



Molte sono le vie, molti sono gli insegnamenti
ai quali possiamo accedere, io ti propongo il MAV

2° PASSO EQUILIBRARE

L'aquila, che è in te, per raggiungere il suo obiettivo, la sua preda, i suoi piccoli,
il suo nido muove le ali in perfetto equilibrio...il tuo maschile ed il tuo femminile
sono in equilibrio?

Bilanciamento tra l'Energia Maschile e Femminile

ECCO LE TECNICHE CHE UTILizzerEMO PER RAGGIUNGERE GLI OBIETTIVI PREFISSATI:

- **Rivalutazione autovalutazione dei 4 livelli**

Nel primo passo hai stilato un grafico del tuo stato di salute con una attenta valutazione della tua sfera fisica, mentale, emozionale, spirituale. Rivalutiamo oggi, dopo un periodo di allenamento con le varie tecniche MAV, a che punto è il tuo livello di salute.

- **Rivalutazione dei 4 livelli di consapevolezza**

Sei riuscito a focalizzarti sul cervello che trova sempre il punto in comune con gli altri tre cervelli?

- **Rincuorare la mente - Avanzato**

Ti sei ben allenato alla prima potente meditazione "rincuorare la mente"? Benissimo! Sei pronto per affrontare lo step avanzato!

- **Ampuku avanzato**

In tutte le tecniche orientali gli insegnamenti sono strutturati per gradi. Pensiamo alle cinture di vario colore e grado nelle arti marziali, oppure il fatto che non possiamo affrontare la classe quinta elementare senza prima non aver sperimentato, con un adeguato percorso e tempo, le prime quattro.

Ogni tecnica del MAV ha questo spirito. Molte sono le tecniche che condivido se l'allievo è pronto al successivo passo.

- **Esercizi di respiro**

Tutte le tecniche più antiche e moderne danno importanza al respiro. Secondo il mio punto di vista, attivando una corretta respirazione, si possono armonizzare molte delle nostre disarmonie a tutti i 4 livelli.

- **Stimolazione del punto Can-Pal**

Ti ricordi di questo cervello? Sì, è proprio quel cervello che mette d'accordo gli altri 3 cervelli...a che punto sta?

- **Stimolazione ed apertura della seconda porta energetica**

Anche qui sei stato bravo con le tecniche MAV e sei pronto per aprire la seconda porta energetica. Ti stupirai di te stesso!

- **Do-In - Avanzato**

Come detto in precedenza, il Do-In è un auto-trattamento fisico/energetico. Con una buona pratica di almeno un mese sicuramente ti sei portato a casa ottimi risultati. Andiamo avanti sempre più in profondità con l'obiettivo di risultati sempre più sconvolgenti.

- **Esercizi di bioenergetica**

Vuoi avere i piedi sempre più piantati a terra per avere la testa sempre più sulle spalle? Se questo è il tuo obiettivo sarò felicissimo di insegnarti altri esercizi sempre più potenti.

- **Abitare il corpo**

I buddisti, con l'allenamento, riescono ad abitare e quindi a connettersi con ogni cellula del proprio corpo. Ci stai anche tu a raggiungere questo obiettivo?

Lo sai che collegandoti con una parte specifica del tuo tempio, così lo chiamo io il corpo, la puoi modificare? Quindi, se abitando il tuo corpo individui una zona disarmonica, la puoi modificare in armonica.

- **Valutazione delle energie perverse**

A che punto sei con le egregore - forme pensiero - credi mentali.?

- **Riprogrammazione del Campo elettromagnetico personale (Aura)**

Sei entrato nell'ottica che solo tu puoi programmare il tuo campo elettromagnetico personale?

ATTENTO ti ricordo che se non ti programmi lo farà qualcuno esterno a te.

- **Valutazione della legge della Guarigione Spirituale**

Nel primo passo hai avuto la nozione che esiste la legge della Guarigione Spirituale, ora è tempo di valutare se ti sei portato a casa dei risultati.

- **Valutazione collegamento mente/mente - Anima/Universo**

Oggi sei più connesso a mente/mente oppure ad Anima/Universo?

- **Collegamento alle energie sottili (avanzato):**

Ti ricordo i tre modi basici per riconoscerti: io/ io - io/ ki - io /gruppo - io/ Universo

Ora valutiamo se ti senti più corpo, più energia, più gruppo o più Universo?

- **Esperienza con l'Essere Elementare da solo e in gruppo**

Tornare alle origini non è sempre una cosa negativa. Impareremo a collegarci al nostro ESSERE ELEMENTARE che, come descritto negli obiettivi, è la nostra energia di base.

- **Esperienza con l'energia di gruppo**

In un mondo che ci vuole dividere, noi dobbiamo imparare ad unirici per unificare le forze.

- **Espansione dei Campi**

Ti propongo di entrare nell'ottica che il tuo corpo è formato da vari "campi". Mi piace fare la similitudine alla matryoska: ci sono vari strati per arrivare alla bambolina più piccola, che non si apre perché è piena, densa, così come lo è il tuo corpo.

- **Meditazione iniziatica: MASCHILE/FEMMINILE**

Tutto quello fatto in precedenza è servito per arrivare a questo meraviglioso traguardo: la meditazione iniziatica che ti permetterà di trovarti al centro di queste due energie che sono opposte ma che da oggi saranno complementari.

Come insegna la filosofia dello Yin e dello Yang, la salute si ha quando ci permettiamo di esercitare, in un rapporto alchemico, queste due energie.

"Non c'è nulla di totalmente Yin e non c'è nulla di totalmente Yang"



NECESSARIO *Abbigliamento comodo, cuscino e coperta, quaderno e penna, materassino, cibo e da bere, consigliato lasciare a casa braccialetti, anelli, collane etc.*



MAV Metodo Andrea Valdini
Cell. 333 32 444 94
e-mail info@andreavaldini.com
www.andreavaldini.com