

Instituto de MESMERISMO



MESMERISMO Y MAGNETISMO
HIPNOSIS NO VERVAL

MAGNETISMO INDIVIDUAL

CÓMO DESARROLLARLO



LECCIONES PRÁCTICAS DE EXPERIMENTACIÓN.

Las llaves a los tesoros escondidos del Magnetismo antiguo y moderno. También incluye una introducción única y peculiar a las técnicas de la antigua escuela magnética secreta original y el poder de la fascinación mental.



**Escuela de Hipnosis Clínica Profesional
Área de formación de AEHDA**

*C/ Zurbano. nº. 45 - 1ª Planta
28010 MADRID
Tel: 902 99 26 27
Móvil: 609 302 560
E-mail: contacto@aehta.net
Web: www.aehda.net*

*Plaza Juez Borrull nº. 30 – 2º A
12003 Castellón de la Plana
Móvil: 658 949 161
E-mail: secretaria@escueladehipnosislesam.com
Web: www.escueladehipnosislesam.com
Web: www.institutodemesmerismo.com*

**TÍTULO DE LA EDICIÓN ORIGINAL
MESMERISMO Y MAGNETISMO**

LESAM ESCUELA DE HIPNOSIS PROFESIONAL
Plaza Juez Borrull nº. 30, 2º. A
12003 Castellón de la Plana
www.escueladehipnosislesam.com
secretaria@escueladehipnosislesam.com
www.institutodemesmerismo.com

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sólo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley.

Diríjase a LESAM si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. (secretaria@escueladehipnosislesam.com)

Impreso en España - Printed in Spain

Depósito Legal:
Impresión: Escuela de hipnosis Lesam - Valencia



INTRODUCCIÓN

Este curso tiene como finalidad transmitir conocimientos sobre hechos importantes y poco conocidos que nosotros hemos descubierto.

Aunque en el pasado nos basábamos únicamente en puntos de vista puramente científicos, hemos descubierto hechos innegables que nos han llevado a ampliar nuestro punto de vista.

De esta forma, hemos tenido que aceptar que hay hechos relacionados con la mente humana que si bien no pueden ser explicados a través de una visión estrictamente científica son una realidad.

Comenzamos a darnos cuenta de esto cuando muchas veces fuimos testigos de curaciones que se dieron de forma peculiar y que no podían ser totalmente explicadas a través de la ciencia.

También, durante nuestras enseñanzas vimos reacciones y hechos que tampoco podían ser explicadas a través de nuestros conocimientos científicos. Fue así que la práctica y la experiencia nos fue enseñando que existen cosas que no se enseñan en centros de educación formal pero sin embargo son parte de la realidad.

Conocimos a un hombre sencillo que vivía en un pequeño pueblo y que tenía una capacidad increíble: podía hipnotizar a una persona con solo mirarla y en pocos segundos.

Esto iba más allá de nuestras capacidades y nos llevó a comenzar un largo camino de búsqueda de nuevos conocimientos, ya que queríamos conocer el secreto de este hombre y lograr entender cómo tenía tal capacidad.

El primer contacto que tuvimos con este hombre, Virgilio, fue a través de un amigo quien lo encontró en un comercio. Nuestro amigo y Virgilio comenzaron a hablar y luego de un rato llegaron al tema del hipnotismo. Luego de hablar un rato sobre el tema, Virgilio le ofreció a nuestro amigo mostrarle su capacidad. Le preguntó a un hombre, de entre varias personas que se encontraban en el comercio, si le gustaría ser hipnotizado, a lo que el hombre le contestó con cierto tono de desafío que si podía hacerlo lo hiciera.

Virgilio le pidió "mire aquí" y luego de unos tres segundos el rostro del hombre perdió toda expresión aunque mantenía los ojos

abiertos. Virgilio le hizo algunas sugerencias y el hombre hizo automáticamente lo que le pedía.

Luego, Virgilio hizo exactamente lo mismo con otro hombre que también se encontraba en ese comercio.

Nuevamente este segundo hombre entró en un estado hipnótico en pocos segundos y siguió las sugerencias mentales de Virgilio de forma automática. No sólo la rapidez del proceso fue asombrosa, sino también que algunas de las sugerencias de Virgilio fueron hechas mentalmente, sin palabras.

La hipnosis moderna sigue patrones muy diferentes a los que vimos en Virgilio. La hipnosis moderna generalmente las inducciones que usa son largas y basadas en palabras, y no utiliza ni cree en la telepatía. De esta forma, la hipnosis moderna descarta toda posibilidad de percepciones extrasensoriales, no dando lugar, por lo tanto, a la posibilidad de lograr una hipnosis tal como la que Virgilio era capaz de lograr.

Aunque nos llevó tiempo, éste hombre nos enseñó su inusual e increíble método de hipnotismo. No nos fue fácil aprenderlo ya que está basado en presuposiciones mentales diferentes a las usadas por el hipnotismo moderno.

Paralelamente, nosotros comenzamos a investigar sobre el tema, tratando de aproximarnos con una visión tan científica como fuera posible. Leímos muchos libros antiguos, los cuales contienen técnicas que no se usan en la hipnosis moderna.

Tras leer todos esos libros, estudiar el tema, y absorber los conocimientos adquiridos a través de años de práctica, podemos decir con seguridad que existe una realidad que va más allá de lo que se considera como tal por la ciencia moderna.

La ciencia moderna no acepta como válido nada que no pueda ser medible de forma específica. Sin embargo, nosotros podemos asegurar que existen hechos que, aunque no pueden ser medidos en la forma que la ciencia moderna establece, son reales.

Hemos descubierto que la Teoría Cuántica respalda nuestra visión. La Teoría Cuántica habla de la ambigüedad que existe entre la onda y la partícula, de forma tal que una misma realidad puede tener más de una cara y más de una forma de ser medida.

Nosotros sabemos que hay "algo" que, aunque es dejado de lado por la hipnosis actual y la ciencia moderna dada la incapacidad de

medirlo, es un "algo" muy poderoso y que debe ser tomado en cuenta. Hay hechos y técnicas hipnóticas avanzadas que eran utilizadas hace 200 años pero hoy en día son negadas. En cierta forma hemos retrocedido.

Por esto, los invitamos a leer los escritos de uno de los hipnotistas antiguos que más nos ha llamado la atención, el Dr. Weller.

El Dr. Weller habla sobre el Mesmerismo de forma muy interesante y expresando ideas y hechos con los que nosotros estamos totalmente de acuerdo y tenemos la seguridad de que son reales.

Nuestra escuela, se centra en enseñar a cómo conectar las fuerzas vitales con las fuerzas de la naturaleza de forma tal de poder tener total dominio de nosotros y poder lograr nuestras metas.

En nuestra escuela podrás obtener conocimientos que le permitirán mejorar su equilibrio personal y bienestar, fortalecerse, sentirse rejuvenecido y vital, aumentar su eficiencia en la sociedad, y desarrollar poderes ocultos y su magnetismo personal.

El Mesmerismo está basado en una fuerza natural y vital a la que todos tenemos posibilidad de acceder. Combinando la fuerza de la naturaleza con nuestra propia fuerza vital podemos lograr cosas increíbles.

Entre otras cosas, el Mesmerismo, al desarrollar la energía vital, provee fuerzas autocurativas. La energía vital es justamente eso, lo que nos da fuerzas para vivir y para superar obstáculos.

Aquellos estudiantes que tengan conocimientos de hipnosis, tras aprender Mesmerismo, podrás llegar a inducciones energéticas con gran velocidad y hasta de formas que no podrán creer. Además podrán aprender a desarrollar el poder de la mirada y el encanto.

INDICE.

EL LIBRO DEL DR. WELLER ANALIZADO	9
LECCIÓN I.....	11
El Estudio del Magnetismo.....	11
FORMA DE INFLUENCIA.....	12
LA VOLUNTAD	12
LECCIÓN II.....	13
Algunas preguntas para contestar Vd mismo.	13
LECCIÓN III.....	15
Como ser magnético.	15
LECCIÓN IV.....	17
Como excitamiento y pesadumbre dirigen hacia nerviosidad.....	17
IRRITABILIDAD	18
VEJAMIENTO	18
LECCIÓN V	20
Voluntad	20
LECCIÓN VI	21
Se le ofrecen dos métodos; cualquiera de los dos, lo conducen hacia el éxito si los sigues con persistencia.	21
LECCIÓN VII	23
Educación Magnética	23
LECCIÓN VIII	25
La Voz	25
LECCIÓN IX.....	28
El dominio de su mismo	28
LECCIÓN X.....	32
Magnetismo Físico, Nervoso, Mental.	32
MAGNETISMO FÍSICO.....	33
MAGNETISMO MENTAL	34
MAGNETISMO NERVIOSO	35
LECCIÓN XI.....	37

Ejercicio, una poderosa ayuda en la adquisición del Magnetismo personal.	37
EJERCICIO 1.....	38
Este ejercicio es una prueba de su presente condición, y el primer paso hacia futura mejoría.	38
EJERCICIO 2.....	39
EJERCICIO 3.....	39
EJERCICIO 4.....	39
EJERCICIO 5.....	39
EJERCICIO 6.....	40
EJERCICIO 7.....	40
EJERCICIO 8.....	40
EJERCICIO 9.....	40
EJERCICIO 10.....	40
EJERCICIO 11.....	40
EJERCICIO 12.....	40
EJERCICIO 13.....	40
EJERCICIO 14.....	40
EJERCICIO 15.....	41
EJERCICIO 16.....	41
EJERCICIO 17.....	41
EJERCICIO 18.....	41
EJERCICIO 19.....	41
EJERCICIO 20.....	41
EJERCICIO 21.....	42
EJERCICIO 22.....	42
EJERCICIO 23.....	42
EJERCICIO 24.....	42
EJERCICIO 26.....	42
EJERCICIO 27.....	42
EJERCICIO 28.....	43
EJERCICIO 29.....	43
CONCLUSIONES	43
EL MESMERISMO Y LA PROGRAMACIÓN NEURO LINGÜÍSTICA.....	44
EL MESMERISMO Y LAS TÉCNICAS DE YOGA.....	45
EL MESMERISMO Y SUS ENEMIGOS.....	45

EL LIBRO DEL DR. WELLER ANALIZADO

El libro que analizaremos a continuación contiene información que no solo es muy interesante sino también, de acuerdo a nuestra experiencia, real. A través de esta lectura y su análisis nosotros esperamos poder ayudarlo a conocer secretos sobre el Mesmerismo y el Magnetismo.

El Dr. Weller afirma que hay otras bases además de la psicología que dan sostén al Mesmerismo. Nosotros estamos totalmente de acuerdo con ésta afirmación.

A través del libro del Dr. Welles y nuestro análisis, podrás encontrar claves importantes hacia el descubrimiento del magnetismo real, el hipnotismo magnético y la fascinación mental. Nosotros estamos orgullosos de poder decir que fuimos iniciados en todas estas técnicas por uno de los últimos expertos y maestros.

Al conocer estas claves y aprender las técnicas, usted podrá aplicarlas en muchos campos diferentes, tales como en terapias, relaciones profesionales, y relaciones personales, entre otros.

Son técnicas poderosas de raíces ancestrales. Tienen raíces en común con técnicas orientales tales como, por ejemplo, el kundalini.

Nosotros hemos podido encontrar raíces comunes a estas técnicas en siglos anteriores a los tiempos de la Roma Antigua. Personas como Albertus Magnus, Aristóteles, Plutarco, y San Tomás, entre muchos otros, han demostrado la capacidad de utilizarlas.

La escuela antigua de estas técnicas se ha mantenido secreta a través de los siglos, y sólo nos pocos miembros han tenido el privilegio de conocerlas y desarrollarlas.

Ahora, nosotros conocemos los secretos y queremos compartirlos ya que creemos que son de gran valor para la humanidad.

Nosotros logramos acceder a estos conocimientos secretos tras años de investigación y tesón. Virgilio, uno de los últimos maestros con vida de esta antigua escuela secreta, nos fue dando las claves de a poco, de forma tal que nos llevó aproximadamente 15 años conocer el sistema en su totalidad.

Es un sistema completamente diferente a lo conocido y manejado hoy en día por la psicología y la hipnosis moderna. Nosotros queremos

compartir estos conocimientos de forma tal de que no se pierdan, tal como nuestro maestro nos pidió.

Sin embargo, es importante destacar que conocer, comprender, y manejar el sistema implica tener un punto de vista abierto para asimilar nuevas técnicas y conocimientos.

Partes del sistema han sido comunicadas a través de libros y escrituras a través de los siglos, pero, muchas de las veces de forma codificada. Nosotros obtuvimos la clave para decodificarlas.

Uno de los elementos más importantes a tener en cuenta con respecto a este sistema es la importancia de desarrollar la "fuerza vital".

La fuerza vital es exactamente eso, fuerza de vida, y está fuertemente ligada a cada uno de nosotros y nuestras relaciones interpersonales, especialmente a la energía sexual.

También es importante destacar que estas técnicas y ejercicios proveen energía a aquellos que los practican. Son técnicas que ayudan a mejorar la influencia personal y las potencialidades, al igual que poder desarrollarse de forma práctica y espiritual.

Son técnicas naturales, basadas en capacidades que tenemos y quizás no conocemos. Aprendiéndolas, puedes conocer poderes propios que quizás nunca hubiera imaginado tener.

Te invitamos a comenzar a descubrirlas en este libro, a través del libro del Dr. Welles y nuestros comentarios.

LECCIÓN I

El Estudio del Magnetismo personal Estás por empezar el estudio de una materia que es al mismo tiempo nueva e interesante, por más que las verdades que describe son tan antiguas como el mundo y tan sencillas que aparecerán sin valor. Pero sobre estas verdades descansa el fundamento de su existencia y mientras más las apliques a tu vida, mayor será su fuerza para obtener todas las cosas que se desee.

Con estas observaciones presentadas para su guía y aliento, ahora procederemos a indagar en los misterios del más ventajoso estudio que el Todo Poderoso ha preparado para felicidad nuestra SALUD.

Apenas podemos comprender cuanto dependen éxito o fracaso de la perfecta condición del cuerpo.

Tomamos el mayor cuidado de nuestro ganado de modo que lo tengamos en buena condición porque comprendemos que de la salud de él depende nuestra ganancia; aramos y abonamos la tierra, para que nos dé mayor utilidad y fabricamos casas firmes en las que podamos vivir con agrado y seguridad; pero de mala manera descuidamos lo que es de mayor importancia — nuestros cuerpos — sin pensar ni por un momento que de nuestra salud depende nuestro desarrollo.

El primer requisito hacia una presencia magnética, es por tanto, la salud. Sin salud nada se puede hacer. Fuerza de la mente solo se puede conseguir por la fuerza del cuerpo; en la medida que una se debilita, la otra tiene que sufrir.

Magnetismo es una fuerza nerviosa; y en nuestros nervios vivimos.

Falta de vitalidad, por tanto, reduce a un correspondiente grado nuestra fuerza de nervios y no podemos usar lo que no poseemos. Su primer esfuerzo debe dirigirse para ganar su salud si Vd la ha perdido; su segundo, para mantenerla cuando la haya conseguido.

Para este objeto abandone el uso de carne de cerdo, pastelería, dulces, té, café, y estimulantes, comiendo nada más que los alimentos más puros, y tomando en su sistema nada que pueda resultar dañino. Sea metódico en todas sus costumbres y evite todos los excesos.

De este modo pondrá Vd en actividad las fuerzas latentes y reunirá fuerza para mayores esfuerzos.

FORMA DE INFLUENCIA

Tomándose por seguro de que ha cumplido con las antedichas instrucciones, y así ha puesto una fundación sólida sobre la que se pueda ir construyendo más, estamos ahora listos para dar otro paso, y considerar las formas de influencia, por la que una persona magnética obtendrá sus deseos. Esta influencia es triple en su forma, empleando como sus agentes los ojos, las manos, y la voz; cada cual resulta una poderosa ayuda o impedimento a su poseedor, según la haya o no haya desarrollado. Un ojo exaltado, moviente, por ejemplo, hace a su dueño un objeto de sospecha, mientras que el ojo calmado, fijo, de mirada apasionada, inspira confianza y expresa determinación gesturas desagradables, y el movimiento nervioso de las manos crean antagonismo, y frecuentemente causan verdadera dificultad al que las posee, así echando a perder cualquier buen efecto que la conversación de él haya creado.

Añada a esto una voz sin domesticar, con sus variaciones desde áspera hasta aguda, y no es pues sorpresa que tantas personas que por otros conceptos son valiosas, fallen en su vida. Gesturas apropiadas y graciosas, por el contrario, acompañadas por tonos bien modulados y una voz agradable, producen un efecto que se retiene mucho tiempo después que las palabras se han olvidado.

LA VOLUNTAD

Otro importante accesorio en el desarrollo del Magnetismo Personal, es la voluntad. Regula la cantidad y energía de la fuerza que se gasta y determina su naturaleza. Es el poder que gira las fuerzas hacia su tarea y las dirige. Debemos distinguir entre voluntad y testaduría, así como entre voluntad y deseo, el primero expresa una determinación fija y el segundo solamente denota un deseo; uno es magnético, el otro una condición débil; uno trae éxito, el otro fracaso. La voluntad puede desarrollarse y fortalecerse mismo que cualquier otra parte del cuerpo.

Esto se hace por medio de ciertos apropiados ejercicios adaptados para los deseos individuales. Ejercicio fortalece y aumenta la voluntad. Falta de ejercicio, por el contrario, la debilita, lo mismo que un brazo que se ponga en tablillas por algún tiempo acabará por quedar inútil e inservible. Peor aún que falta de uso es el fallar; porque por completo destruye la voluntad, y hace imposible el que la personalidad resulte magnética. Trátese, por tanto, de domesticar propiamente su voluntad, porque su éxito depende enteramente de lo que Vd haga.

CONFIDENCIA

El elemento final en la cultivación del Magnetismo Personal es confianza en su misma habilidad. Una persona a quien falte confianza es como una tijera barquilla en el océano sujeta a los cambios de los vientos y de las olas; se vuelve el juguete de todas las mentes fuertes y ofrece obediencia a todas las influencias.

Siéndole imposible el sostenerse por sí misma, depende de otros por soporte y se vuelve el más miserable de los humanos cuando se le deje a sí sola. Tiene que ocupar un puesto inferior, y es un detrimento para sí mismo y para los demás.

Hasta que domine esta condición, no podrá tener éxito ni ser feliz.

Aprenda, por tanto a depender de Vd mismo. Vd sabe que puede hacer ciertas cosas, y eso es indicación cierta de que podrá hacer otras. No permita que los fracasos le desmayen. Si no hubiera fracasos no podría haber éxitos.

El sobre vencer dificultades será la prueba de su magnetismo.

Lo que antecede, presenta a Vd una ligera idea del estudio. Las siguientes lecciones contienen direcciones específicas aplicables al caso de Vd.

LECCIÓN II

Algunas preguntas para contestar Vd mismo.

Si Vd desea tener éxito con el Magnetismo Personal tiene que tener la mayor confianza en sí mismo. Con esto no significamos egoísmo, sino perfecto amaestramiento. La persona modesta en su manera, calmada, fresca, poseída y con confianza ilimitada en sí misma, es la que resultará más magnética.

Familiaridad engendra confianza. Por esto no significamos vulgaridad, abandono, o cualquiera otra de las características de las personas mal educadas; sino más bien un perfecto conocimiento de la persona o cosa hacia la cual dirigimos nuestra atención. Esto solo se podrá conseguir por paciente aplicación y estudio. Así, antes de que Vd pueda hablar fluente y efectivamente de una cosa, Vd debe haberla estudiado bien, de modo que esté perfectamente familiar con todos sus detalles. Es de este modo solamente que podrá convencerse de sus buenas cualidades, y ganar la confianza para presentarla a otros. Antes de que Vd pueda esperar influenciar a otra persona, Vd primero

debe cerciorarse, o tratar de descubrir, sus puntos flojos así como sus buenos puntos, de modo que pueda sobre vencer los primeros y aplicar los otros efectivamente. Pero antes de que Vd pueda conseguir esto, Vd debe tener la mayor confianza en sí mismo. Esta se puede obtener solamente por la familiaridad con los puntos fuertes y flojos de Vd mismo, de modo que pueda aumentar los unos y sobre vencer los otros.

Así es como se convencerá de su propia habilidad y podrá sin temor ocuparse del trabajo que Vd desee. Para facilitar este estudio de Vd mismo., y como para examinarse a sí mismo, se le pide a Vd que conteste a las siguientes preguntas, de acuerdo con su mejor habilidad y opinión:

1. ¿Es Vd calmado y contenido?
2. ¿Se agita Vd fácilmente?
3. ¿Demuestra Vd excitación cuando de pronto se le informa de noticias buenas o malas?
4. ¿Alguna transacción le impresiona?
5. ¿Tiene Vd fuertes amores y odios?
6. ¿Se irrita Vd cuando está solo y cuando las cosas no marchan tal como Vd las desea?
7. ¿Si es así, puede Vd reprimir tal irritabilidad en la presencia de su familia o de sus amigos íntimos?
8. ¿Si no fuera así, puede Vd reprimirla en la presencia de extraños?
9. ¿Dice o hace Vd al momento, cosas que poco después siente haber dicho o hecho?
10. ¿Falla Vd en la manera de juzgar cosas de poca importancia?
11. ¿Le gusta a Vd su actual condición?
13. ¿Sufre Vd por pequeñeces?
14. ¿Se pasa Vd las noches despiertas pensando?
15. ¿Sufre Vd de dolores de cabeza?
16. ¿Es Vd. nervioso?

17. ¿Acaso le molestan a Vd ciertos sonidos de la voz?
18. ¿Le molesta a Vd el que se acerquen ciertas personas?
19. ¿Es repelido Vd por ciertas personas cuando trata de acercarlas?
20. ¿Se acercan a Vd ciertas personas que aparecen ser sus superiores?

LECCIÓN III

Como ser magnético.

La vida es simplemente un ligero pase de la existencia excepto en lo que le influye la cultura y el amaestramiento. Esto es cierto no solo del hombre, pero de toda la naturaleza. La tendencia es siempre hacia lo malo.

Si Vd planta un jardín de flores, no importa cuán buenas sean las plantas, a menos que las cuide propiamente, se esparcirán.

El jardín de verduras cargado de las más raras clases de verduras se volverá uno de malas yerbas si se le deja por sí solo.

Lo que el cuidado es a la planta, educación es al hombre. Si se le deja por sí solo, invariablemente degenerará. El niño huérfano de padres educados se volverá un pillete de la calle en menos de dos años. Más de quinientos graduados de Universidades se han vuelto degenerados y han adoptado malos hábitos y modos de vivir, pero no es preciso multiplicar los ejemplos; la tendencia hacia lo malo es manifiesta por todas partes. Toda la tendencia a fluctuar es debilidad, y se puede trazar directamente a la falta de objeto. Esta falta de objeto es debida a vitalidad debilitada que a su vez significa falta de magnetismo.

Para ser magnético por tanto, Vd tiene que tener un objeto definido delante de Vd. La naturaleza de tal objeto varía con el individuo.

Unos se proponen adquirir riquezas; otros a obtener distinción social; otros a distinguirse en la literatura; algunos a obtener distinción en la política; y así todos. Fracaso o éxito depende extensamente de la naturaleza del objeto y la persistencia con que se persigue. Una persona con malos deseos no puede adquirir magnetismo; y sus esfuerzos eventualmente tienen que resultar en fracaso.

Con una intención estrictamente pura, y fuerte voluntad, se consigue mejor magnetismo, y no puede fallar en traer resultados en cualquier causa que se le emplee.

Antes de que pueda formar una intención estrictamente honesta, es preciso aprender a cultivar el pensamiento honesto. Si Vd está familiarizado con las leyes de la vida, habrá observado que influencias y contra influencias abundan, que directamente afectan su mente y tratan de alterar la corriente de sus pensamientos. Debido a estas influencias es que Vd cambia su mente, y deja de conseguir sus deseos. Vd intenta hacer algo; de pronto su atención es atraída por alguna persona u objeto, sus pensamientos se cambian a otra dirección, y Vd deja de ejecutar sus intenciones. Vd tal vez se habrá olvidado totalmente de ello. Esta fue una influencia que afectó y completamente alteró la corriente de su pensamiento.

Para sobre vencer estas condiciones, Vd tiene que cultivar un pensamiento directo. Empiece ahora mismo.

Cultive honestidad absoluta. No recurra Vd nunca a engaños, estratagema, picardía o diplomacia, en ninguna de sus formas. Elévese sobre cualquier duda y párese firme y fuerte en la cúspide de la pura verdad. En cualquier circunstancia de su vida, nunca haga, piense, hable, mire, o tiente una mentira ni nada que se le parezca. Un pensamiento honesto en un cerebro fuerte es el verdadero magnetismo y la más fuerte voluntad, y como un hecho mecánico, debe ser cultivado. Nunca diga una mentira, aún en broma. Nunca exagere, ni desprecie. Sea exactamente correcto. Nunca se eleve ni reduzca a otros. Ambos modos son erróneos. Nunca se debe jactar. No diga cuento o anécdota que comprenda una falsedad, aun cuando la falsedad sea tan aparente que no engañe al más niño. Sea sincero.

Diga las verdades tal como son sin variaciones, bien sea en broma o en serio.

Siempre concluya lo que empieza y no permita que nadie o cosa alguna alteren su atención.

LECCIÓN IV

Como excitamiento y pesadumbre dirigen hacia nerviosidad.

Éxito en la vida, bien sea de la mente, del cuerpo, o en negocios, bien sea en busca de conocimiento, felicidad riqueza o poder, depende directamente en la igualdad de temperamento y en la boyancia de la esperanza. Temor es mortificante. El completo genio de una naturaleza franca, y una invariable determinación, siempre ganan todas las honestas victorias que se puedan conseguir en la esfera del poder de una persona.

La razón porque muchas personas resultan fallos, y quedan condenadas a las filas de la mediocridad, se puede trazar en la confusión del sistema nervioso, que puede asociarse si y no con la mente. Esta condición afecta a diferentes personas de distintos modos, de acuerdo con el grado de inteligencia que cada cual posea.

Así, una persona ignorante o retrograda, puede ser relativamente feliz en esa condición, sin nunca haber sabido ni deseado nada mejor; cuando otra persona con mayor inteligencia sería muy infeliz, y su vida sería Un desengaño, siendo una carga demasiado pesada para sobrellevar.

Esta condición de confusión debe ser estudiada y reconocida en todas sus fases, pues nos viene a todos, y algunos nunca se pueden desprender de ella. De nada vale el buscar curas fuera de. Sí mismo.

No hay otra cura más que depender de las fuerzas dentro de nosotros mismos y emplearlas. Habrá menos sufrimiento si nos permitimos flotar hacia las filas de los renegados quienes son empujados por todos los vientos de la desdicha y por último se estrellan contra las rocas del infortunio; pero para tal vida no hay compensación.

Debemos subir la corriente si deseamos ser felices. Las siguientes son algunas de las causas naturales de esta confusión, que impiden la entrada a una condición magnética:

EXCITAMIENTO

Esta forma de confusión es por lo general prevalente entre las mujeres; a lo mejor, excitamiento, no es más que una forma de debilidad, y hay épocas críticas en la vida cuando resultan absolutamente desastrosas. Un poco de pensamiento enseñará la tontería de dejarse vencer por él.

Aun cuando la causa sea suficiente para inducir excitamiento, nunca produce nada bueno. Si alguien a su alrededor está excitado, manténgase calmado, pues Vd tal vez lo calmará. Si obtuviera éxito en algún encuentro o negocio, no se excite. Si le toca fallar, tenga calma y pruebe otra vez. Si alguien busca querrela a Vd, no se excite, no conteste su insulto, y la disputa terminará. Si está en error admítalo francamente, y dé la satisfacción necesaria.

En el trabajo o en el juego mantenga la dignidad que produce respeto y retenga para Vd el uso de todas sus facultades.

Éxito viene a aquellos que se mantienen calmos. Excitamiento se reconoce por una voz alterada o por la voz de registro bajo. La última es muy rara, y aún entonces denota grave seriedad. Sea el mismo en todos tiempos cuando las circunstancias sean iguales. Si Vd a veces es moroso, tal vez será altanero en otras. Antes de hacer una cosa que no sea usual, piénselo detenidamente, para ver como resulte después que lo haga. Antes de hablar en voz alta en la presencia de otros, trate de oír la observación mentalmente para que vea como suena. Si se sigue esta práctica, Vd pronto se formará el hábito de ventilar sus acciones y palabras y desechar lo que no sea adecuado.

IRRITABILIDAD

De todos los males contra el corazón, los nervios, y el cerebro, la irritabilidad es el más común. Personas que se irritan sufren de dolor de cabeza, de debilidad nerviosa, y de palpitación del corazón, y en el tiempo caloroso aumenta más rápidamente.

Para vencerla, se puede usar el siguiente modo. Comience el día de buen humor. No provoque la oportunidad de enfadarse, y persista con la firme resolución de que no se pondrá de mal humor. El hábito de no dejarse vencer por la irritabilidad pronto le envolverá a Vd en una malla de acero. Crece muy fácilmente.

No tenga el menor temor de encontrar la tentación, porque solo se puede endurecer por el conflicto. Es conveniente que Vd sea tentado ocasionalmente.

VEJAMIENTO

Vejación es una condición mental que dirige a uno hacia nerviosidad.

La causa es una pérdida del poder nervioso por una peculiar condición de los pulmones. La vitalidad llega hacia el sistema nervioso, por conducto del oxígeno del aire que respiramos. Grandes pensadores

detienen su respiración natural durante el gran interés que ponen en un asunto. Su respiración la toman a grandes intervalos, y en las más pequeñas cantidades para sostener la vida.

Personas que se vejan, toman menos aire aún, y la acumulación pronto se agota. Vejación difiere de irritabilidad en todos sus principios. El último es un desbalanceamiento nervioso, debido a circunstancias enojosas las que causan a la persona, que se irrite, o que pierda su genio.

Vejación es la ansiedad respecto al futuro, una especie de temor fundado en las condiciones del presente y cuyo resultado está en duda.

Es innecesario repasar las causas reales o imaginarias que producen vejación. Se han cometido errores, se han sufrido pérdidas, se han tenido dificultades y se volverán a tener. Pero ¿por qué ocuparnos de lo pasado, o especular en el futuro, cuando el presente está lleno de oportunidades que requieren nuestra inmediata atención?

El hábito de buscar molestia comienza con muy ligera provocación, y más o menos temprano crece hasta el tamaño de una montaña.

Aquellos que sufren de ello son inservibles para sí mismos y casi inservibles para otros. Cuidado es necesario en todo el tiempo para evitar enfermedades o infortunios que a no ser así, se presentarían, pero hay una gran diferencia entre echarse a un lado para dejar pasar a un coche, y el sentarse sobre una roca a llorar por el riesgo que sus relacionados están corriendo de ser echados a tierra por un coche. Uno es un acto de caución, debido al raciocinio, el otro una visión de infortunio creada por un cerebro débil o un carácter deficiente. Evítese errores, miseria e infortunio, no abandone algún deber, consiga para el uso de Vd, lo mejor que se pueda obtener honestamente en la tierra; busque amor, placer, diversión y felicidad. Pero no se veje. La vejación está llena de todos los gérmenes que destruyen la vida. Mata la vida, corazón, magnetismo y el cerebro. Es el enemigo de ambición y el verdugo de la felicidad.

El mejor método para vencer estos y parecidos casos de confusión es de unir todas sus energías a su mando, suplir toda la fuerza de que Vd es capaz, y hacerla marchar hacia delante con definido e inalterable objeto de cambiar la corriente de su vida y Vd tendrá entonces éxito.

LECCIÓN V

Voluntad

Hemos visto en previas lecciones que para ser magnético es preciso tener confianza ilimitada y un firme propósito y completo gobierno sobre sí mismo. Vd estará por tanto hasta cierto extremo, preparado para el siguiente paso, que le guía a "Vd a otra igualmente importante parte del trabajo: el estudio de la voluntad".

La voluntad humana difiere de la del animal, especialmente en un particular. Somos muy aptos a despreciar las facultades mentales del animal, y frecuentemente se les considera desprovistos de mente.

Observación, claramente ha enseñado que hay diferencia en grado solamente y más frecuente de lo que deseamos, no hay diferencia alguna. Volviendo otra vez a la voluntad del animal, encontramos que es fija. Mejor dicho, que el animal determina sobre una cosa, y procede inmediatamente a ejecutarla. No sabe de cambio alguno. No puede razonar, ni comprende el desengaño. Resiente a la intervención. La hormiga enseña todas las trazas de coraje si se le cruza en su paso; las fieras silvestres de los bosques, se escapan con el rabo entre las piernas si no logran su objeto a la primer asecha. La explicación de esta conducta se encuentra en el hecho de que, habiendo determinado hacer una cosa, la voluntad del animal se fija y rehúsa tomar otra acción cuando la emergencia del caso lo requiere. Esta voluntad fijada en el animal es lo que testaduría es en el hombre. Como el animal, él determina hacer cierta cosa en cierto tiempo, o en cierto modo especial; su mente se cierra a todo lo demás y él se decide a hacerlo, o a capitular. Tales personas se les cree tener una fuerte voluntad; pero lo contrario es lo mas cierto. Eso enseña una debilidad en vez de fortaleza.

Una voluntad fuerte es una fuerza, siempre alerta, siempre activa. Si un método no prevalece, se busca otro, y aún otro, hasta que el objeto deseado, se ha acometido, Si un método no resulta satisfactorio, se prueba otro hasta que se llegue al objeto. Si se presentan obstáculos en el camino, se echan a un lado, uno a uno, o se circunvala el camino hasta que se encuentre despejado. Tal es una voluntad fuerte. No reconoce fracaso, no puede fracasar, porque crea los recursos según se requieren y continua luchando adelante hacia su destino. Lo que su destino debe ser, cada cual debe determinar de por sí. Se debe tener cuidado no obstante, y nunca pretender desear algo que es imposible obtener. Así, si un joven de razonable habilidad piensa obtener la más elevada colocación, está perfectamente bien, porque si pone todas sus

energías con ese fin, está razonablemente seguro de algún éxito; mientras que para un anciano sin habilidad, deseársela, sería tontería.

Cualquier deseo dentro de los límites de las posibilidades puede conseguirse. Una valiosa ayuda en este asunto es la cultivación del pensamiento recto y honesto. Muchos fracasos se deben simplemente porque se abandona algún principio fundamental. Hay muchos que nunca tienen éxito porque se dejan llevar por la corriente sin rumbo fijo. No persiguen un curso definido; sino que dan su atención a todas las cosas nuevas que se presentan. Son entusiastas, pero sus energías se pierden porque salen en diversas direcciones. Dirección de pensamiento es simplemente el poner todas sus energías hacia un solo fin.

Siempre tenga a la vista el fin a que se dirige, haga uso de todo lo que pueda ayudarle, no desprecie el más mínimo detalle, y no se ocupe de nada que no pertenece directamente o indirectamente hacia el fin que Vd busca.

LECCIÓN VI

Se le ofrecen dos métodos; cualquiera de los dos, lo conducen hacia el éxito si los sigues con persistencia.

Previa lección le enseña la necesidad de tener un objeto definido en vista, un fin. Ahora Vd debe considerar los métodos que debe emplear para hacer la selección. Uno de los métodos está abierto para Vd y Vd, puede escoger su objeto al momento.

Al hacer esto, sin embargo, se debe tener sumo cuidado para no hacer la mala selección. Muchas vidas han fracasado porque el fin escogido ha dejado de satisfacer, y no ha habido suficiente energía para comenzar nuevamente. También el límite puede resultar estar fuera de su alcance. Obstáculos se pueden presentar que resulten demasiado fuertes para su habilidad, o la vida puede ser demasiado corta para obtener el objeto. Al escoger su punto final, considere cuidadosamente todo lo que en él esté envuelto y elija a sabiendas.

Otra, y tal vez mejor manera, es hacer uso de las oportunidades según se presenten. Oportunidades se presentan a todos, y queda a nosotros el dejarlas pasar o hacerlas de algún valor. Ninguna vida está tan llena que no pueda encontrar en ella momentos de descanso. Pero solamente una mente sana, activa, es la que puede apreciar las oportunidades y hacer uso de ellas con la mejor ventaja. La mente torpe queda inactiva, y encuentra consolación en los millones que tienen igual destino. Tales personas están destinadas a desengaños y

fracasos. La voluntad cesa de ejercitarse, y solo pueden desear por cosas que parezcan agradables. No es así con una persona magnética. Colóquela al pie de la escalera que se eleva hacia el éxito, y por enérgica perseverancia y labor duro se elevará escalón por escalón hasta que llegue a la cúspide. Ningún ejercicio es demasiado grande; ninguna prueba demasiado severa; una voluntad indomable la llevará siempre en adelante, hacia arriba. Él se divierte en las dificultades, porque le ofrecen la oportunidad de probar su fuerza, y fracasos lo estimulan a mayores esfuerzos. Su alma y corazón están en el trabajo, y lo que parecerá una carga a otros resulta un placer para él. Su único objeto es de mejorarse; busca las oportunidades, emplea todo su tiempo y encuentra felicidad en contemplarlas.

Es la voluntad de Vd la que determina su curso. No importa el que tenga un objeto o punto definido en vista, o que solo busque de mejorarse, pasó por paso según la oportunidad se presente; su éxito será medido por la fuerza de su voluntad. Obre seriamente. No bromea. Muchas personas saltan de una cosa a otra. Son débiles, de naturaleza vacilante. Siempre están buscando por el medio fácil.

Son superficiales y dejan de lograr éxito. Sea perfecto. Si vale el hacer una cosa, bien vale el hacerla bien. No trate de eximirse de una cosa porque resulta enojosa. Tenga genio. Nunca abandone. Tenga en cuenta lo que está haciendo. Energía a ciegas nada vale. Domine sus fuerzas.

Sujete sus emociones bajo su gobierno. Quiera, desee, propóngase y decídase a elevarse. Vd debe esperar encontrar alguna oposición. Vd será criticado, Vd tendrá aún enemigos. No se ocupe de ellos; son inferiores a Vd. La malicia crece en proporción a lo que la persona se eleva. Agárrese a su objeto. Concentre las energías de su mente, su cuerpo, sistema nervioso y todas sus facultades sobre él. Vd será lo que desea ser. La vida está llena de detalles. Vd no los podrá usar todos. Escoja solo aquellos que puedan resultar de valor para Vd. El Magnetismo solo atrae hacia sí los de su misma clase. No cierre su mente sino que debe permitirle que escoja libremente y de todas partes. No llene su mente de materias inservibles; sea discreto, mantenga su mente a tensión y su voluntad se fortalecerá. La voluntad es más fuerte cuando la tensión es más suave.

LECCIÓN VII

Educación Magnética

No hay medio posible de conseguir la educación de individuos y que valga de algo después de conseguido, a no ser por el magnetismo. Este eleva a todas las personas humanas; le afecta y le trae hacia el estandarte de la persona que lo ejercita aun temporalmente. Gana; no sujeta. Crea la impresión de que el ser superior es uno que es agradable conocer y servir. El hipnotista encanta como la serpiente; el individuo magnético ejerce un engraciamiento que es real y positivo.

Produce placer y suple vitalidad y exuberancia donde estas falten.

El Magnetismo se engendra por todos los encantos físicos y mentales.

No sería razonable esperar que algún poder domine por su pura fuerza o la de su propia energía. No esperamos que una máquina sin igualdad de acción, y libre de fricción, haga trabajo efectivo, aun cuando tenga la más poderosa energía para empujarla. Magnetismo es el poder en el individuo; el encanto de su personalidad son los canales, en parte por lo menos, por los que su energía ejerce. Cualquier método que atraiga la favorable atención de otros, es de algún servicio, y cualquier cosa que repela, hace el ejercicio del poder más difícil. Un cuidadoso análisis de los métodos por los que, personas con éxito consiguen la buena opinión de otros, cuya ayuda sea necesaria a ellos, es del mayor valor. Los hábitos personales de algunos individuos tienden a repeler aquellos que desearían ser sus amigos. La brusquedad de la mente así como del corazón y del cuerpo, ha intervenido en la marcha del éxito en muchos casos cuando la habilidad los hubiera elevado a la cúspide de la fama.

El primer paso hacia poder obtener gracia personal es el establecer un temperamento fijo; y esto se hace por la adopción de nuevos hábitos. Se supone por algunos que el magnetismo es el resultado del temperamento natural; pero no hay razón alguna para tal presunción.

Un análisis de la vida de hombres y mujeres prueba conclusivamente que el temperamento magnético se desarrolla por los medios de vivir, régimen o curso de conducta que tiende a conservar las energías.

Cualquier persona que esté en serio, con emular los ejemplos de otros, si le es posible cerciorarse profundamente, puede desarrollar tal temperamento en sí mismo. Esperar a que se establezca antes de comenzar esta línea de estudio, es esperar en vano. El temperamento es indudablemente necesario, porque es el continuo medio de suplir, y

le resultará beneficioso a la persona en las horas de conflicto y de infortunio, cuando la misma base de su naturaleza parece ahuyentarse de sí; cuando los enemigos son muy fuertes y los amigos muy débiles; cuando es difícil asumir la posición enérgica que la posición de uno justifica, y cuando un arreglo bajo la suave palabra de conveniencia a costa de honor, aflojará la tensión en que le sujeta. Ningún hombre puede tener mejor amigo ni más constante defensor y ayuda que poseer tal temperamento. Ninguna mujer está mejor calificada para tenerse cuidada de sí misma en el mundo, para repeler la agresión sin ofender, o para enseñar su superioridad al hombre común, que cuando está ayudada por tal temperamento. Vidas comunes se han revolucionadas después que el uso del magnetismo se ha practicado.

No está meramente en el estudio, pero esencialmente en el adoptar, por una resolución de la voluntad, el conocimiento de los medios en que se funda la fuerza nativa para prevenir que se pierda. El hombre es la diaria acumulación de su misma mente y la vida es la acumulación de los días.

El magnetismo ensancha el futuro. La cara es un grupo de cuerdas que llamamos músculos. Cada parte tiene dos arreglos, uno para echar las carnes hacia un lado y el otro para atraerlas otra vez. El cutis es cuero vivo cubriendo la carne que está debajo. Está gobernado por un tejido enlazado de pequeños músculos que hace a la cara capaz de todas las formas de expresión. Cada pensamiento enseña su influencia de un modo o de otro en esta construcción. Es por tanto razonable que si la piel está suave cuando está estirada, se arrugará cuando se relaje o contraiga.

Magnetismo es una vida de tensión que destruye toda relajación que indique debilidad; saca la cara de su forma estrecha a una de llena. La mera sensación de placer hace esto, mientras que pesadumbre la contrae. Todas las partes de la cabeza toman parte en este proceso de ensanchamiento. Estudie las caras de aquellos que encuentre o de aquellos con quienes se asocia y observe la seguridad de esta ley.

Cuando las cejas se fruncen, algo ha ido mal, alguna idea ha pasado por la mente, que causa disgusto o algún temor, vejamiento, influencia desagradable o modo parecido, y ha quitado la paz del cerebro y del sistema nervioso. Una palabra desagradable puede causar una arruga que se hace más profunda hora tras hora. La frente ceñida reduce la cara y la adelgaza perceptiblemente. Ninguna cara es tan repulsiva como la que es estrecha. Las líneas a los lados de la boca crecen derechas o curvas en proporción a la negatividad o positividad magnética de la persona. Las mejillas son echadas hacia dentro sobre la nariz, y las narices se adelgazan. Se dice que el significado de narices

cerradas es crueldad; y puede ser así, puesto que el centro de la cara es el punto de la emoción inteligente, tanto como los músculos de la frente denotan los modos de la facultad de razonar.

Cinismo es duda de los motivos de otros, es buscar algo siniestro en todas las acciones buenas; es criticar caridad por la posibilidad de que se intenta hacer alarde, y un murmurar contra todo el mundo desde temprano por la mañana hasta tarde en la noche. Los primeros efectos se observan en las facciones. La ceja se ciñe más y más, la frente tiene arrugas de duda, la nariz se vuelve adelgazada, por crueldad, y las esquinas de la boca se vuelven hacia abajo. La cura está en la formación de nuevos hábitos por la resolución de una voluntad determinada que prohibirá la duda y modos de duda que se presenten a la mente.

Es mejor el buscar los buenos motivos aun arriesgando de ser engañado, que el buscar los malos y encontrarlos por su acción reflejada en la mente, corazón y alma.

Siempre podremos encontrar lo que buscamos. Pruébalo. Póngase un ejemplo. Haga que otros también lo prueben. Criticismo adverso es contra-magnético. Si Vd no puede decir una cosa buena de una persona, no diga nada. Los criticismos deben ser correctos y generosos sin necesidad de ser mentiras o contrarios. Nunca busque el mal en otro.

Busque solo lo bueno. Solicite los favores del brillo, agradabilidad, amor, bondad, y échelos libremente donde quiera que vaya. Le pagará a Vd bien. Ese es el temperamento magnético. Le ensanchará su futuro, quitará las arrugas y desechará la tristeza.

LECCIÓN VIII

La Voz

Otra cosa importante en la adquisición del Magnetismo Personal es la voz. Es una reflexión de la verdadera persona. No importa cuánto tratamos de variar su tono, no podemos escapar a esta regla.

Es común el asumir cierto estilo de hablar, lo que se conoce por el nombre de afectación con el objeto de encubrir palabras bruscas; pero cuando el pretendiente está enfermo, desengañado, envidioso, o malicioso, ciertas cualidades o coloridos de la voz se mezclarán con la afectación, y descubrirá el verdadero modo. Por la misma razón es imposible para una persona de muy buena disposición asumir un tono áspero. La voz humana tiene cualidades fijas, que son materiales,

porque son el resultado de largo y continuo uso, y se han vuelto un hábito. Si una persona ha visto demasiado de la parte desagradable de la vida, ha desarrollado enemistades, buscado revancha, o de cualquier otro modo ha dado ventura a sus sentimientos de odio o revancha, tendrá una voz que cuenta su propia historia por más que trate de disimularla. Ordinariamente esto se conoce por una voz gutural, y la mayoría de las personas están afectadas de ella. Otra falta común es la de la voz aspirada, por la que se mezcla el tono con aire sin vibrar, el significado del cual es un deseo de secretear porque resultado del vicio de chismear. No hay una persona en mil enteramente libre de este vicio. Para cultivar una voz agradable, es necesario buscar la raíz de la dificultad la que se encontrará en el temperamento. Ejercicios mecánicos eliminarán los tonos guturales y aspirados, pero el único resultado que se obtendrá será una claridad musical y puridad, que probablemente estará desprovista de interés.

Todas las impuridades, así como los más serios defectos de la voz, pueden ser vencidos por ejercicios magnéticos que ocuparán menos tiempo que los métodos ordinarios, y resultarán de valor continuo. La voz es desagradable en la calidad de su estructura, el método de su uso, y en lo que trata de infundir.

Tonos moribundos son contra-magnéticos. Todas las personas tienen voz viva o moribunda en el sentido de que o hablan del corazón o de los músculos. Tonos musculares serán claros, puros y perfectos bajo todos conceptos pero les falta color, están vacíos, se vuelven monótonos y al fin resultan cansadores.

Frecuentemente encontramos esta voz muerta en variedad de formas, y algunas veces está unida con la aspirada lo que hace su peor condición; otras veces es gutural, áspera y rasante. Para poder vencer esta voz muerta, es preciso volverla en una de calor magnético. Toda la monotonía es desagradable. Con ella uno puede hipnotizar según la experiencia prueba. El comer el mismo alimento es malo para la sangre, pues tiende a adormecer la digestión; las mismas cosas en su cuarto todo el tiempo es cansador; los mismos alimentos, el mismo régimen, los mismos hábitos, las mismas diversiones, los mismos pensamientos, la misma monotonía en general o en detalle es cansador, del mismo modo la voz de una nota hace daño al orador, produciendo en su mente, por acción reflejada, un cansancio que es dañino al vigor del pensamiento de uno. El método de la conversación debe dar placer a los oyentes. Por la palabra « método » no solo significamos las cualidades y características generales de la voz, pero los numerosos pequeños ardides que ayudan a dar a la voz su tono.

Así el uso de fuerza es un error si se emplea bajo la idea de que tiene valor sorprendente. La fuerza es física, animal, mecánica. Voces magnéticas siempre son poderosas, en el uso de golpes y sonidos; pero estos no se deben usar con mayor frecuencia que los rayos en una tempestad. La voz naturalmente tiene tres sonidos: el normal alto, el normal medio y el normal bajo. Una voz baja no es una voz suave, pero simplemente baja en la escala musical, y su fuerza debe ser desarrollada.

Los siguientes principios naturales servirán de guía en el uso diario de su voz:

1. Una voz muy alta con fuerza, se usa por regañones y personas irritables.
2. Una voz alta, una o dos notas más baja que la normal, hablada con dulzura y despacio, es la más efectiva y sentida de todos los tonos.
3. Una voz mediana es una indicación de calma de la mente y del corazón.
4. Una voz un poco más baja que la normal media, añade seriedad y persuasión a una voz sincera y amante.
5. Una voz baja hablada con fuerza, enseña fuerza de carácter, firmeza de la mente y del corazón y un espíritu domador.
6. Una voz baja hablada casi despacio enseña solemnidad.
7. Tonos secretivos denotan una sospecha o naturaleza que decepciona; no debería haber aspiración en ninguno de los tonos.

Mantenga esta regla constantemente en su mente hasta que se haya formado un temperamento y lo haya adquirido. Una voz hueca es la primera gran barrera en la vida. El formar frases placenteras en la mente no es suficiente; tal vez no suenen placenteramente cuando las diga.

Las palabras que se dicen están coloridas por el sentimiento que las sugiere. Una frase desagradable cuando no se intenta frecuentemente, se ha escapado de la boca y ha creado muchos enemigos. No es lo que decimos, pero como lo decimos, lo que influencia a otros. Estudie el efecto de su conversación sobre otros. Vd no puede sufrir la pérdida de amigos o el crearse enemigos. Consideración propia es el poder que debate cada uno en sí, neutralizando influencia contraria que trata de reducirle. Las influencias contrarias con que se tropieza, valen su

estudio. Examine el gran mundo en general, estudie sus variedades, costumbres, expectativas y criticismos. Dependa en su fuerza de voluntad para encontrarlos y obtener su ascendencia. Su fuerza es suficiente para vencerlos; pero se les mantiene a distancia por un temperamento magnético; y este está fundado en las mejores cosas de la vida, enseñando la suavidad y evitando todo lo que sea áspero y molesto.

LECCIÓN IX

El dominio de su mismo

Algunas personas no tienen gobierno sobre otras, no obstante se sabe desde tiempo inmemorial, que una guiña de un ojo, un apretón de manos, una palabra de la boca ha tenido el poder para mecer a potentados y a menores individuos. El arte de gobernar personas tiene muchos lados. Puede consistir de fuerza física, de la compulsión, resultando de fuerza superior o de ventaja de posición; o puede resultar de temor, conveniencia o alguna calculación mental, o del deseo de seguir alguno en quien se ha colocado la mayor confianza.

El policía que es más fuerte que el hombre que detiene, induce a este a que le acompañe por la fuerza de vitalidad muscular; esto es la fuerza física. Un policía más pequeño y menos muscular sobre vencer a su víctima por la energía de su voluntad, esta es fuerza de magnetismo físico. También hay motivos que son poderosos instrumentos de influencia entre individuos. Esta enseñanza de motivos es la más poderosa de todas las agencias porque se gobiernan, pues trae a dos personas a una sola mente, o puede así hacerlo cuando todos los otros medios de traer el uno hacia el otro se han agotado. El buscar ventaja del uno sobre el otro es antimagnético, porque no es noble. Es mejor ganar que valerse de la buena voluntad o la conveniencia de otros.

Dominio magnético debe empezar por afinidades simples. Por afinidad solo significamos los gustos o inclinaciones de otras personas que se pueden hacer venir hacia la vida de uno por el momento. Estas son las piedras que abren el camino. Sería tontería el antagonizar desde el principio la persona que se desea dominar. La naturaleza humana se siente en contra de tal demanda, y le sigue la obstinación, o el cerrar la mente de uno. No es necesario el humillarse uno para tomar las vistas de otro. Una afinidad se puede establecer aun cuando el modo de ver la cosa sea distinto; pero bajo todos conceptos se debe evitar el antagonismo demostrado. Para comenzar debe haber algún punto de acuerdo. Una persona de fuerte temperamento magnético puede arrastrar todo lo que esté delante de ella; pero solamente cuando todos

los demás sujetos tienen menor fuerza de voluntad. Vd no desea conquistas fáciles.

Habrán que voluntades superiores están en contra de Vd y en tales casos Vd por lo menos debe retener su voluntad, si no puede vencer. Ningún hombre ni mujer debe hacerlo jamás su esclavo. En la época de libertad, el cuerpo debe ser libre, la mente debe ser aún más libre, el poder de voluntad absolutamente libre. No permita que alguno se vuelva el vencedor de Vd.

Afinidades simples se forman por un diestro manejo de la conversación.

Etiqueta requiere que asuntos de religión, política y personalidades no se deben tocar; pero si la persona con quien habla insiste en hacerlo así, Vd puede volver el interés a otros asuntos. No es conveniente el estar de acuerdo aparentemente, puesto que el otro puede ver su objeto. Las mentes agudas son profundas y pronto perciben la corriente de una conversación intentada. Muy pronto el procedimiento se volverá el de la cultura de la mente, en el que la mente superior hará los movimientos como en una tabla de ajedrez, y su oponente tendrá que conformar sus sujetos a los deseos del superior contrincante. Las personas magnéticas son las más cuidadosas y completas de su clase; dejan muy poco para la ventura, en verdad, nada de lo que pueden actualmente proveer. Una manera suave, fácil, agradable de acercarse a una persona es mucho mejor que un modo angular y vinagroso. Ahora bien, no pretendemos que el magnetismo gana, estableciendo tal amistad o sentimiento de amistad ni por afinidad, pero si encuentra el medio más corto y la victoria es más fácil cuando no hay oposición, y se establece la afinidad. Tal procedimiento es seguro de éxito, si hay magnetismo.

Cualquier conversación pronto enseña los gustos y disgustos de las personas que están interesadas en ella. Sea neutral, y deje que otras personas hagan la conversación positiva hasta que Vd haya hecho el descubrimiento que desea; entonces establezca la afinidad y manéjela con el mayor cuidado.

Motivos es un camino fácil para influenciar. Muchas personas faltan absolutamente de motivo o tienen uno en resguardo, son diplomáticos.

Es el primer deber de uno que desea mantener una posición Superior cerciorarse del motivo, si lo hubiera; si no lo hubiera o si hubiera alguno en la forma u objeto de la conversación, indagándolo. Si realmente hubiera alguno, el siguiente paso, es ver si está cerca de la superficie y se puede descubrir fácilmente: o si está escondido y no aparecerá hasta que la oportunidad se presente; o lo que es más importante aún,

ver si el verdadero motivo se mantiene en reserva, pretendiendo con tal objeto de engañar. Si está perfectamente claro que no hay algún motivo, permita que la conversación siga por camino neutral hasta que Vd decida hacer tal uso de la reunión como Vd desee. Si el motivo estuviera cerca de la superficie, tráigalo a la superficie dándole ánimo a la persona para que hable de tales asuntos que le interesen a Vd, y manténgase Vd en la retroguardia. Más o menos pronto saldrá. Si está cubierto, lo que Vd tiene que hacer es esperar; pero sea cordial y tan amable como le sea posible. En el curso de la conversación habrá indicaciones de lo que vendrá y su propia ligereza se agudecerá manejándola como si solo estuviera esperando por ella. Si los motivos están cubiertos por las expresiones de otros, la persona es probablemente deshonesto y debe ser vigilada, por más que no es siempre que tal persona sea deshonesto. El motivo de Vd no es de tanta importancia como el del individuo que Vd desea dominar. La mayor parte de las personas están influenciadas por el deseo de obtener cierto fin.

Todos los científicos están de acuerdo en que hay cierto éter universal, que llena el espacio en el universo, y que también está esparcido en las moléculas que componen los cuerpos sólidos. Este éter, declara el Sr A. Daniels, en sus principios de física, es un medio para el fenómeno eléctrico y también para la propagación de la luz. Todos los científicos ahora también están de acuerdo de que la luz vibra y ondula en olas al transmitirse. Pensamiento viaja por el mismo medio que la luz tan distante y tan lejos, y como la luz puede ser oscurecida o apagada por materia opaca, así también la realización del pensamiento puede ser oscurecida o apagada por enfermedad o por defectos físicos del cerebro. Por tanto, el pensamiento y la luz son eterales. Este éter primeará ambos sólidos y líquidos con la velocidad de la luz que viaja a razón de 186.000 millas por segundo.

Pasa por los huesos, cerebro, cutis y líquidos del cuerpo con igual rapidez, y consiste en luz activa e absorbida y movimiento eléctrico constantemente ondulado. Pensamiento y luz son idénticos; movimiento eléctrico y luz están asociados. Es probable que el éter que prevalece en todas las cosas, se intenta por el gran medio de comunicación entre un lugar y otro. Toda influencia tiene sus medios de comunicación.

Sabemos que pensamiento y sentidos son influencias, tanto como que luz y pensamientos son influencias, y el magnetismo es la energía, que los impulsa a todos. Que el pensamiento pasa de mente a mente por medio de otros canales que los sentidos naturales, también es bien conocido.

Apenas habrá algún individuo viviente que esté libre de alguna experiencia que pruebe la verdad de esta observación. Pero lo cierto es que centenares de ideas de otras mentes llegan a Vd todos los días y Vd no lo sabe. Un pensamiento es vida y genera luz al volver en movimiento eléctrico la luz absorbida del cerebro. El medio del pensamiento es el éter que está declarado ser el medio del fenómeno eléctrico. Pensamiento es un movimiento eléctrico que origina en el cerebro y hace vibrar al éter. Dos personas marchan por la calle, el cerebro está activo en cada una, y una piensa de un sujeto poco antes que la otra lo menciona.

Estas experiencias son comunes. Personas que se asocian constantemente y de simpatía general están leyéndose la mente de una y otra en cada momento del día sin saberlo.

Lo que se necesita es un cerebro vigoroso y activo del más saludable tipo. Actividad es el brazo derecho de la fuerza y la variedad alimenta sus facultades.

El empleo de las facultades en una dirección, parte del tiempo, es ventajoso ; si se hace todo el tiempo, dirigiría a uno hacia la atrofia y quebrantamiento, mientras que el pasar del uno al otro resultaría en una carrera desamparada. Lo que significamos por tanto, es que las facultades se deben usar de modo que les dé todo el vigor posible previniendo que las debilite por tales cambios sin dejar nada sin completar, y no obstante, que no sea un continuo martilleo sobre una idea y que el cerebro falle. Para ser sumamente magnético Vd debe ser sumamente activo, no en el sentido de pequeñeces, desechando mociones, sino activo en la ancha expresión de la palabra y con más completo empleo mental y nervioso. Para efectuar mucho, es necesario el hacer mucho. Actividad, cambio, variación, estos son los impulsos de la vida, y poder magnético.

Magnetismo es un volumen de energía eléctrica. Cuando deseamos hacer nuestro poder sentido por otros, debemos reconocer que un medio de comunicación es necesario. Este es el éter universal en el caso de energía eléctrica. Pero el medio solamente no es suficiente. Es preciso reunir un volumen de energía para disponer de ella según se requiera. Vd puede pensar en ella como si estuviera situada en la base del cerebro, si quiere, porque en ese lugar se encuentra más abundante.

Desde este lugar da evidencia de su presencia por el brillo del ojo, por su actividad, por la dilatación de la pupila. Luz es la reflexión de otras influencias. Mientras más débil es el ojo, más fácil y brillantemente

refleja la luz, y más brilla de su propio poder. Este brillo es una de las pruebas más importantes de salud y vitalidad así como fuerza eléctrica.

Practique cualquier ejercicio de dilatación. Descanse de todas las prácticas magnéticas por un día completo de veinte y cuatro horas; entonces entre en un cuarto tan oscuro que no se pueda ver algún objeto, haga una dilatación de todo el cuerpo, despacio, suave y seria, pero no demasiado enérgica. Inmediatamente cierre los ojos. Si Vd ha desarrollado algún magnetismo, Vd observará una claridad o luz floja enfrente a su cerebro. Algunos pueden echar esta claridad hacia fuera en el aire, otros la observan en las bolas de los ojos, bien estén cerrados o abiertos, otros la llevan hacia el interior del cerebro.

Practique estas instrucciones exactamente por dos semanas. Debe descansar un día de la práctica magnética antes de hacer la anterior prueba. Solo debe hacer práctica magnética tres días en una semana y no hacerla en días sucesivos. El magnetismo crece durante los períodos de descanso. El siguiente experimento solo se debe probar cuando el cuerpo está en buena salud y libre de toda depresión. Por la noche después de retirarse, en un día de descanso magnético, que haya sido precedido por un día de descanso absoluto, dilate el cuerpo, cabeza, pescuezo, y el cerebro, con los ojos cerrados. Entonces dé un ligero golpe en cada pestaña, tan liviano que solo disturbe el ojo, pero que no le vaya a lastimar. El efecto que se ve, no es luz, ni ningún principio de fuego, excepto la refulgencia ordinaria de los átomos que se han desquiciado. Este es el primer paso para discernir el fuego magnético del ojo.

Haga una cuidadosa observación de estos experimentos. El cerebro intercepta los objetos revelados a él por medio del nervio óptico, y esta interpretación se llama vista cuando el ojo es el agente de la trasmisión. Personas ciegas frecuentemente son capaces de interpretar más que las que otras se pueden imaginar; si son magnéticas tienen un brillo, derivan un correcto conocimiento de las cosas alrededor de ellas, y ven por el sentido de la luz interior. Así podemos hacerlo todos.

LECCIÓN X

Magnetismo Físico, Nervoso, Mental.

El Magnetismo Personal está dividido en tres clases: físico o muscular, intelectual o mental, nervioso e emocional, todos los cuales derivan de la misma base. Ninguno de estos tres está separado de los otros en algún tiempo, no obstante uno de los tres predomina sobre los otros en todo el tiempo. Lo que estas formas de magnetismo son, se ha intimado en elecciones anteriores, y se explicará más completamente

en esta. También hay dos voluntades, la latente u ordinaria y la activa o magnética. Cada persona también posee dos mentes, la concisa, que se percibe por medio de los sentidos externos, que se alcanza del éter universal. Habiendo hecho estas preliminares observaciones, ahora procederemos a hacer una demostración práctica.

MAGNETISMO FISICO

Cuando una energía física trabaja sin magnetismo, la vemos presentada en la forma ordinaria de labor. La mujer procede con sus tareas caseras, sus muchos pasos y movimientos son muy numerosos todos los días; el hombre podrá andar, saltar, levantar, pegar u ocuparse en los varios detalles que constituyen labor, y no obstante estarán desprovistos de magnetismo. Se necesita la mente, pero esta es secundaria a los músculos. Los nervios guían la acción, pero muy pronto educa a los músculos; entonces la violencia queda principalmente en los últimos. Hasta aquí se ha usado solamente la voluntad latente. Esta voluntad toma posesión de nuestras facultades la mayor parte del tiempo, pocas personas estando enteradas de los deberes que les corresponden. Esta voluntad ejecuta muchas cosas de que no estamos enterados. Hábitos comunes es una de las ilustraciones familiares de la voluntad latente. Así una persona fuma al principio, por un ejercicio de su voluntad activa.

Tamboree con los dedos en una mesa por cinco minutos todos los días por dos semanas, y al expirar ese plazo se encontrará tamboreando por costumbre causa un ejercicio de la voluntad latente. Cualquier cosa que hagamos repetidas veces del mismo modo muy pronto lo hacemos mecánicamente. Muchas personas cantan de este modo y los oradores públicos caen en esta misma costumbre. Analizase Vd cuidadosamente, y pronto podrá comprender la diferencia entre la voluntad activa y la latente en todas las observaciones. En todas las maneras de conversación este hábito destructor se presenta. Los pensamientos vienen a la mente, las palabras a la lengua, las dos conectan, y así pasan en su vana misión. Esto está bien para las cosas comunes de la vida, el acto de comer, beber, vestir, andar y otras que se ejecutan por la voluntad latente, pero si deseamos obtener dominio sobre otros, debemos domesticar nuestra voluntad para que siempre esté activa cuando en la presencia de otros.

La voluntad activa es una concisa determinación de obtener un objeto definido. No es posible separar la voluntad del magnetismo. La más difícil variedad de voluntad procede de los músculos. Estos están atados no solo en el llamado sistema muscular, sino en los tejidos que forman la estructura del cuerpo por los que forman las carnes y las retiene juntas. Este departamento de la vida es típico de la fuerza. Las

facultades musculares cuando predominan son capaces de conseguir en un modo físico el objeto que se intente con el cuerpo; esto es magnetismo físico. Las facultades mentales no se eximen; el sistema nervioso aún tiene su función que ejecutar, pero la energía muscular aún está dirigiendo las otras. A esto se debe añadir la voluntad activa.

En competiciones por ejemplo, esta misma voluntad física frecuentemente determina la victoria. Algo más fuerte que los músculos, ayuda a vencer. Ejemplos de esta clase son pianistas celebrados, artistas con la brocha, escultores y otros cuya pericia muscular está cargada de valor magnético. La diferencia entre energía física y/magnetismo se observa en el uso del violín. Un violinista puede producir un sonido más fuerte por el empleo de su fuerza muscular, otro violinista, un virtuoso, extraerá del mismo instrumento los sonidos más encantadores que endulzan aún el oído que no esté domesticado.

MAGNETISMO MENTAL

Ahora nos encaminamos hacia esferas más altas y llegamos a algunas de las prácticas directas de este noble arte. Nada puede ser más beneficioso y más noble que el principio que esto envuelve.

Debe ser absorbido en el carácter y ser de todo individuo.

Debe andar con nosotros durante el día y dormir con nosotros durante la noche. En todas las épocas de la historia del mundo este método se ha usado para elevar la vida. A un tiempo fue mecánico; después se volvió físico; ahora es mental, y en el futuro inmediato debe ser magnético, haciendo uso de los medios predecesores como una base.

El pensamiento es poder. Es una colección de grupos de inteligencia organizados, cada cual compuesto de menores actividades; y donde quiera que se manifieste, bien en las menores o mayores exhibiciones de fuerza, enseñan dependencia de la electricidad como su base, y en la fosforescencia atmosférica como su medio de expresión. El último es evidencia de energía en uso. Es la energía inherente de la vida y del ser. El pensamiento pulsea en las pequeñas celdas, mucho antes de unirse a sus similares para producir un organismo, y su latido ha ido hasta el límite de la más alta creación. La verdad sorprendente es que el cerebro se constituye en un receptáculo de los latidos, que vuelve en significados y acepta como pensamiento. Así la luz, que es un movimiento oleado, se intercepta en el cerebro como ideas o pensamientos. Mientras más intenso sea el pensamiento, más fuerte será la ola que lleva esta hacia otro cerebro. El cerebro no es afectado por todas las olas que llegan a él. Si así fuera, el resultado sería desagradable.

Mientras mayor interés tenga Vd en lo que dice, más probable será el que alcance las mentes de otros. Vd podrá leer por una hora a un amigo, y a la conclusión él, tal vez no recuerde una sola cosa. «Yo he oído todas las palabras» él dirá, «pero no las recuerdo». En tales casos el pensamiento no estaba en la voz; el lector no estaba pensando de las ideas; y el oidor estaba pensando en otras cosas muy distantes.

Esto enseña que el pensamiento es separable del sonido. Hay dos lados a la separación del sonido de la voz. En uno vemos la inhabilidad del oidor en poner atención, en el otro la inhabilidad del lector a pensar en su voz, o para expresarlo de otro modo, su mente no estaba en lo que estaba haciendo. Ninguna persona puede ser difusiblemente magnética. Lo que se llama un completo conocimiento es demasiado difusivo para ser efectivo. Una educación general es muy importante, pero para dirigir el fuego magnético, la persona debe estar al tanto del sujeto. Esto no significa que debe tener una sola idea, pero meramente que debe tener una a un tiempo. Usará su poder todo el día, gobernando un individuo tras otro, pero en gran parte entre la línea de sus operaciones mentales.

MAGNETISMO NERVIOSO

En el empleo de la energía, la regla cambia, Vd podrá dirigir a más personas; puesto que el sentimiento y no el pensamiento está atentando la maestría de aquellos que llegan dentro del círculo de su influencia. Es cierto que la energía nerviosa es una acumulación de poder y no la acción errática de la debilidad. Difiere de vitalidad física y mental porque representa la pasión; y esta, como se comprende, incluye los métodos así como las emociones. Aquí es donde el verdadero magnetismo se presenta. Una persona que sea muy sincera al decir una cosa, crea una impresión sumamente distinta, que presenta un interés mental o físico. Las mismas ideas proferidas con el fuego de la fuerza, demuestran tener diferente peso, y un diferente significado del que se comunica por la fuerza de la mente o el fuego de las pasiones.

Cuando el interés se expresa por el nervio, puede propiamente referirse como conmoción. La palabra pasión es un término más fuerte que tacto, puesto que representa mejor la idea de intensidad; por cuya razón nos referimos a las importantes emociones como pasiones.

Todas las numerosas expresiones del sistema nervioso están libres del dominio de la mente o del cuerpo. Son peculiarmente el progenie del tacto, y proceden de un diferente departamento del cuerpo que el pensamiento o la fuerza. Son suficientemente poderosas para dominar

la vida física; son raramente subyugadas por la mente. La acción de una pasión o de una emoción originará de la mente; pero entonces es accionar, crear una ilusión. Este es el método del hipócrita, del falso, del actor.

Entidad intermitente es el llevar el poder de la con-moción. Por entidad significamos el uso de la voz bajo algún impulso de la conmoción.

Conmoción de cualquier clase afecta el diafragma, el músculo grande, que constituye el piso del pulmón. Bajo gran excitación este órgano se agita violentamente. Al llorar no solo causa la armadura del pecho que sacuda; pero también da a la voz el sonido tembloroso.

Una imitación de llorar es el más rápido modo de cerciorarse de lo que significamos. Esta es una acción sumamente intermitente, demasiado fuerte para llamarse entidad. Es angustia. Al oír a una voz no magnética, observamos su lugubredad, su falta de entidad. Luego, oyendo a una voz que se sabe ser magnética, apercibimos las sensaciones de vibración demasiado finas para cogerlas por conversación ordinaria. La anatomía nos dice que el diafragma es activo en proporción a la fuerza de la conmoción que toma posesión del cuerpo. De este no hay escape, ni tampoco tiene excepción. La persona magnética en tensión, es vibrante. Ni sacude ni tiembla, pero vibra en una manera tan ligera que solo se puede observar por el efecto. Tal condición comprende al cuerpo entero. El diafragma es la primera parte que recibe la sensación; la toma y la envía a todos los extremos. La voz está soportada por el diafragma, teniendo su base en ese gran músculo. Ambas son vibraciones.

El saber de la emoción intermitente, siempre causa una emoción al diafragma, y por medio de ese órgano, a todo el sistema nervioso; del mismo modo que la pronta acción del ojo excita el magnetismo del cerebro y envigoriza a ambos. El uso artificial de esta emoción es valioso porque enriquece la voz a un alto orden de hermosura. Muy pronto se vuelve natural en su uso si se hace habitualmente. El propio grado de esta emoción se puede adquirir por práctica. Esta se puede conseguir leyendo una línea en tonos temblorosos, hasta que los nervios con sus vibraciones, traen lágrimas a los ojos. Esto, como es consiguiente, es artificial. El trémulo debe reducirse hasta que el oído apenas puede oír las vibraciones. Adopte esto en su voz en todas las ocasiones. Nunca permita que una persona sospeche que sus tonos son vibratorios o que hay algún cambio en ellos.

El sistema nervioso debe estar en armonía con la emoción. La emoción, por tanto, debe ser bien entendida.

Sin este completo interés en lo que se está haciendo o diciendo, Vd no puede estar completamente en serio. Es bastante claro que una persona no puede tener éxito sino está en serio. Pero seriedad puede ser actual o ideada. La idealiza una aserción hasta que al fin se cree una verdad honesta. Una aserción mental debe ser acompañada de la energía de la voluntad. Previene una loca presencia de energía y determinación. La aserción mental es la formulación del objeto en el propio lenguaje, en frases cortas, si es posible, y adhiriéndose a la forma hasta que se haya conseguido. «Lo que yo deseo que se haga, yo lo hablo mentalmente una vez tras otra, con toda la energía, el fuego y la determinación de toda mi naturaleza» dice uno que rara vez falla.

Es muy buena idea el sentarse o pararse con su espalda hacia la luz.

Nunca abra su boca excepto con objeto bien definido. Nunca hable a una persona a menos que voluntad activa esté detrás de sus palabras.

Nunca toque a una persona, a menos que tenga un pensamiento pertinente a la ocasión, y aplicable a ella. Dirija su pensamiento a ella y conéctela con el toque. Nunca mire a una persona en los ojos a menos que esté pensando en algo que Vd mentalmente le esté diciendo a ella, o a menos que Vd le esté hablando en voz alta. Mantenga su boca cerrada, los dientes tocándose. Nunca gaste frases. Tenga objeto en lo que diga, y dirija la voluntad para en forzar bien el objeto. Use estas reglas inmediatamente y siempre. Los ojos nunca se deben usar sin la aserción mental. Conquista en casi todas las exhibiciones de magnetismo. Aserciones mentales deben ser practicadas hasta que se vuelvan un hábito. Cuando están ayudadas por el magnetismo, apelan a la mente subconscisa y fuerzan la obediencia.

LECCIÓN XI

Ejercicio, una poderosa ayuda en la adquisición del Magnetismo personal.

Una poderosa ayuda en la adquisición del Magnetismo Personal se encuentra en el ejercicio. Por el ejercicio no significamos movimientos ordinarios del cuerpo tales como los que frecuentamos diariamente, pero ciertos definidos y graduados ejercicios especialmente calculados para excitar la actividad y estimular el crecimiento de la parte del hombre de donde origina la poderosa corriente que domina la vida humana, y que comúnmente se conoce bajo el nombre de Magnetismo Personal.

El hombre existe en sus nervios. Esto se puede probar por muchos medios. El hecho de que todas las partes del cuerpo están ramificadas de los varios centros nerviosos, es una prueba evidente de esto. Pero la prueba no resta en esto solo. Pruebas y experimentos han establecido la verdad de que la sensación es imposible donde el nervio se ha destruido. Corte el nervio óptico y la visión cesa. La construcción del ojo puede quedar perfecta pero la vista se ha perdido. Que la moción está dominada por los nervios también es capaz de probarse.

En verdad, no queda la menor duda de que vivimos de nuestros nervios. La importancia de esta verdad no se puede desestimar.

Produce la llave para todas las situaciones de la vida. Nervios fuertes, bien desarrollados indican fuerte vitalidad, una mente, y vigorosa constitución. Tal persona está bien provista para ocuparse de las batallas de la vida y salir victoriosa.

Es una verdad que la vasta mayoría de las personas tienen muy poco o ningún éxito en su vida. Es igualmente cierto que tales personas son deficientes en fuerza de nervio. Aumente la fuerza de los nervios y aumentará su uso a correspondiente grado y lo pondrá mucho más cerca del éxito. El objeto de los siguientes ejercicios es el aumentar la energía de los nervios a tal grado que sea imposible fallar.

EJERCICIO 1

Este ejercicio es una prueba de su presente condición, y el primer paso hacia futura mejoría.

Tómese una hoja de papel del tamaño de carta ordinaria, ni muy grueso ni muy delgado, córtelo por la mitad; sujete una mitad en una mano colocando el pulgar y dos dedos en los ángulos inferiores, manteniendo la mano a un pie de distancia del pecho y el codo lejos del cuerpo.

El brazo entero debe quedar libre, no debe tocar nada ni tener medio alguno de soporte.

Si hubiera un espejo en el cuarto, observe algún ligero puntillo; si no hubiese alguno, haga uno con tinta, y sujete el papel en modo que la esquina opuesta superior de la que tiene en su mano esté en línea con el ojo y con el puntillo en el espejo.

Sujétela por doce segundos. Pruébela; pero tenga cuidado que el papel no desvíe de la línea ni de un pelo. Esto se puede hacer fácilmente por uno que tenga perfecto dominio sobre sus nervios. Lo encontrará una

seria tarea para sus nervios y cada sucesiva prueba le hará aún más nervioso.

Aquí la perseverancia es necesaria si deseas obtener el objeto que contempla. Esta aparente « nerviosidad » es realmente el rebelioso escape o derrame de la fuerza vital que está detenida. No le agrada ser detenida.

Una persona « nerviosa » desea que continúe el derrame hasta que llegue la postración. El camino hacia abajo se ha comenzado. El detenerlo es al principio hacer a la persona sufrir. A aquellos que desean obtener grandeza o aprender a dominar a otros tienen que aguantar estos sufrimientos. El que abandona ahora no debe tener esperanza de éxito en este mundo en el concepto de conseguir talento.

EJERCICIO 2

Tome una hoja de papel de oficio, córtelo en dos y sujételo como en el primer ejercicio. Persista en practicar hasta que no haya la más mínima desviación ni aun de un pelo.

EJERCICIO 3

Cuando se haya dominado el último ejercicio, Vd puede tomar una hoja de papel aún mayor, córtelo en dos y proceda lo mismo que antes

EJERCICIO 4

Ahora tome una hoja entera de papel, y sin cortarla, proceda como en los otros ejercicios, pero tenga cuidado que el brazo esté enteramente libre.

Después que se hayan dominado estos ejercicios, Vd puede tomar una copa con agua dos tercios llena y sujetarla a la distancia del brazo, usando el pulgar y un dedo solamente. Pruebe por turno todos los dedos, sujetándola en la parte delgada del pie cerca del fondo.

EJERCICIO 5

Repita el ejercicio I, acompañado de una completa y prolongada respiración ; esto es ; comienzo, a aspirar cuando comienza el ejercicio, continuando el ejercicio mientras aspira y prolongando la aspiración mucho después de lo que Vd cree sea posible retener el aire, exhalándolo después lentamente.

EJERCICIO 6

Repita el ejercicio II del mismo modo.

EJERCICIO 7

Repita el ejercicio III del mismo modo.

EJERCICIO 8

Repita el ejercicio IV del mismo modo.

EJERCICIO 9

Despacio y suavemente haga que el pulgar y cada dedo se toquen pero sin hacer presión. El pulgar y los dedos se deben encontrarse a mitad distancia.

EJERCICIO 10

Levante la mano manteniéndola cerrada, menos el índice que tendréis a nivel de un ojo.

Extienda todo el brazo hacia adelante, manteniéndolo en tal posición por 45 segundos sin mover la punta del dedo índice ni de un pelo.

EJERCICIO 11

Siga una línea imaginaria alrededor de un cuarto grande, con el ojo, hacia un lado y otro. Repita esta operación cincuenta veces al día. El ojo no se debe mover a saltos y sin guiñarlo.

EJERCICIO 12

Siéntese, tome la posición más cómoda posible sin apoyar la espalda. Fije su ojo en una mancha en la pared y mírela firmemente y sin guiñar por cinco segundos. Siéntese perfectamente quieto.

EJERCICIO 13

Tome la misma posición que antes y piense en sus dedos, manteniéndolos perfectamente quietos, el cuerpo estando inmóvil.

EJERCICIO 14

Repita el ejercicio XII pero mire a la mancha por diez segundos. Descanse.

EJERCICIO 15

Repita el ejercicio XII manteniendo los dedos quietos por diez segundos. Descanse.

EJERCICIO 16

Permita que el cuerpo descansa en una actitud fácil y cómoda. Retenga esta posición por dos minutos, sin mover los dedos de las manos y de los pies, los brazos o la cabeza.

EJERCICIO 17

Párese perfectamente derecho por treinta segundos, teniendo su mente fija en los párpados, dedos de la mano y de los pies, los que se deben mantener perfectamente quietos.

EJERCICIO 18

Párese como antes por treinta segundos fijando la mente en el cuerpo entero y tome completas, profundas y muy largas aspiraciones, exhalándolas cuando sea necesario, todo sin hacer el más mínimo movimiento de algún músculo.

EJERCICIO 19

Párese por tres minutos absolutamente quieto de todos los músculos voluntarios del cuerpo; las manos a los lados, el segundo y tercer dedo de la mano derecha tocándose uno al otro ligeramente; lo mismo con la mano izquierda, los ojos mirando fijamente a algún objeto.

Este ejercicio es tan importante que se debe practicar todos los días de su vida.

EJERCICIO 20

Levante la mano derecha hacia la frente al nivel con el hombro y manténgala perfectamente derecha. Por un acto de voluntad, átese todos los músculos desde el hombro hasta la mano, incluyendo los dedos, sin mover el brazo. Repita esto despacio y con deliberación seis veces. Proceda del mismo modo con el brazo izquierdo, la mano derecha quedando colgando inerte al lado.

EJERCICIO 21

Levante el brazo enfrente del cuerpo con el puño ligeramente cerrado y como a dieciocho pulgadas de los ojos. Ahora gradualmente aumente la presión en el puño hasta que la presión sea fuerte. Por último incite la tensión del brazo y del puño.

EJERCICIO 22

Muy gradualmente junte el brazo y el puño con tensión, sujetando el brazo en posición libre del cuerpo.

EJERCICIO 23

Ponga los hombros bajos, mire directamente hacia delante, teniendo el pecho bien lleno de aire. Haga que los músculos del pescuezo se tensionen despacio y gradualmente hasta que queden muy rígidos.

EJERCICIO 24

Haga tensión del pecho gradualmente, dirigiendo La mente hacia el interior mientras el exterior queda inmóvil.

EJERCICIO 25

Del mismo modo ponga tensión en Las piernas. Acuérdesse que la tensión debe ser muy despacio y gradual.

EJERCICIO 26

Ahora trate producir tensión en los pies, observando el mismo cuidado. Estos ejercicios de hacer tensión se deben hacer con mucho cuidado para que no produzcan debilidad o agotamiento.

EJERCICIO 27

Párese con el peso del cuerpo descansando en la planta de ambos pies, llénese completamente los pulmones, aguántese la respiración, levante ambos brazos hasta que estén al nivel con los hombros; extiéndalos hacia delante del cuerpo y deje que las manos queden inertes desde la muñeca. Continué aguantando la respiración y gradualmente cierre los puños, al mismo tiempo trayéndolos hacia los hombros hasta que lleguen a los sobacos. Al llegar a este punto concentre toda su energía en los puños. Evite todos los movimientos rápidos.

EJERCICIO 28

Párese dejando que ambas manos cuelguen inertes a los lados, ahora dirija su mente hacia el brazo derecho. Empiece a levantarlo tan despacio que apenas se note al principio y gradualmente tráigalo al nivel con los hombros y enfrente del cuerpo.

EJERCICIO 29

Repítase el ejercicio 28 acompañando el movimiento con aumento gradual de la tensión muscular. Respire profundamente. Después gradualmente reduzca la tensión hasta que el movimiento se haya terminado y la tensión se haya concluido.

Esto concluye la serie de ejercicios que si se practican con persistencia le recompensarán a Vd por el trabajo que ha tenido. En combinación con las otras lecciones de este curso, Vd tiene a sus ordenes un poder que excederá sus mayores ambiciones. Si Vd ejercita o no este poder, depende de sus propios esfuerzos. Todo esfuerzo que Vd haga, cada minuto que Vd gaste, en contemplar cierta parte o en hacer cierto ejercicio de este curso, le traerá a . Vd su premio. Continuados esfuerzos dirigen hacia el éxito.

CONCLUSIONES

En estos escritos de 1920, el Dr. Weller nos ha brindado conocimientos muy importantes con respecto al magnetismo, aunque, como decíamos anteriormente, no se pueden obtener todos los conocimientos necesarios en un solo libro.

Ha sido un trabajo de muchos años para poder recopilar toda la información necesaria para conocer el sistema en que se basa el mesmerismo. También es importante destacar que el mesmerismo ha sido difundido de diferentes maneras de forma tal que se ha ido vulgarizando.

En nuestra escuela, tenemos la capacidad de combinar disciplinas tales como la hipnosis Ericksoniana y la PNL (Programación Neuro-Lingüística) con diferentes técnicas del Mesmerismo. Hemos descubierto que éstas técnicas se pueden complementar y su eficacia aumenta al ser combinadas.

A menudo, y a medida que aprenden y estas técnicas, nuestros estudiantes logran resultados asombrosos. El magnetismo puede ser increíblemente poderoso cuando es aprendido y practicado correctamente.

Y a veces se sorprenden al lograr resultados, que muchas personas podrían ver como mágicos o inexplicables.

Aún más, el Mesmerismo tiene varios puntos de encuentro con ciencias milenarias tales como la Medicina Tradicional China. La Medicina Tradicional China se basa en "flujos de energía". El Mesmerismo también tiene una base en dichos flujos.

El Mesmerismo y las Teorías Cuánticas Modernas

De acuerdo a las Teorías Cuánticas, podemos decir que nuestra realidad propia depende de cómo nosotros la veamos. La realidad depende de cómo se la vea. El Magnetismo sigue la misma idea: nosotros podemos modificar la realidad dependiendo de la visión que tengamos de ella.

Una de las bases de la Teoría Cuántica es que la luz puede ser tanto una onda como una partícula. Ésta dualidad abre nuestras mentes, dejándonos ver que una misma realidad puede tener más de una cara y por lo tanto la realidad para cada uno de nosotros depende de cuál cara uno vea.

Cada uno de nosotros percibimos la realidad a través de nuestros sentidos. De ésta forma, la realidad está basada en lo que nuestros sentidos nos indican. Aquello que nosotros llamamos "fluido magnético" no puede ser percibido a través de estos sentidos, y por lo tanto no nos damos cuenta que existe, y por lo tanto no forma parte de la realidad que vemos.

Pero, el fluido existe y es percible a través de los efectos que produce. De la misma forma, nuestros estudiantes muchas veces se asombran de los resultados que obtienen. Estos resultados son el efecto del fluido que entonces se torna percible.

EL MESMERISMO Y LA PROGRAMACIÓN NEURO LINGÜÍSTICA

La Programación Neuro Lingüística (PNL) es una disciplina que ha sido muy difundida en los últimos años.

La PNL está basada en la percepción sensorial y la forma en que las palabras y los gestos que usamos le dan forma a nuestra realidad y a la de aquellos que nos rodean.

Algunas técnicas de PNL, al ser practicadas en conjunto con las del Mesmerismo, pueden aumentar el poder de éstas últimas. La PNL de por sí solo puede ayudar a quienes lo practican a mejorar su vida y sus relaciones interpersonales, pero difícilmente pueda lograr que la persona obtenga resultados asombrosos o "mágicos". Sin embargo, alrededor del 90% de quienes se entrenan y practican el Mesmerismo explican hechos peculiares o "inexplicables".

PNL puede ser complementario al Mesmerismo, y en nuestra escuela contamos con los conocimientos necesarios para conjugar ambos.

EL MESMERISMO Y LAS TÉCNICAS DE YOGA

El entrenamiento en Yoga puede complementar al Mesmerismo de forma importante. Conocer las distintas áreas del Yoga, tales como Pranayama, Dharana, Raja Yoga, Asanas, Prathyara, y Mantra Yoga puede ser muy útil a la hora de aprender Mesmerismo. Aún más, hay un campo poco conocido llamado "Hipnosis hindú", a través del cual se crean ilusiones en los espectadores, y el cual está muy ligado al Yoga y al Mesmerismo.

EL MESMERISMO Y SUS ENEMIGOS

El Mesmerismo ha tenido y tiene muchos enemigos, muchos de los cuales lo comparan con la "sugestión". La "sugestión" (aunque es usualmente un término usado de forma muy amplia e indefinida) puede acompañar al Mesmerismo, pero no es lo mismo ni los efectos logrados a través del Mesmerismo pueden ser comparados a la par con efectos logrados por "sugestión".

Para poder aprender y dominar las técnicas del Mesmerismo es indispensable el abrir la mente y dejar de ver el mundo desde un punto de vista cerrado a aquello que no puede ser "medible" de forma convencional o en las formas en que usualmente estamos acostumbrados a medir.



www.aehda.net
Curso acreditado y avalado

LESAM Área de formación de AEHDA

www.escueladehipnosislesam.com

www.institutodem mesmerismo.com

Instituto de MESMERISMO

**MESMERISMO Y
MAGNETISMO**

HIPNOSIS NO VERBAL

MAGNETISMO INDIVIDUAL

CÓMO DESARROLLARLO