

# Lezione 15

Metodo MCA

Academy



**METODO MCA**  
MINDSET CONSAPEVOLEZZA ABBONDANZA

L'intenzione cambia l'energia e l'informazione.  
Non è la materia che cambia il campo,  
ma il campo cambia la materia.



Le situazioni che carichi di energia diventano più forti,  
sia in positivo che in negativo.  
Ciò a cui resisti, persiste.

La mente percepisce il mondo attraverso i 5 sensi.



Il cervello non riconosce le cose vere dalle cose vividamente immaginate.  
Per comprendere il significato delle parole crea immagini mentali.



## Visualizzazione



Vedere ad occhi chiusi, immaginare, creare nuove reti neurali.  
Ciò che puoi immaginare, puoi fare.

Più visualizzi, più la mente si abitua alla nuova realtà,  
si creano nuove reti neurali.

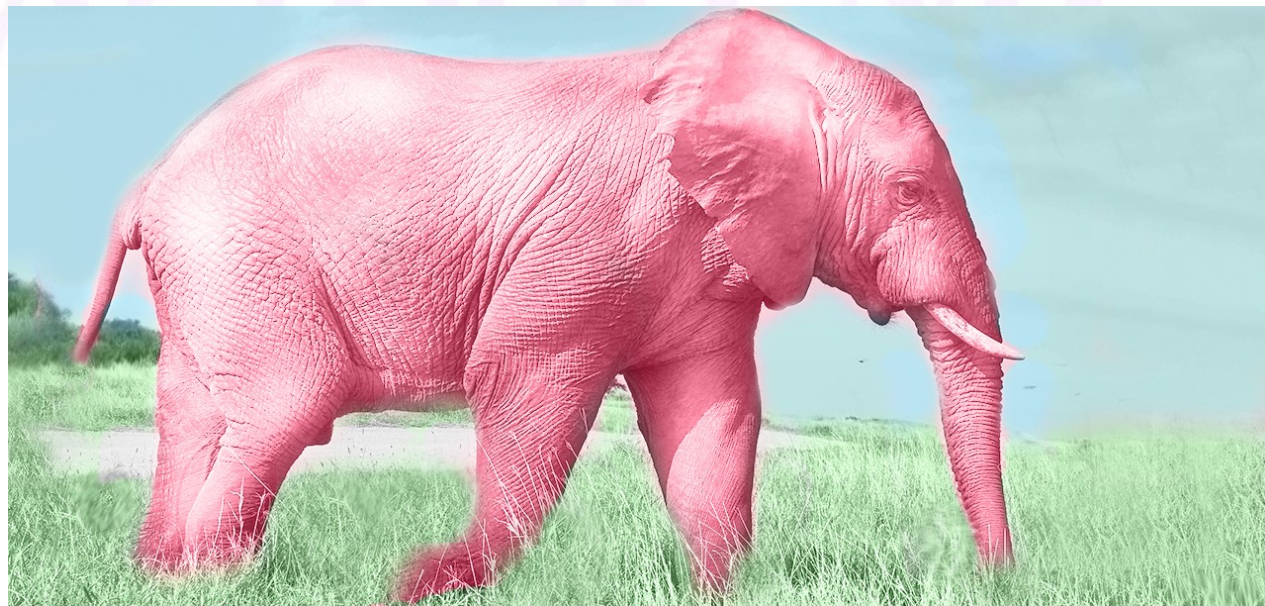


Non sono capace di visualizzare

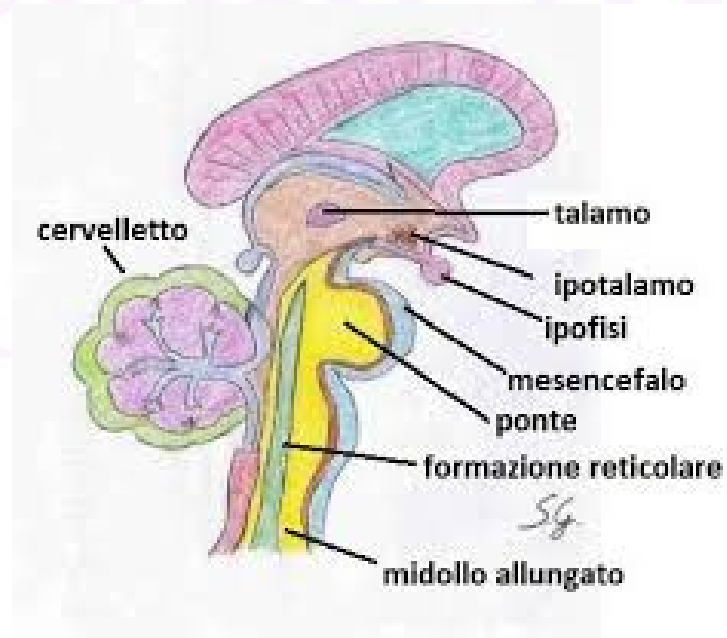


Prova a non pensare ad un elefante rosa.

Per non pensare ad una cosa devo prima pensare a questa cosa.



La visualizzazione attiva la formazione reticolare  
che filtra informazioni dall'esterno.



La visualizzazione attiva le aree del cervello responsabili dell'azione creando nuove connessioni neurali a supporto delle nuove abitudini (andare in palestra, studiare, meditare).



La visualizzazione abbassa lo stress  
(prima dell'esame oppure prima di parlare in pubblico).



La visualizzazione aiuta a portare la mente nello stato alpha.



La visualizzazione aiuta nei processi di guarigione  
(per esempio immaginando le cellule cancerogene sparire)



## Che cosa si può visualizzare?

In teoria solo le immagini, ma noi andiamo molto oltre:

- emozioni
- sensazioni
- energia, frequenza, vibrazione
- movimento
- percezione di tutti i 5 sensi
- unione



Se sei in grado di immaginare una cosa del tuo futuro,  
crei il potenziale sulla tua linea del tempo.  
Dal punto di vista della materia, il pensiero può essere tutto.



Quando non funziona?



Pensiero magico: mancanza dell'azione

La visualizzazione crea il potenziale mentale.  
Per realizzare il potenziale serve azione.  
L'energia si crea attraverso azione, movimento, creazione.



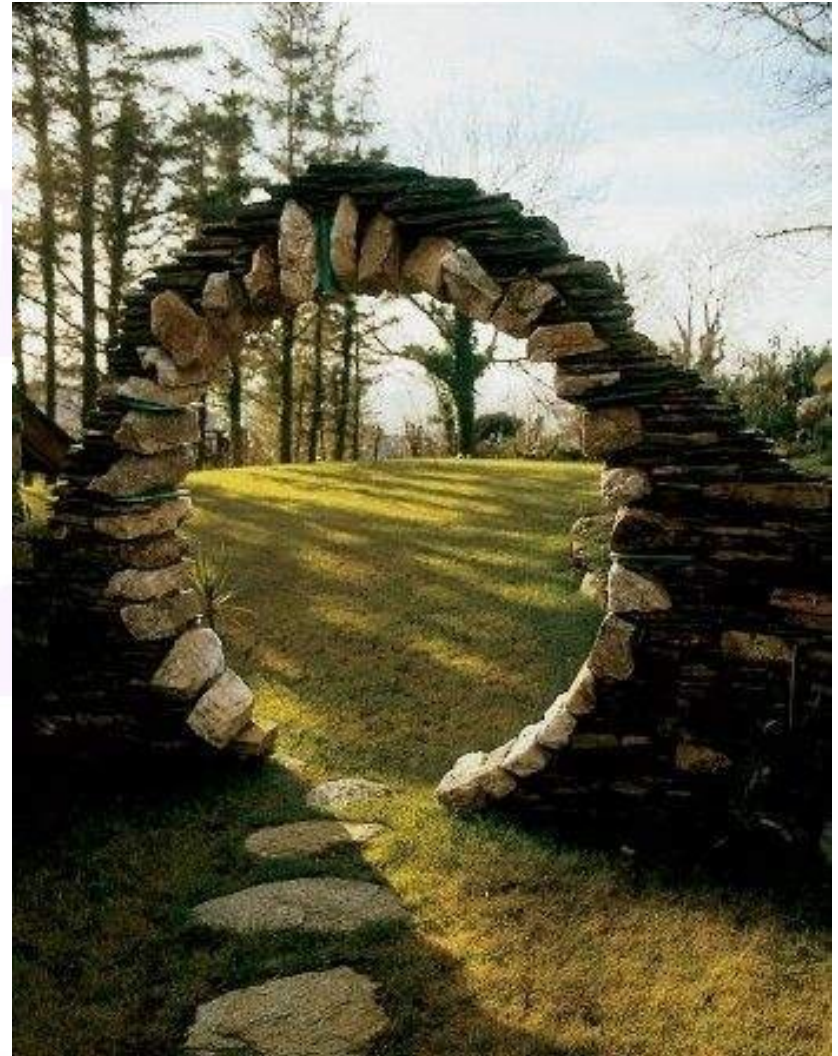
Azione non solo nella direzione dell'intento.  
Facendo le cose che amiamo attiviamo il nostro potere creativo.

Fidati dell'ignoto!

Cambio del paradigma: prima mi affido, poi arriva.

Andare oltre la paura crea nuove possibilità,  
crea nuovi percorsi sulla nostra linea del tempo.

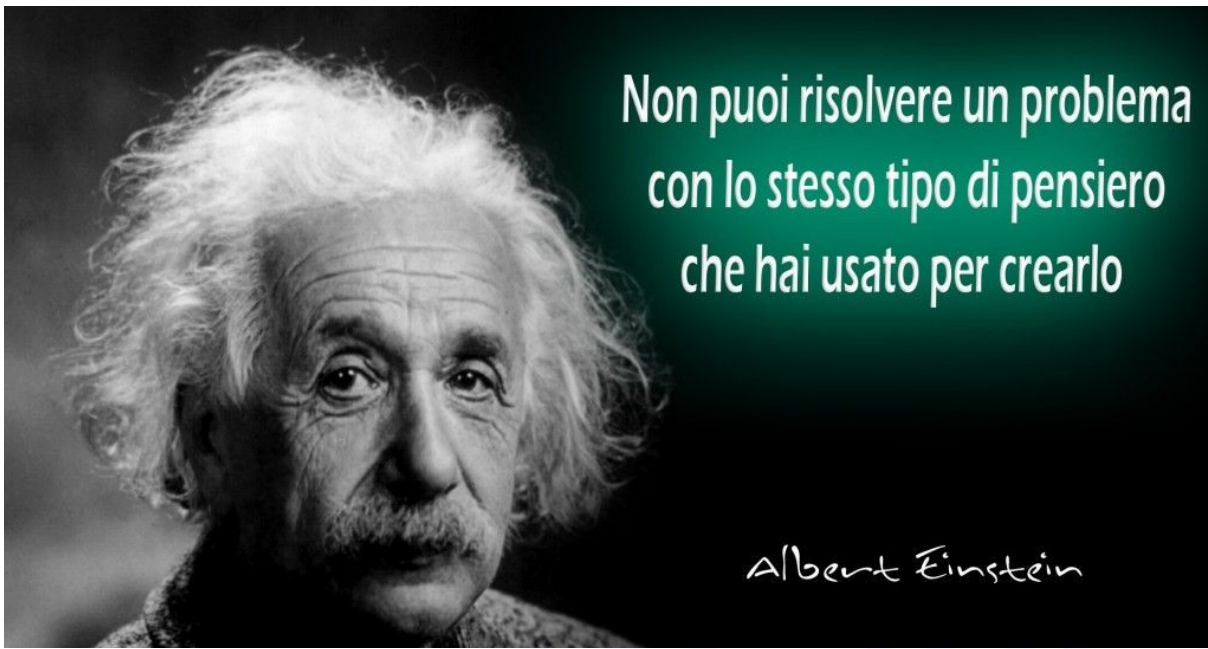
Fidandosi dell'ignoto attiriamo più coincidenze, facilitiamo il salto quantico.



***Nella mente non si può cancellare niente,  
l'unica cosa che si può fare è sostituire.***

***La mente ama la velocità!***





Non puoi risolvere un problema  
con lo stesso tipo di pensiero  
che hai usato per crearlo

Albert Einstein

## Comando MenteCuoreAnima

Quando la mente è calma, entrambi emisferi lavorano all'unisono, quando la mente lascia il controllo e il cuore è in coerenza con tutto l'universo, dal livello del Superconscio possiamo dare il comando alla mente subconscia e cambiare i vecchi programmi.

# Comando MenteCuoreAnima

La consapevolezza è oltre la mente.

1. Una mente calma è una rivelazione.
2. Dal livello del Superconscio possiamo dare il comando al subconscio e riprogrammarlo.
3. E' importante permettersi di fidarsi e di credere. (Codice delle Emozioni)



# Comando MenteCuoreAnima

Metodo ipnotico, veloce, la mente non ha tempo ne di razionalizzare ne di obiettare. E' sospesa, ma tu sei pienamente consapevole.

La chiave è sospendere la mente che si abbandona al flusso.

Si può usare in 2 modi:

- Installo la convinzione potenziante.
- Mi permetto di lasciar andare.



# Obiettivi

- Positivi (che cosa voglio al posto di...)
- Specifici (coordinate GPS)
- In prima persona (orientati su te stesso)
- Nel presente
- Verificabili
- Per il massimo bene di tutti



# *Test kinesiologico*



Il test muscolare si basa sul presupposto che il corpo possiede una sua saggezza istintiva, che si manifesta anche con la reazione di alcuni muscoli soggetti a un dato sforzo.

A seconda del livello di tenuta o di cedimento del tono muscolare di specifici muscoli in relazione a uno stimolo fisico, mentale, emotivo, nutrizionale o biochimico, il test muscolare ci mostra quando il subconscio è in accordo o disaccordo con una determinata affermazione.

## Test muscolare:

- Testa dritta, mento parallelo al pavimento, lo sguardo in basso (attivazione delle aree cerebrali)
- Risposta a 3 tipi di affermazioni:  
vero/falso  
si si si si/no no no no  
piace/non piace



## Procedura:

1. Formula il tuo obiettivo.
2. Stabilisci la comunicazione con il subconscio:  
testa dritta, mento parallelo al pavimento, lo sguardo in basso, fare 3 coppie di affermazioni
3. Testa il tuo obiettivo:
  - se è positivo: hai già il 100% del potenziale mentale e NON hai bisogno di lanciare il comando.
  - se è negativo vai al punto 4.
4. Chiedi il permesso al superconscio di effettuare il cambiamento:

**E' sicuro e appropriato fare questo cambiamento ora.**

- **se è negativo cambiare il comando!!!**
- se è positivo vai al punto 5

5. Incrociare le caviglie e le mani, intrecciare le dita e dare il comando (file audio)
6. Procedura di Gammut.
7. Incrociare le caviglie e le mani, intrecciare le dita e dare il comando (file audio)
8. Postura lock in per qualche secondo guardando le dita.
9. Verificare il cambiamento avvenuto con il test kinesiologico.
10. Piano d'azione.



# Procedura di Gamut:

Picchiando Gamut Point:

1. Tenendo la testa dritta chiudere gli occhi
2. Aprire gli occhi guardando avanti
3. Tenendo la testa dritta guardare in basso a sinistra
4. Tenendo la testa dritta guardare in basso a destra
5. Fare il giro con gli occhi in senso orario (testa sempre dritta)
6. Fare il giro con gli occhi in senso antiorario (testa sempre dritta)
7. Mugugnare una canzone per 5 secondi
8. Contare ad alta voce fino a 5
9. Mugugnare una canzone per 5 secondi



## THE EFT 9 GAMUT PROCEDURE

1. Locate Gamut Point
2. Eyes Closed
3. Eyes Open
4. Eyes Down Right
5. Eyes Down Left
6. Eye-roll in a Circle
7. Eye-roll Reverse Circle
8. Hum 2 seconds of a Song
9. Count Rapidly 1 - 5
10. Hum 2 seconds of a Song

