
Cómo poner sus Reflejos Visuales y Auditivos bajo el Control del Poder Síquico . . . . .	93
<b>LECCION 10</b>	
Cómo poner el Centro de la Vista Primaria y el Gran Centro Visual bajo el Control del Poder Síquico . . . . .	99

<b>LECCION 11</b>		
	<b>Cómo poner el Centro del Oído Primario bajo el Control del Poder Síquico . . . . .</b>	<b>107</b>
<b>LECCION 12</b>		
	<b>Cómo utilizar el Consciente Curativo para poner a los demás bajo el Control del Poder Síquico . . . . .</b>	<b>115</b>
<b>LECCION 13</b>		
	<b>Cómo realizar lo que parece imposible gracias a la Electricidad Corporal y a las Antenas Cerebrales . . . . .</b>	<b>121</b>
<b>LECCION 14</b>		
	<b>Cómo desarrollar la Visión del Poder Síquico y obtener con ella increíbles ventajas. . . . .</b>	<b>131</b>
<b>LECCION 15</b>		
	<b>Cómo desarrollar el Oído del Poder Síquico y conseguir con él ventajas prodigiosas . . . . .</b>	<b>137</b>
<b>LECCION 16</b>		
	<b>Cómo poner el Aura y su Poder de Sicometría bajo el Control del Poder Síquico . . . . .</b>	<b>143</b>
<b>LECCION 17</b>		
	<b>Cómo desarrollar y utilizar los Sentidos Astrales para el Control del Poder Síquico . . . . .</b>	<b>150</b>
<b>LECCION 18</b>		
	<b>Cómo obtener conocimientos provechosos del Mundo Fisio-Astral gracias al Control del Poder Síquico . . . . .</b>	<b>161</b>
<b>LECCION 19</b>		
	<b>Cómo utilizar los secretos del Dominio del Poder Síquico para controlar a los demás a voluntad . . . . .</b>	<b>171</b>
<b>LECCION 20</b>		
	<b>Cómo poner el Mundo Fisio-Astral bajo el Control del Poder Síquico y adquirir un Poder Milagroso . . . . .</b>	<b>181</b>