

Lezione 7

Metodo MCA

Academy

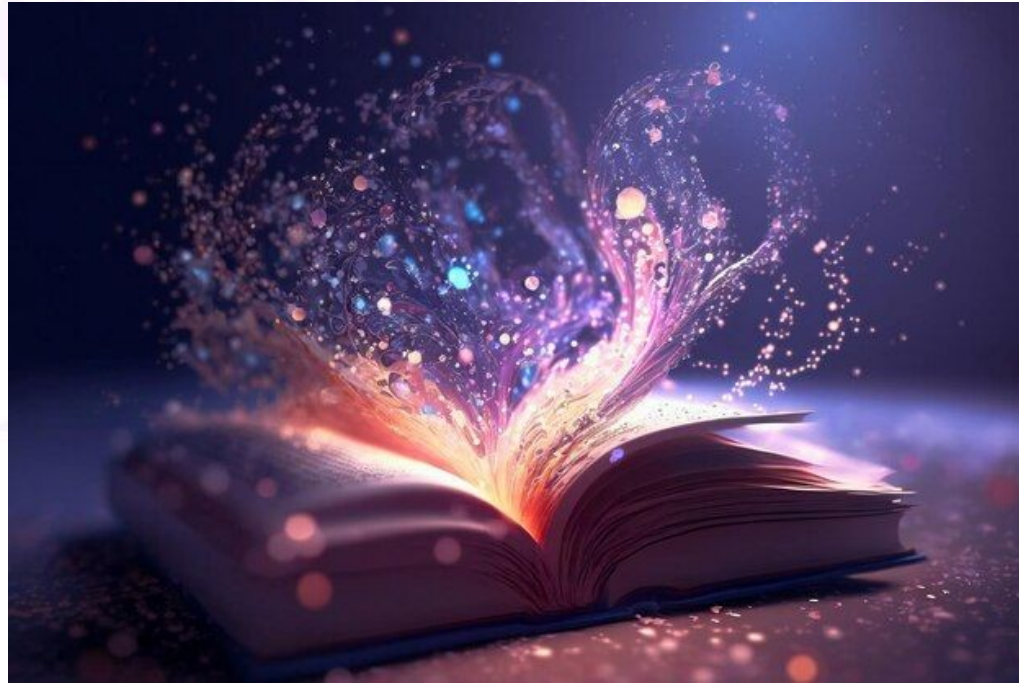


METODO MCA
MINDSET CONSAPEVOLEZZA ABBONDANZA

Viviamo nello stesso mondo
ma non sullo stesso livello
della consapevolezza.



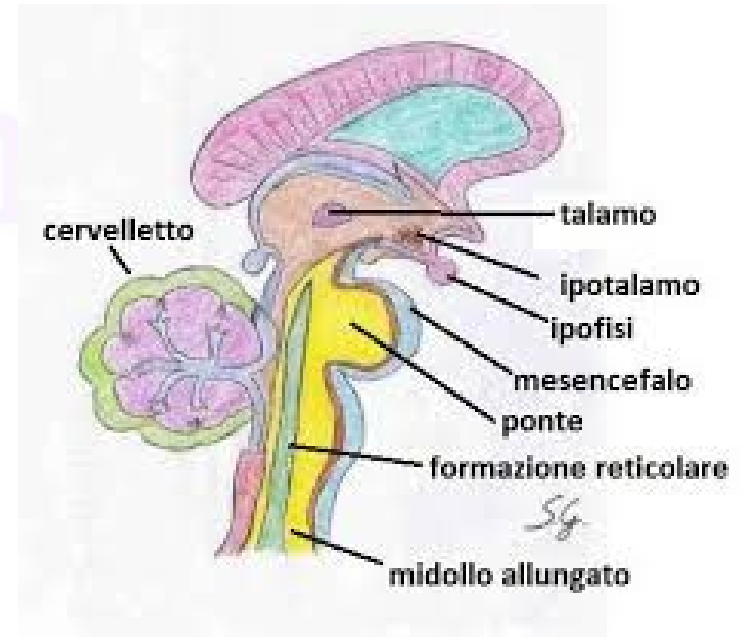
Ognuno percepisce il mondo in modo diverso!
Il mondo risponde alle aspettative dell'osservatore.



Ognuno ha una percezione diversa della realtà, che dipende dai filtri di percezione modellati da credenze, pensieri, emozioni, memorie.

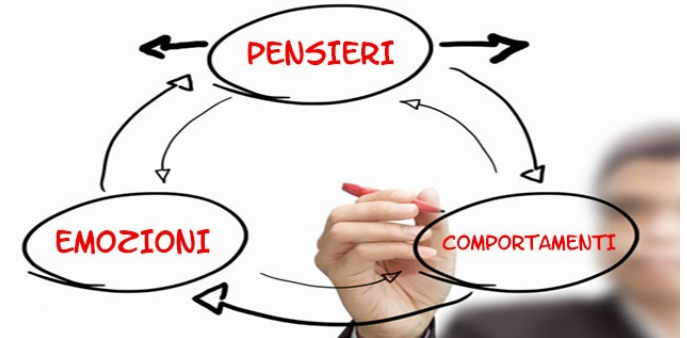
Formazione reticolare nel tronco encefalico seleziona le informazioni in base a dove pongo l'attenzione (le cose importanti per me, le mie priorità, le abitudini).

Comportamenti, azioni, scelte, abitudini e ciò che succede nella vita dipendono dalla tua percezione.



Fasi di sviluppo:

- Da 0 a 7 anni – fase di imprinting
- Da 8 a 13 anni – fase di modellamento, presa di coscienza delle differenze tra le persone, adolescenti fanno le scelte da eroi
- Da 14 a 21 socializzazione, affermazione personale attraverso le relazioni interpersonali, affermiamo i valori per il resto della vita
- Intorno a 30 anni....



Ogni comportamento è creato dal nostro subconscio in base a ciò che sa in un determinato momento (conoscenze, filtri di percezione, esperienze passate)

Ogni pensiero, ogni azione che facciamo è la cosa migliore per noi in un determinato momento.

Non esiste il comportamento sbagliato.

Aumentando le conoscenze possiamo avere una visione più ampia e fare scelte diverse.

Come percepisco la mia realtà?

Metodo MCA

Academy



METODO MCA
MINDSET CONSAPEVOLEZZA ABBONDANZA

Percepiamo il mondo attraverso i 5 sensi, ma stiamo percependo ciò che abbiamo creato fin'ora, in base alle nostre credenze. La maggior parte della realtà abbiamo creato in modo automatico, in base ai nostri programmi subconsci. Il nostro compito è **vederli** e cambiarli in modo consapevole. Cambiare la percezione per vedere una realtà diversa!



Secondo l'antica scienza dei Kahuna la mente di ognuno di noi è
composta da 3 parti:

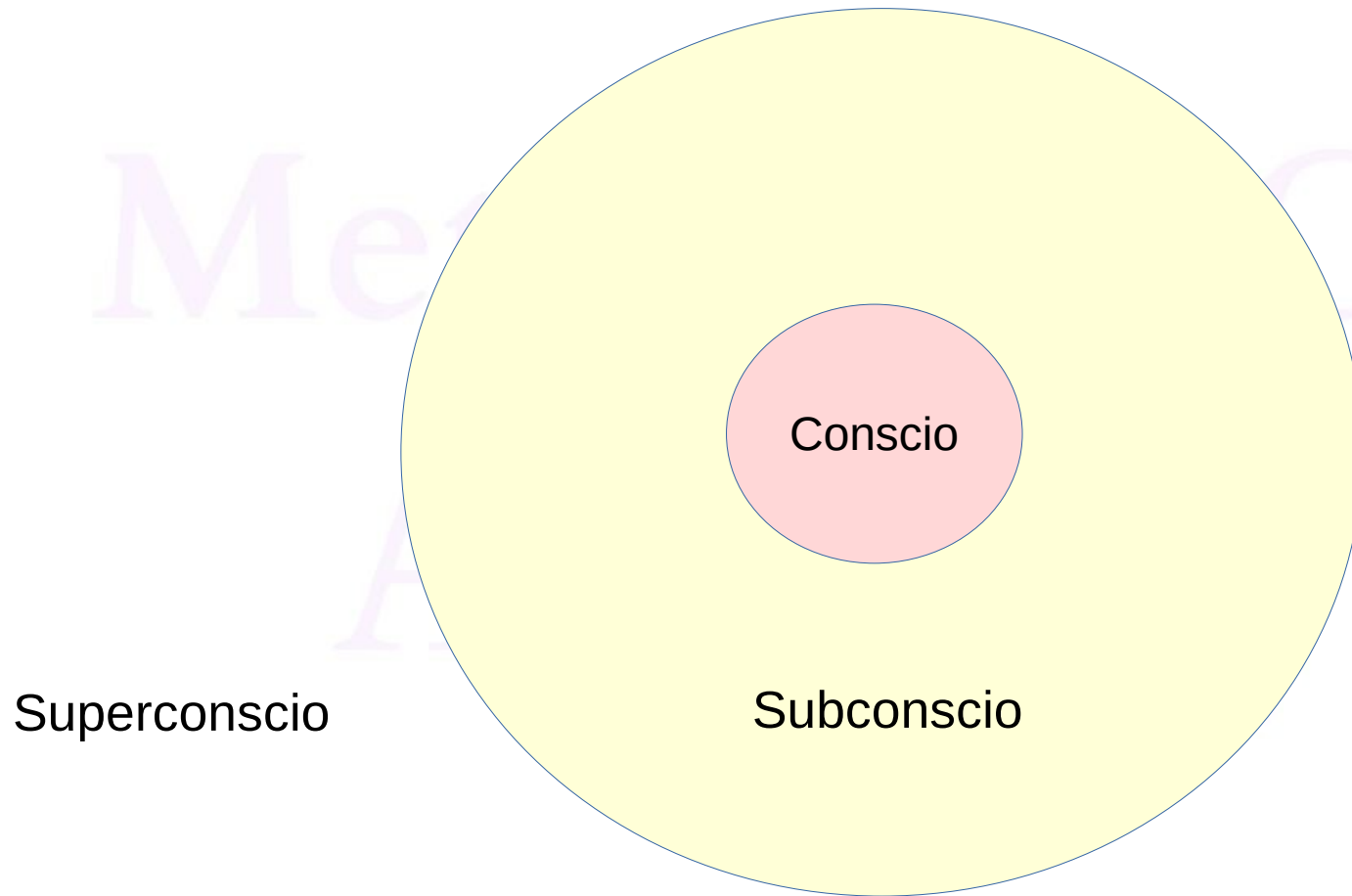
Mente razionale (sé intermedio)

Mente subconscia (piccolo sé)

Mente superconscia (sé superiore)



Metodo MCA



Siamo immersi nella consapevolezza
e allo stesso tempo separati da essa
con i veli dell'illusione della mente:
programmi limitanti del subconscio.



Che cosa può	Che cosa non può
Subconscio	
Comunicare telepaticamente Mantenere funzioni vitali Imparare, ricordare, sentire Proteggere dai pericoli Mantenere la connessione con Superconscio Sviluppare l'intuizione	Dedurre, trarre conclusioni Pensare in modo logico Analizzare Prendere decisioni Giudicare Fare valutazioni
Conscio	
Pensare, trarre conclusioni Giudicare, analizzare Fare valutazioni Fare scelte, prendere decisioni Agire in modo consapevole	Connettersi direttamente con Superconscio Usare direttamente l'intuito Sentire, ricordare
Superconscio	
Tutto per il massimo bene supremo	Nulla che possa nuocere

Pensieri.

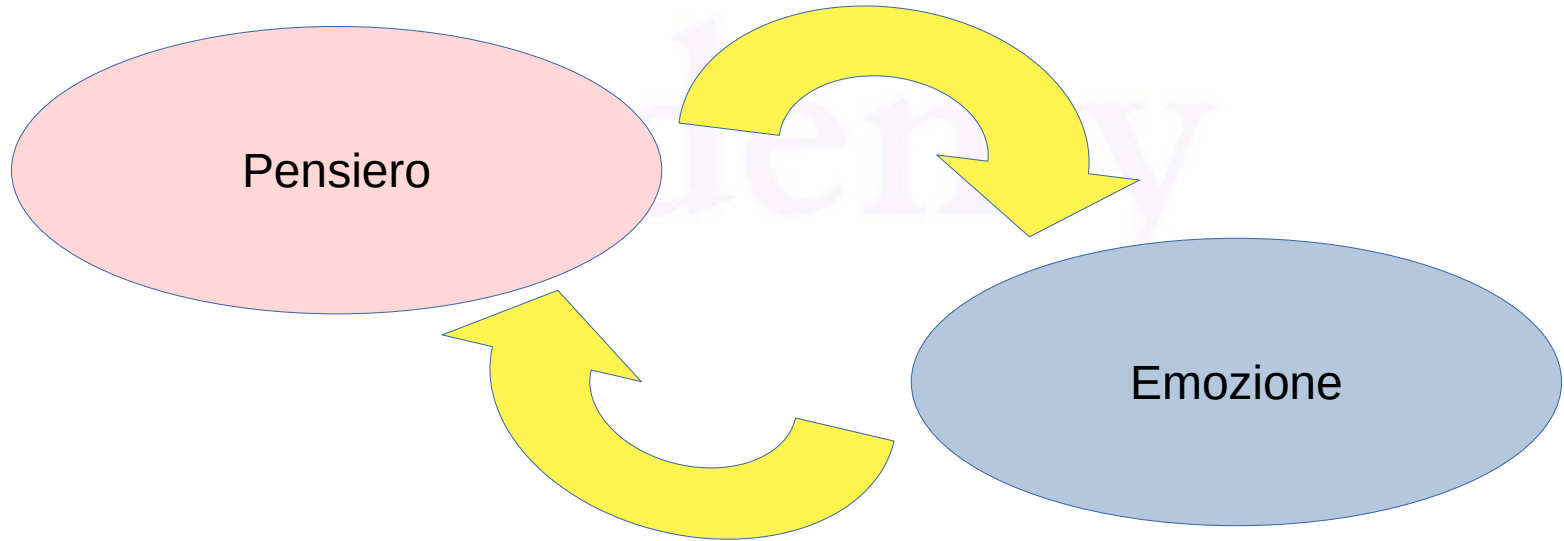
I pensieri sono degli impulsi nervosi che percorrono le reti neurali.

Ogni pensiero è energia ad una determinata frequenza che contiene un'informazione.

Il pensiero influenza la nostra frequenza e manda incessantemente l'informazione nel Campo Quantico delle Infinite Possibilità creando il collasso della funzione d'onda.



Facciamo circa 70 mila pensieri al giorno.
I pensieri fanno parte di ogni attimo della nostra vita
e creano il nostro dialogo interiore.
Siamo talmente abituati ai nostri pensieri che non ci rendiamo neanche conto
della loro qualità.
Ogni pensiero crea un'emozione, ogni emozione influenza il corpo.
Le emozioni rinforzano i pensieri.



Anche se non percepito a livello razionale, il pensiero manda incessantemente impulsi elettrici al cervello provocando reazioni fisiche nel corpo.



Siccome la maggior parte dei pensieri passa inosservata, impariamo ad osservare le emozioni, ossia la manifestazione dei pensieri e delle convinzioni nel corpo.



I pensieri positivi ci mettono in condizione di accedere al massimo del nostro potenziale.

I pensieri creano le emozioni ed influenzano il corpo fisico.

Creano la direzione, il focus, influenzano la percezione selettiva.



I pensieri negativi (70 – 80% del dialogo interno) provocano uno stress continuo al nostro organismo.

Pensieri negativi e emozioni negative danneggiano la salute fisica.

Chi pensa al passato vive nella tristezza, chi pensa al futuro vive con ansia.



2 voci nella testa.



Il potere delle domande

La nostra mente è una macchina che dà risposte: non può non rispondere!

L'arte di porsi le domande.



Come faccio a risolverlo?

Come faccio a trovare la strada più utile per me?

Qual è il modo più efficace, più semplice, più veloce per fare questa cosa?

Cosa devo comprendere?

Qual è il messaggio?

Cosa mi sta mostrando?

Qual è la convinzione che ostacola il mio obiettivo?

Qual è la cosa peggiore che mi succederebbe se...?

Qual è la cosa migliore che...?

Che cosa accadrebbe se non l'avessi più?

In caso di malattia, pensieri fissi, auto sabotaggio della mente:

Da che cosa mi sta proteggendo?

Qual è il vantaggio di questa situazione?

A cosa mi serve?

A che cosa non voglio rinunciare?

Metodo MCA
Acaden

