



## COMUNICARE CON IL SUPERCONSCIO

La comunicazione con il Super Conscio si effettua quando si hanno dubbi su decisioni da prendere, in linea con la propria evoluzione.

Per farlo, è necessario dedicarsi un momento di sacralità. La procedura va eseguita in un ambiente tranquillo e sereno. Inoltre, prima di iniziare a comunicare con il Super Conscio, è necessario fare la Postura d'Integrazione Emisferica.

Per comunicare con il Super Conscio occorre:

1) Mettersi in postura di Autotest:

- Gambe non incrociate
- Mento parallelo al pavimento
- Sguardo rivolto verso il basso (EVITARE DI CHIUDERE GLI OCCHI)
- Mani tenute vicino all'addome in modo tale da non vederle perché *se si guarda le mani si condiziona il test.*

2) Fare la Comunicazione con l'Inconscio

*(questo è necessario per verificare se siamo in sovra stress o disidratati)*

a) Il mio nome è ..... Dire a voce il proprio nome

b) Il mio nome è ..... Dire a voce un nome di sesso opposto che non si conosce

Se il nome vero è Forte e il nome falso è Debole si può procedere col comunicare con il Super Conscio.

La frase da dire è:

**E' appropriato e sicuro per la mia evoluzione .....**

Se il risultato è Forte (anello chiuso), vuol dire SI. Va bene per la mia evoluzione.

Se il risultato è Debole (anello aperto), vuol dire NO. **NON** va bene per la mia evoluzione.

Si utilizza questo test **SOLAMENTE** quando si devono prendere decisioni importanti per la propria vita. Esempi:



**E' appropriato e sicuro per la mia evoluzione** fare questo corso.  
**E' appropriato e sicuro per la mia evoluzione** cambiare lavoro.  
**E' appropriato e sicuro per la mia evoluzione** cambiare casa.

Evitare di testare il Super Conscio per cose futili. Esempio:

**E' appropriato e sicuro per la mia evoluzione** andare al bar.  
**E' appropriato e sicuro per la mia evoluzione** uscire di casa.  
**E' appropriato e sicuro per la mia evoluzione** comprare queste scarpe.

- **PER CHI È DESTRO** (CHI UTILIZZA PRINCIPALMENTE LA MANO DESTRA) fare l'anello con la mano sinistra utilizzando il pollice e il medio e utilizzare l'indice e il medio della mano destra per fare l'autotest.

Si può anche utilizzare solo l'indice o solo il medio. I palmi delle due mani devono essere rivolti verso il basso.

- **PER CHI È MANCINO** (CHI UTILIZZA PRINCIPALMENTE LA MANO SINISTRA) fare l'anello con la mano destra utilizzando il pollice e il medio e utilizzare l'indice e il medio della mano sinistra per fare l'autotest.

Si può anche utilizzare solo l'indice o solo il medio. I palmi delle due mani devono essere rivolti verso il basso.

**Quando si fa l'auto-test si deve utilizzare sempre la stessa forza con le mani.**

## RISULTATI DELL'AUTO-TEST

Nell'auto-test ci sono solo due risultati:

- **FORTE**: significa che l'anello è rimasto chiuso, le dita sono rimaste attaccate.

- **DEBOLE**: significa che l'anello si è aperto, le dita si sono staccate.

Nel debole possono esserci tre varianti:

1- tutte e due le dita sono uscite dall'anello.

2- un dito è rimasto dentro l'anello ma l'altro è uscito.

3- le dita hanno aperto l'anello ma non sono fuoriuscite da esso.



1 - NOME VERO risulta FORTE (anello rimasto chiuso)  
NOME FALSO risulta DEBOLE (anello che si è aperto)  
PERFETTO, si è in comunicazione con l'inconscio e si può procedere con il check up.

2 - NOME VERO risulta DEBOLE (anello che si è aperto)  
NOME FALSO risulta DEBOLE (anello che si è aperto)  
In questo caso si è carenti di acqua e si ha bisogno di bere acqua. Bere un bicchiere d'acqua e poi aspettare 5/10 secondi prima di ripetere il test.

3- NOME VERO risulta FORTE (anello rimasto chiuso)  
NOME FALSO risulta FORTE (anello rimasto chiuso)  
In questo caso si è in sovra-stress, quindi occorre eseguire la Postura d'Integrazione Emisferica (**P.I.E**) per sciogliere lo stress.

**P.I.E:** si incrociano le mani, le caviglie e si chiudono gli occhi.

Se si è **visivi**, si immagina/visualizza una situazione rilassante, ad esempio si visualizza il mare, una cascata, un posto in cui ci si sente tranquilli e a proprio agio, ecc.

Se si è **uditivi**, si ripete mentalmente e di continuo: io sono tranquillo, io sono sereno, io sono a mio agio ecc.

Se si è **cinestesici**, si porta attenzione al respiro.

La durata della P.I.E. è variabile a seconda della persona o dello stato d'animo che si ha in quel momento. **Una volta che si avverte una sensazione di pace, tranquillità o ci si è semplicemente stancati si slegano mani e piedi, si riaprono gli occhi e si uniscono i polpastrelli delle due mani mantenendo questa posizione per circa 10 secondi.** Quest'ultima serve per salvare il lavoro che si è fatto. Alla fine si ripete la comunicazione con l'inconscio.



Se la differenza riscontrata tra il nome vero e il nome falso è scarsa, oppure la risposta al test rimane sempre debole-debole o forte-forte (anche dopo aver bevuto acqua o fatta la postura d'integrazione emisferica), occorre fare una detossinazione.

Inoltre è consigliato:

- Fare il bagno con mezzo Kg di sale grosso Himalayano
- Bere Acqua Informatzionale