

JOY & ROY MARTINA



QUANTUM MATERIALIZATION MANUALE



Quantum
Multiverse

Indice

Introduzione	3
Il vero successo è avere una vita straordinaria	6
La mappa del tuo percorso	8
Chi sei ora, e chi vorresti essere?	12
L'attuale immagine di te (Identità)	13
L'Identità Quantica	18
La nuova immagine di te (Identità Quantica)	19
Che i giochi abbiano inizio!	26
Sogna in grande	29
Processo di Identità: Lascio andare il vecchio me	44
Processo di Identità: Integro la mia Identità Quantica (M.I.Q.)	45

Introduzione

Benvenuto al corso QUANTUM MATERIALIZATION e congratulazioni per aver scelto di rendere questo e gli anni a venire i tuoi migliori di sempre. Il programma a cui partecipi è basato sulle ricerche di Roy Martina in collaborazione con Joy Martina.

Lo scopo

Il programma ti offre tutti gli strumenti che ti servono per creare un perfetto allineamento tra il tuo subconscio e i tuoi desideri. Riceverai strategie, training mentali, meditazioni, un potente sistema di intenzioni, efficaci tecniche di respirazione e preziosi consigli per trasformare le emozioni negative, lo stress, le convinzioni limitanti e i meccanismi inconsci di autosabotaggio nell'attitudine di cui hai bisogno per raggiungere i tuoi obiettivi.

Durante il processo di trasformazione ti sentirai felice, gioioso, entusiasta e soddisfatto, perché saprai di essere sulla via che ti porterà al successo e che farà danzare di gioia il tuo cuore. Con queste pratiche avrai solide basi per continuare autonomamente nei mesi successivi se lo desideri.

Le basi della forza mentale

Puoi applicare i concetti, le strategie e le tecniche del programma per migliorare la carriera, le relazioni, l'approccio alle sfide della vita, la salute, la vitalità e il benessere. In sostanza, acquisirai competenze che ti aiuteranno a ottenere il massimo dalla vita. Tutto ciò inizia cambiando radicalmente:

1. Chi sei (la Costruzione della tua Identità)
2. Le tue convinzioni su te stesso e sul mondo
3. Il tuo livello di controllo su ciò che senti, pensi, dici e fai

Le basi di questo metodo

In quarant'anni di ricerche, Roy Martina ha tenuto seminari per centinaia di migliaia di persone, e ha aiutato atleti, campioni del mondo, imprenditori, liberi professionisti, manager, allenatori, terapeuti e istruttori con corsi di formazione live e online in vari paesi. Roy Martina è anche cintura nera da 44 anni, e tuttora continua a insegnare arti marziali.

Roy Martina ha individuato gli schemi inconsci che frenano il successo nei vari ambiti della vita. Applicando personalmente le tecniche che espone in questo corso, ha migliorato la sua vita e quella di migliaia di persone.

Nelle sue ricerche da dieci anni collabora con sua moglie Joy, che utilizzando l'Ipnosi Quantica ha incrementato enormemente le sue capacità di canalizzazione. Joy si definisce una "psicologa sensitiva" perché unisce psicologia e sesto senso. Grazie al suo apporto, le tecniche esposte nel programma sono state affinate e rese ancora più efficaci in tempi rapidi.

Roy Martina si racconta

La mia vita non è sempre stata rose e fiori. Ho affrontato molte delusioni, sfide e ostacoli, sia nel lavoro che nella sfera privata e sentimentale. Ho sempre lavorato su me stesso con le tecniche che avevo a disposizione, a volte con l'aiuto di consulenti, terapeuti e chiaroveggenti, per scoprire le cause delle mie difficoltà. Le cause possono essere radicate in questa vita, o ereditate da generazioni precedenti o derivanti da eventi di vite passate che non sono stati elaborati. Comunque sia, si possono sbloccare. Perciò ho usato queste informazioni per cambiare la mia vita e anche quella di altri. La mia passione è condividere le conoscenze che ho acquisito grazie all'esperienza e alle ricerche con il maggior numero di persone, in modo che possano affrontare la vita con grazia, serenità e gioia.

Un fulmine a ciel sereno

La pandemia, arrivata all'improvviso, ha cambiato drasticamente la vita di miliardi di persone in tutto il mondo, e non siamo ancora arrivati a creare una nuova normalità. È probabile che la nostra vita non tornerà mai a essere come prima. La situazione induce a riflettere su alcune questioni, a cominciare dal fatto che i nostri diritti di cittadini vengono ignorati con il pretesto della pandemia. Senza convincenti dati scientifici, vengono prese decisioni che hanno conseguenze disastrose per il benessere, la prosperità e la felicità di miliardi di persone. Comunque la si pensi, la lezione più importante da trarre è che, nonostante quello che sta accadendo o che accadrà, possiamo continuare a essere forti. Le conseguenze avranno un impatto sul nostro futuro.

Un nuovo inizio

Quantum Materialization segna un nuovo inizio: l'inizio di un nuovo percorso per chiunque decida di imbarcarsi in questo viaggio insieme a noi. Che tu voglia apportare solo piccoli cambiamenti alla tua vita o voglia correre verso il successo, il primo passo è questo. Al termine del programma potrai decidere quali saranno i passi successivi nel tuo cammino verso la versione migliore di te, più felice e appagata. Diamo inizio al resto della nostra vita.

*Ti auguriamo che questo sia il tuo anno migliore
e che ti porti grazia, felicità e benessere in abbondanza.*

JOY E ROY MARTINA

Il vero successo è avere una vita straordinaria

Ci sono molte definizioni di successo e se esami a fondo i tuoi desideri ti renderai conto che la cosa a cui aspiri di più è una straordinaria qualità della vita. Nessuno sceglie volutamente una vita difficile, piena di ostacoli, o una vita mediocre. Quest'ultima non è male, ma di certo non è il massimo.

Il motivo per cui sei qui è che vuoi trarre il meglio dalla vita, preferibilmente in ogni ambito: benessere, salute, finanza, amore (il rapporto con te stesso e con gli altri), crescita personale e/o spiritualità.

Qualità della vita e esperienza

Se consideriamo la qualità della vita che determina la nostra esistenza, possiamo individuare alcuni fattori chiave:

- **Significato**: Il significato che assegniamo agli avvenimenti della vita determina il nostro approccio alle sfide e agli ostacoli (ci lasciamo prendere dallo stress o riusciamo a mantenere il controllo?). Il nostro modo di reagire è in gran parte determinato dalla nostra forza mentale (le nostre convinzioni), che è proprio il tema su cui ci concentreremo.
- **Assetto emotivo**: Il nostro stato emotivo quotidiano. Abitualmente ci sentiamo felici, allegri, ottimisti e speranzosi (il nostro cuore è colmo di desideri e prospettive future?) oppure siamo tristi, pessimisti, depressi, arrabbiati, sarcastici e demotivati?
- **Visione e aspettative**: Le nostre aspettative per il futuro e la nostra proiezione verso il futuro (le nostre convinzioni).
- **Consapevolezza di sé**: La misura in cui siamo consapevoli del nostro potenziale e sappiamo accedervi.
- **Il nostro perché**: La missione (lo scopo) che crediamo di avere nella nostra vita ci dà la motivazione e la perseveranza necessarie per raggiungere i nostri obiettivi e realizzare i nostri desideri!

Tre conclusioni principali:

Il significato che diamo alla vita (o ai vari ambiti della nostra esistenza) determina il nostro stato d'animo. Le emozioni positive alimentano la nostra energia, mentre quelle negative la prosciugano. E gli stimoli (motivazioni) sono importanti per continuare a perseguire i nostri obiettivi.

Gli strumenti

In questo corso riceverai gli strumenti per creare la vita che vuoi modificando il significato degli eventi che ti accadono, che attiri o che determini tu stesso e cambiando il tuo approccio alle situazioni. È fondamentale capire che sei tu al centro dell'identità che ti crei, di ciò che ritieni possibile e dei tuoi obiettivi!

Per cambiare la programmazione ai livelli più profondi della tua coscienza sono necessari almeno 90 giorni. Questo è il tempo necessario per sostituire le tue vecchie abitudini e i tuoi vecchi schemi con abitudini e schemi completamente nuovi.

La zona di comfort

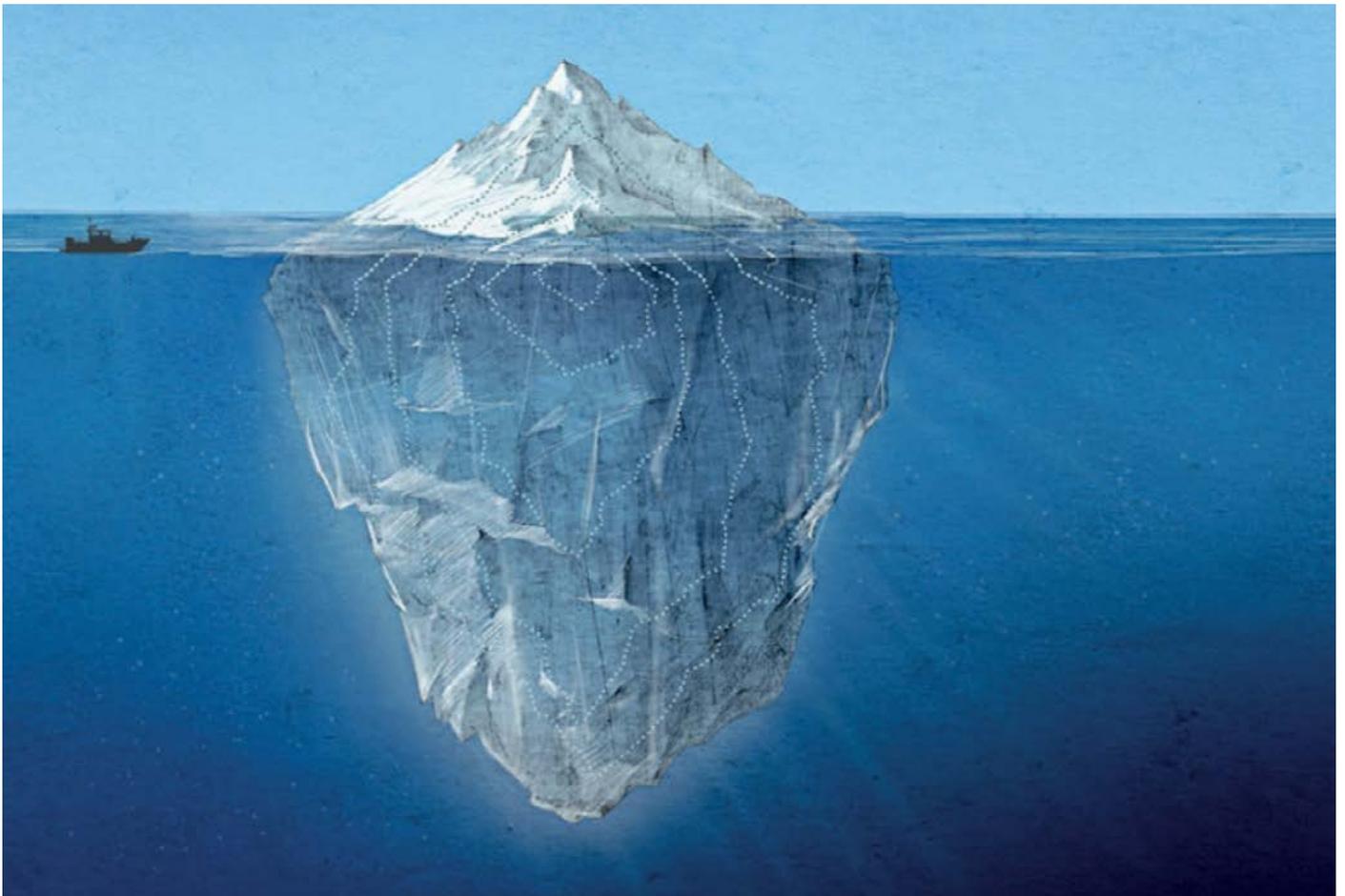
Il nostro obiettivo è farti uscire dalla tua zona di comfort e riportarti all'entusiasmo che avevi da bambino, quando pensavi di poter affrontare qualsiasi cosa. Che tu lo ammetta o meno, sei abituato a restare nella tua zona di comfort, e uscirne è la sfida più importante che tu possa affrontare.

Per cominciare, ti aiuteremo a rompere i tuoi schemi, ad acquisire nuove conoscenze e a innescare la spinta motivazionale che ti darà energia per perseverare anche nelle situazioni più difficili.

La congruenza tra il subconscio e la mente conscia

Immagina un iceberg: la punta è solo il 10% dell'intero blocco di ghiaccio, mentre il restante 90% è sommerso sott'acqua. È una metafora che aiuta a chiarire il rapporto tra l'influenza della mente conscia (la punta dell'iceberg) e l'influenza del subconscio (la parte sommersa) sul tuo potere decisionale.

Ciò significa che il motivo principale per cui non raggiungi gli obiettivi che ti poni è perché il tuo subconscio vuole proteggerti dal dolore e dal fallimento. *In questo corso agiremo per allineare il conscio e il subconscio ai tuoi desideri e ai tuoi obiettivi!*



Lo stato di congruenza si raggiunge quando
i pensieri (*testa*), le emozioni (*cuore*) e le azioni (*ventre*)
sono allineati

Chi sei ora, e chi vorresti essere?

Agiremo su 8 temi

1. Autostima e immagine di sé
2. Amore per te stesso (amor proprio)
3. Salute, vitalità
4. Longevità
5. Amore per gli altri
6. Finanze, prosperità materiale
7. Il tuo stato mentale ed emotivo
8. Spiritualità (connessione con lo spirito)

L'IMMAGINE DI SÉ:

La base del successo in tutti gli ambiti della vita

La combinazione tra autostima e amor proprio ti rende il tuo migliore amico. Se hai una potente immagine di te e ami te stesso, puoi fissare obiettivi più ambiziosi e fare di più per il tuo corpo, le tue relazioni e la tua salute. Ciò significa che quando metti in atto meccanismi di autosabotaggio o eviti di fare ciò che desideri veramente, è quasi certo che il problema nasce dall'immagine che hai di te, dal tuo livello di autostima e dal tuo amor proprio. Ecco perché iniziamo proprio da qui: se interveniamo su questa combinazione, tutto il resto sarà più facile.

L'attuale immagine di te (Identità)

I tuoi meccanismi di autosabotaggio (scuse, tendenza a rimandare, distrazioni ecc.) e le abitudini che desideri cambiare

Scrivi il più possibile: quali sono le cose che ti impediscono di inseguire il tuo sogno o di esprimere il tuo potenziale? (vedi risposte precedenti)

L'autostima e l'immagine di te

In quali modi ti sottovaluti? Quali sono le convinzioni che limitano la tua autostima e sminuiscono l'immagine che hai di te? Cosa ti intimorisce degli altri? Temi di essere rifiutato, di fallire, di perdere la faccia, di non piacere, di sembrare arrogante o altro?

Salute, vitalità e longevità

Cosa sai di dover fare per prenderti cura della tua salute ma continui a non fare?
Cosa potresti fare per vivere più a lungo e avere più energie?

Amore per te stesso

Cosa potresti fare per essere più amorevole, positivo (incoraggiante e di supporto), meno giudicante e meno severo con te stesso? Cosa ti impedisce di aprire totalmente il tuo cuore e donare l'amore incondizionato che scorre dentro te?

Amore per gli altri

Cosa potresti fare per essere più amorevole, più indulgente e meno critico verso gli altri? Cosa ti impedisce di aprire totalmente il tuo cuore e ricevere amore? Fino a che punto sei disposto a conoscere e usare i 5 linguaggi dell'amore? Torneremo su questo argomento, ma puoi già iniziare a fare una ricerca sui 5 linguaggi dell'amore (c'è un libro sul tema) per scoprire come percepisci e come sperimenti l'amore.

Finanze e prosperità materiale

Cosa sai di poter fare per le tue finanze ma continui a non fare perché rimani nella tua zona di comfort? Hai qualche idea che non metti in atto o progetti che non concludi? Cos'altro? Hai convinzioni negative o programmazioni inconscie che non vuoi più? Molte persone si lamentano della loro situazione economica ma non sono disposte ad attivarsi o a informarsi per conoscere le possibilità.

Stato mentale ed emotivo

Quali schemi vorresti cambiare riguardo alle tue reazioni emotive, e che tipo di mentalità vorresti avere? Fai monologhi interiori negativi? Ti critichi? Cosa ti piacerebbe cambiare? Come vorresti gestire le sfide e le emozioni? Quali reazioni istintive vorresti eliminare per non cedere più il tuo potere agli altri?

Spiritualità (connessione con la tua coscienza superiore e lo spirito)

Quanto ti fidi del tuo intuito? Dedichi del tempo a meditare/connetterti? Cos'altro potresti fare per gli altri nell'ambito della spiritualità, della beneficenza o del volontariato? Sei interessato a sviluppare di più i tuoi sensi spirituali?

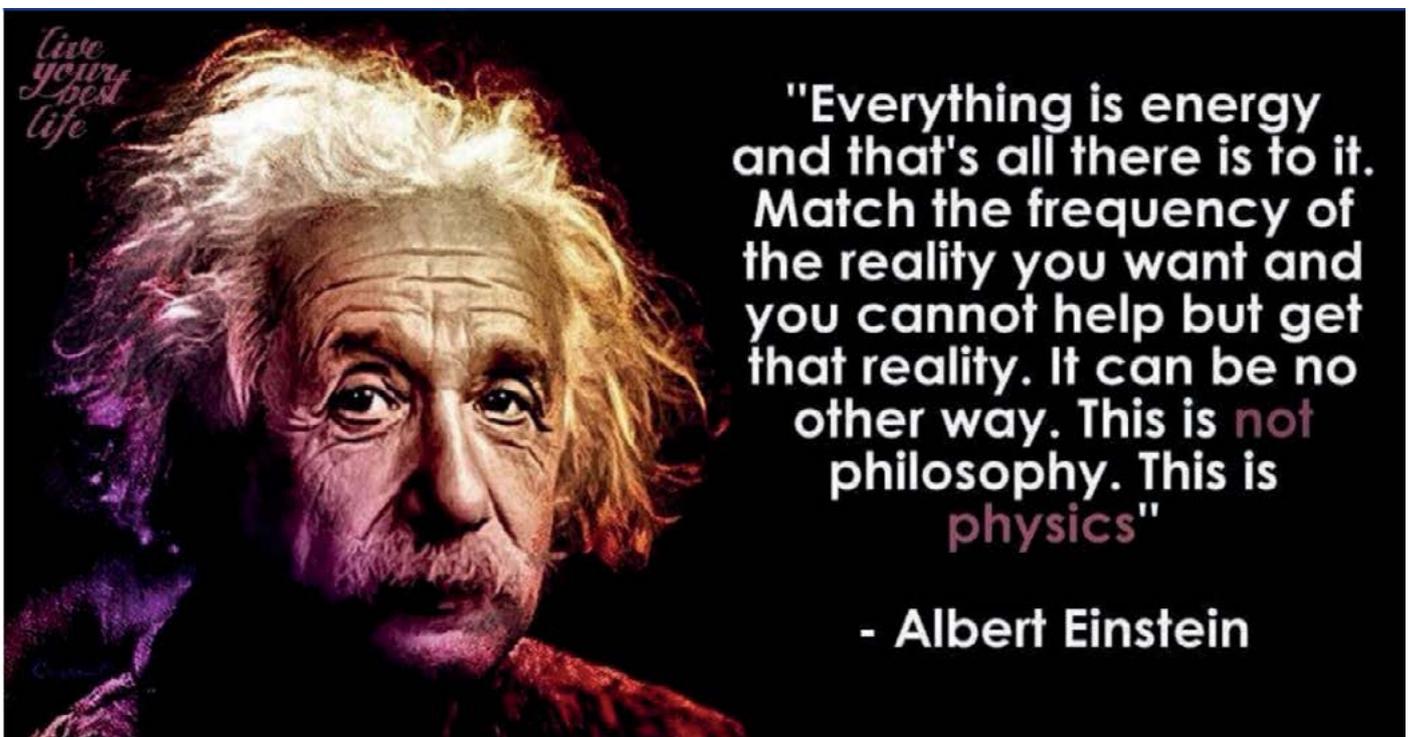
Compiti:
Scrivi in alto su una pagina: "Il vecchio me"

Fai un riepilogo dei punti salienti di ogni tema che abbiamo esplorato. Scrivi le cose più importanti che non desideri più, elencandole in ordine di priorità.

L'Identità Quantica

Durante questo corso ti aiuteremo a creare, passo dopo passo, la persona che desideri essere. Potrai elaborare la tua Identità Quantica, in cui metterai tutte le qualità che desideri possedere. Poi, integrerai l'Identità Quantica nella tua identità attuale, fino al punto in cui sperimenterai appieno la sensazione di vivere nella tua Identità Quantica.

Cambiando le tue convinzioni, attiri ciò che meglio si adatta alla tua nuova identità. Per esempio, se ora ti senti vittima delle circostanze mentre la tua nuova Identità Quantica crede fermamente di poter creare la propria realtà, allora attrarrai sempre più situazioni che si adattano alla tua nuova identità. È la **Legge della risonanza**. Einstein l'ha spiegata in questo modo:



“Tutto è energia e questo è tutto ciò che esiste. Sintonizzati alla frequenza della realtà che desideri e non potrai fare a meno di ottenere quella realtà. Non c'è altra via. Questa non è filosofia, questa è fisica.”
- Albert Einstein

La nuova immagine di te (Identità Quantica)

Quali nuovi schemi, risorse, qualità, capacità e abitudini ha la tua Identità Quantica?

Scrivi più che puoi: di quali risorse hai bisogno per diventare inarrestabile nel tuo percorso verso la vita dei tuoi sogni o il tuo massimo potenziale?

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

Scrivi in questa pagina cosa è importante per te.

L'autostima e l'immagine di te

Cosa dirai a te stesso quando sarai certo del tuo valore, e saprai di essere empatico, gentile, rispettato, pieno di amor proprio, capace di prenderti cura di te, fiero di te stesso e grato per la vita che vivi? Come affronterai le persone negative che cercheranno di sminuirti quando non cederai più il tuo potere e vedrai chiaramente cosa dipende da te e cosa dipende da loro? Cosa dovresti credere o quali qualità dovresti possedere per arrivarci?

1.

2.

3.

4.

5.

Descrivi nella pagina "**La mia Identità Quantica**"
l'immagine di te che avrai.

Salute, vitalità e longevità

Come sarà la tua vita se ti prenderai cura del tuo corpo e del tuo benessere? Cosa potresti fare per migliorare la qualità della tua vita e prolungarne la durata? Per esempio: attività fisica, meditazione, una dieta sana ecc.

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

Scrivi nella pagina "**La mia Identità Quantica**"
almeno due cose che farai diversamente.
E descrivi la vita che vivrai quando diventerai
la tua Identità Quantica.

Amore per te stesso e per gli altri

L'amore per te stesso si esprime quando ricavi del tempo per te, ti prendi cura del tuo corpo e del tuo benessere, stabilisci i tuoi confini e occupi il tuo spazio indipendentemente da quello che pensano gli altri. Chi si prende cura di sé ha anche più energie da dedicare agli altri. Chi non si ama è esausto e ha meno energia da dare.

Descrivi cosa farai quando sarai completamente allineato con l'amore per te stesso e per gli altri. Scrivi almeno due cose per ogni tipo di amore. Se ne scrivi di più è anche meglio!

1.

2.

3.

4.

5.

Scrivi nella pagina "**La mia Identità Quantica**"
almeno due cose che farai diversamente.

Finanze, prosperità e abbondanza

Abbondanza significa avere più del necessario. Più abbondanza crei, più sarai in grado di fare la differenza. Ci sono vari livelli di abbondanza: uno è l'abbondanza di tempo. Molte persone pensano solo a se stesse e non contribuiscono a fare la differenza nel mondo. È per questo che il mondo è così infelice. C'è uno squilibrio dovuto all'indifferenza e alla mancanza di compassione per coloro che sono totalmente privi di risorse, che soffrono o lottano per sopravvivere. Finché non divideremo la nostra abbondanza, l'umanità nel complesso continuerà a essere povera.

Povertà significa vivere al di sotto della soglia dell'agio. Ci sono molte persone in questo gruppo, ma poche sono veramente disposte a tutto per cambiare la loro situazione. C'è chi è bloccato nella convinzione di non essere degno di vivere nell'abbondanza e ha molti conflitti riguardo al denaro e alla prosperità.

Zona del lusso: Potresti già vivere nell'abbondanza e avere molto più del necessario. Per questo corso, la domanda per te è la seguente: come potresti fare una differenza più sostanziale? Ti piacerebbe donare di più in beneficenza? Cosa risveglia più compassione in te? La legge del karma dice: quello che dai ti torna indietro. Hai il coraggio di dare di più? Più denaro, tempo, energie e spirito d'iniziativa?

Se la prosperità aumenta, è sempre benvenuta: Come agirai per tutelare le tue finanze e aumentare il tuo capitale? Cosa potresti fare fin d'ora, anche se non hai più soldi di prima? E se provassi a fare qualcosa di nuovo?

1.

2.

3.

4.

5.

Scrivi nella pagina "**La mia Identità Quantica**" almeno due cose che intendi fare, o che farai diversamente d'ora in poi.

Stato mentale ed emotivo

Nella tua "**Identità Quantica**" hai una mentalità positiva, sei ottimista e motivato. Le critiche sono solo informazioni di cui verifichi il valore. Le emozioni non sono più reazioni automatiche a fattori irritanti. Non lasci che prendano il sopravvento e mantieni il tuo potere personale anche quando gli altri sono scortesii, irrispettosi, negativi o sprezzanti. Li vedi per quello che sono, senza prendere il loro comportamento sul personale.

Cos'altro sperimenti quando mantieni il tuo potere personale? Cos'è diverso nella tua vita?

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

Scrivi nella pagina "**La mia Identità Quantica**" almeno due cose che vivrai d'ora in poi riguardo ai fattori irritanti e allo stress. In quali situazioni saprai mantenere il tuo potere personale?

Spiritualità (connessione con lo spirito)

Immagina di essere guidato dalla tua Coscienza Superiore e di avere una fiducia assoluta nel fatto che tutto ciò ti accade è per il tuo bene. Più difficile è la sfida, più crescerai. E se sapessi di essere guidato verso la pienezza del tuo potere personale verso la migliore versione di te stesso?

Cosa significherebbe per te, e come cambierebbe la tua vita?

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

Compiti:

Compila la pagina: "La mia Identità Quantica".

Prendi un foglio bianco e scrivici in alto "**La mia Identità Quantica**".

All'interno del foglio riepiloga i punti salienti degli argomenti
che abbiamo esplorato.

Scrivi gli obiettivi più importanti che desideri integrare
nella tua identità, elencandoli in ordine di priorità.

Che i giochi abbiano inizio!

Introduzione: Le basi

Una metafora della vita ti rafforza

Scegli una metafora per la tua vita:

La vita è ... una danza... un gioco... una scuola... un'avventura... un viaggio di scoperta...

Scegli tu:

La vita è

Come ti fa sentire questa metafora?
Scrivilo nella pagina "La mia Identità Quantica".

Chi sei?

Io sono il mio potere personale.

Io sono inarrestabile.

Io sono il mio massimo potenziale.

Io sono una macchina per fare soldi.

Io sono un guerriero d'amore, di compassione, di pace, di luce.

Io sono il successo.

Da cosa nasce la tua attitudine?

Scrivi la risposta nella pagina "La mia Identità Quantica"
puoi proseguire a scrivere anche nel retro del foglio.

1. Autostima e immagine di te

L'autostima è una costruzione mentale inconscia connessa all'immagine che hai di te. Non è altro che una falsa convinzione! Nessuno vale più o meno di altri. Sei tu a stabilire il tuo valore, ma puoi anche non determinarlo, lascia che dipenda da ciò che desideri manifestare. Sei tu a stabilire il tuo apporto alla società, così come sei tu a stabilire il valore del tuo apporto.

La falsa autostima è terribilmente insidiosa perché stabilisce dei limiti a ciò che puoi attrarre e di cui puoi godere. Perciò condiziona le tue finanze, le tue relazioni, il tuo livello di felicità e benessere, persino la tua longevità. Il tuo subconscio è programmato per scegliere una cosa o l'altra, ma deve essere programmato per scegliere tutto ciò che rende più felice il tuo cuore, spesso il tuo cuore ha bisogno di una cosa e l'altra!

Mi merito di essere... felice, ricco, amato, snello, sano ecc. **non è corretto!** Per conquistare queste qualità, non conta se te le meriti ma se le regali a te stesso, se ti concedi di attrarle e di goderne. Non devi guadagnare nulla e al tempo stesso hai il diritto di avere tutto, perché nessun'altro lo decide: solo tu!

Così è meglio:

Mi concedo di attrarre e di godermi la felicità e l'amore, la salute e la ricchezza (abbondanza), la condivisione, il dare e ricevere amore, la salute e la vitalità e una vita lunga e felice.

Mi concedo di attrarre ciò che il mio cuore desidera con la massima facilità, sono più che certo di meritare questo e altro!

Niente e nessuno può ostacolarmi in alcun modo, perché sono una calamita per i miei sogni, e ogni giorno faccio passi avanti per avvicinarmi ai miei obiettivi e so che tutto ciò che desidero mi arriverà!

In sintesi:

**Mi merito incondizionatamente tutto ciò
che il mio cuore desidera e molto di più!**

Sogna in grande

È il momento di parlare del tuo sogno più grande!

Cosa vorresti? Qual è l'obiettivo che pensi si trovi ben oltre la tua zona di comfort? Non diamo nulla per scontato. Quello che possiamo fare è aprire la porta al magico potere dalla sincronicità in cui il "come" è subordinato al "cosa". L'universo è milioni di volte più creativo di te nelle manifestazioni. Il modo migliore per realizzare il tuo sogno è diventare la persona che vive in quel sogno (la tua **Identità Quantica**). Secondo le Leggi Quantiche, l'universo deve creare ciò che è giusto per te, è inevitabile. L'unico aspetto che non puoi controllare è come lo farà e quanto tempo impiegherà.

Il mio sogno più grande è

Nella pagina "**La mia Identità Quantica**",
scrivi le seguenti frasi sotto il tuo sogno:

"Sono completamente aperto a manifestare il mio sogno più grande con la massima facilità. Anche se non so come, mi fido completamente delle infinite possibilità dell'universo, e confido che potrà superare le mie aspettative. Sono più che certo di meritarmelo, perché ho diritto di essere sano, vitale, appagato e ricco!"

2. Amore (per te stesso)

L'amore per te stesso ha conseguenze concrete. Cosa significa per te dire che ami te stesso? Significa che ti crei del tempo per stare con te stesso? Per prenderti cura del tuo corpo? Per fare attività fisica? Per meditare? Per seguire un'alimentazione sana? Significa che sei grato del tuo corpo? Sei grato della persona che sei? Sei grato della tua vita? Sei grato delle tue esperienze? Scrivi cosa pensi di aver bisogno per sperimentare l'amore per te stesso. Per te, quali sono le conseguenze concrete dell'amore per te stesso?

Esempi dell'attitudine che integreremo nello svolgimento del corso:

"Sono completamente convinto che amare me stesso e il mio corpo significa creare lo spazio e il tempo per stare con me stesso e pensare a ciò di cui ho bisogno per essere nel pieno del mio potere personale e quindi stabilire dei confini in modo da comunicare chiaramente con gli altri ciò di cui ho bisogno per essere felice e per seguire il mio cuore, indipendentemente dalle conseguenze!"

e

"Ora sono completamente congruente e programmato ai livelli più profondi del corpo, del cervello, del sistema nervoso autonomo e del DNA per eliminare i meccanismi di autosabotaggio che mi impediscono di amare me stesso e di dare a me stesso ciò di cui ho bisogno per essere felice, vitale e sano fino al mio ultimo giorno sulla terra!"

e

"Ora sono completamente congruente e sono pronto ad apportare questi cambiamenti nella mia vita, per essere sempre coerente e comunicare al mondo esterno che io e il mio benessere siamo una priorità e agire di conseguenza, indipendentemente dal fatto che non tutti lo troveranno piacevole e magari mi daranno riscontri negativi per farmi rimanere ancorato al passato."

Scrivi nella pagina **"La mia Identità Quantica"**:
Amo me stesso, e questo significa che sono

3. Salute e vitalità

Scrivi quali abitudini sai di dover cambiare o eliminare. Con quali nuove abitudini intendi sostituirle? Possono essere abitudini molto semplici come prenderti il tempo per consumare i pasti con calma, masticando bene; non comprare più caramelle; mangiare più verdure; fare 30 minuti di attività fisica ogni giorno ecc.

Vecchie abitudini che ostacolano la mia salute e la mia vitalità:

Nuove abitudini che mi aiutano a essere e a rimanere sano e vitale:

Esempi dell'attitudine che integreremo nello svolgimento del corso:

"Programmo completamente il mio corpo, il cervello, il sistema nervoso autonomo e il DNA per bloccare tutti i meccanismi di autosabotaggio che ostacolano la mia salute e la mia vitalità, per mantenere a tutti i livelli uno stato permanente di salute e vitalità che col tempo sarà sempre migliore!"

e

"Ora sono completamente congruente e programmato ai livelli più profondi del corpo, del cervello, del sistema nervoso autonomo e del DNA per eliminare i meccanismi di autosabotaggio che ostacolano la mia salute e vitalità e per sostituirli con programmi che promuovono a tutti i livelli uno stato permanente di salute e vitalità che col tempo sarà sempre migliore!"

e

"Ora sono completamente congruente e pronto ad apportare cambiamenti positivi nella mia vita, come eliminare le cattive abitudini e sostituirle con nuove abitudini che promuovono la salute e la vitalità. So che le prime tre settimane sono le più difficili, intendo essere inarrestabile fino a quando raggiungerò il mio obiettivo!"

Scrivi nella pagina **"La mia Identità Quantica"**
3 abitudini che adotterai nel futuro immediato.

4. Longevità

Cosa pensi dell'invecchiamento? Quali convinzioni limitanti ti vengono in mente su questo tema? Che modelli hai avuto? E quali sono le cose che hai visto e che non vuoi sperimentare? Quali sono gli aspetti dell'invecchiamento che tendi a rimuovere? A che età vorresti arrivare, e perché? Qual è la tua paura principale riguardo all'invecchiamento?

Nuovo punto di vista riguardo l'invecchiamento: Immagina come sarebbe invecchiare con grazia, rimanendo vitale, felice, e attivo fino al tuo ultimo respiro.

Esempi dell'attitudine che integreremo nello svolgimento del corso:

"Programmo completamente il mio corpo, il cervello, il sistema nervoso autonomo e il DNA per bloccare i meccanismi di autosabotaggio che ostacolano la mia longevità, salute e vitalità e per promuovere uno stato permanente di salute e vitalità fino a un'età avanzata!"

e

"Ora sono completamente congruente e programmato ai livelli più profondi del corpo, del cervello, del sistema nervoso autonomo e del DNA per eliminare i meccanismi di autosabotaggio che ostacolano una vita lunga, piena di salute e vitalità e sostituirli con programmi che promuovono a tutti i livelli uno stato permanente di salute e vitalità fino a un'età avanzata!"

e

"Ora sono completamente congruente e pronto ad apportare cambiamenti nella mia vita per vivere una vita lunghissima, piena di salute e vitalità. Sono pronto a eliminare le cattive abitudini e sostituirle con nuove abitudini che promuovono la salute e la vitalità. So che le prime tre settimane sono le più difficili, intendo essere inarrestabile fino a quando raggiungerò il mio obiettivo!"

Scrivi nella pagina **"La mia Identità Quantica"**
Sarò vitale, felice e sano per almeno anni!

5. Amore per gli altri

Rispondi a queste domande anche se in questo momento non hai una relazione sentimentale.

Cosa hai imparato dalle tue relazioni? Quali sono stati gli intoppi? Come hai affrontato i conflitti? Hai saputo mantenere con dolcezza il tuo potere personale, e sei riuscito a negoziare soluzioni soddisfacenti per entrambi? Come hai gestito le tue emozioni? A cosa hai rinunciato? Cosa non hai detto? Come hai affrontato situazioni in cui i tuoi confini o le tue regole sono stati violati? Quali dei tuoi bisogni non sono stati soddisfatti nelle relazioni? Cosa avresti potuto fare meglio per farti rispettare e per stabilire i tuoi confini e desideri? Cos'altro ti piacerebbe cambiare?

Scrivi quali abitudini sai di dover cambiare o eliminare.

Con quali nuove abitudini intendi sostituirle?

Vecchie abitudini che mi impediscono di avere una relazione amorevole:

Nuove abitudini che mi aiutano ad avere una relazione amorevole:

Esempi dell'attitudine che integreremo nello svolgimento del corso:

"Sono completamente convinto che amare qualcun altro significa creare lo spazio e il tempo per stare insieme e risolvere i nostri conflitti con amore, cercando una soluzione soddisfacente per entrambi. So che proietto il mio dolore e i miei traumi sull'altro, questo mi porta ad avere aspettative che non corrispondono al vero e mi fa soffrire perché i miei bisogni non possono sempre essere soddisfatti. Amare qualcun altro significa essere onesto in modo amorevole e definire chiaramente i miei confini e i miei bisogni in modo da poter dare al mio partner ciò di cui ha bisogno!"

e

"Ora sono completamente congruente e programmato ai livelli più profondi del corpo, del cervello, del sistema nervoso autonomo e del DNA per eliminare i meccanismi di autosabotaggio che mi impediscono di amare me stesso, il mio partner e gli altri e per promuovere e sostenere azioni che renderanno la mia relazione la più felice, sana, amorevole e incoraggiante possibile!"

e

"Ora sono completamente congruente e pronto ad apportare cambiamenti nella mia vita in modo da vivere le mie relazioni come le più amorevoli occasioni di crescita e agire di conseguenza!"

Scrivi nella pagina "**La mia Identità Quantica**": Sono consciamente e inconsciamente amorevole nei confronti degli altri e riesco a stabilire i miei confini con facilità.

6. Finanze e prosperità materiale

Se il tema ti riguarda:

Scrivi come stai ostacolando il tuo benessere economico. Per paura? Per avversione al rischio? Per mancanza di fiducia nelle tue capacità? Perché pensi di non riuscirci? Non è realistico che anche tu possa essere ricco?

Un'espressione di questa mentalità (coscienza di scarsità) è evitare di condividere la propria abbondanza con i meno privilegiati. Prova a chiederti: come potrei apportare un contributo più significativo, e per chi o per quale causa vorrei farlo? Cos'altro dovrei fare per migliorare la mia intelligenza finanziaria?

Se adesso hai dei problemi economici, cosa dovrei fare per crearti un futuro diverso?

Cosa mi impedisce di essere e diventare più prospero?

Come dovrei cambiare i miei pensieri, cosa dovrei credere, e chi dovrei diventare per essere o per sentirmi più benestante e ricco?

Esempi dell'attitudine che integreremo nello svolgimento del corso:

"Programmo completamente i miei pensieri, la mente, il cervello, il sistema nervoso autonomo e il DNA per bloccare tutti i miei meccanismi di autosabotaggio, per affermare la mia abbondanza e per sostenere a tutti i livelli il mio benessere finanziario e la mia prosperità, che col tempo accresceranno notevolmente e con facilità!"

e

"Ora sono completamente congruente e programmato a tutti i livelli della mente, del pensiero, dell'identità, del cervello, del sistema nervoso autonomo e del DNA per eliminare ogni meccanismo di autosabotaggio che ostacola la mia abbondanza e il mio benessere economico e per sostituirlo con programmi che mi aiutano ad attrarre automaticamente e senza sforzo abbondanza e denaro che crescono nel tempo!"

e

"Ora sono completamente congruente e pronto ad apportare cambiamenti nella mia vita per migliorare il mio benessere economico e la mia abbondanza e per eliminare le cattive abitudini finanziarie, sostituendole con abitudini intelligenti che col tempo miglioreranno la mia situazione economica e la mia prosperità. Intendo essere inarrestabile fino a quando raggiungerò i miei obiettivi economici e l'abbondanza!"

Scrivi nella pagina **"La mia Identità Quantica"**:
"Quest'anno diventerò più ricco.
Sono una calamita per l'abbondanza e la prosperità".

7. Stato mentale ed emotivo

Il tuo stato mentale ed emotivo comprende la (com)passione, i pensieri, le convinzioni, la capacità decisionale, il modo in cui gestisci le tue emozioni e il significato che assegni agli eventi della tua vita.

Descrivi il tuo stato abituale: positivo, ottimista? Vedi opportunità ovunque o sei molto volubile e ti fai influenzare facilmente dagli altri e cambi spesso idea? Dedichi molte energie ai pensieri negativi? Ti lasci influenzare da quello che gli altri potrebbero pensare di te? Ti lasci influenzare dalle critiche o le vedi solo come informazioni?

Pensieri negativi, convinzioni limitanti e autocritica: cosa ti frena?

Cosa ti piacerebbe cambiare?

Esempi dell'attitudine che integreremo nello svolgimento del corso:

"Programmo completamente il mio corpo, la mente, il cervello, il sistema nervoso autonomo e il DNA per eliminare rapidamente tutti i meccanismi di autosabotaggio che mi impediscono di avere un'attitudine ottimista e di pensare positivo, per trasformare le emozioni negative in potere personale, per promuovere a tutti i livelli uno stato mentale ed emotivo positivo e permanente che diventa sempre più forte col tempo e che mi renderà sempre più consapevole dei pensieri negativi trasformandoli in potere personale alla velocità della luce!"

e

"Ora sono completamente congruente e programmato ai livelli più profondi del mio corpo, della mente, del cervello, del sistema nervoso autonomo e del DNA per eliminare tutti i meccanismi di autosabotaggio che ostacolano l'ottimismo, la felicità e la capacità di vedere la mia vita come (metafora) e sostituirla del tutto con programmi che promuovono a ogni livello uno stato permanente di felicità che cresce regolarmente col tempo!"

e

"Ora sono completamente congruente e pronto ad apportare questi cambiamenti nel mio modo di pensare e nel mio stato mentale ed emotivo per diventare sempre più amorevole, ottimista, amichevole, compassionevole, indulgente, felice e positivo!"

Scrivi nella pagina **"La mia Identità Quantica"**:
Ogni giorno penso sempre più in positivo e miglio
nel trasformare le mie emozioni in potere personale!

8. Spiritualità (connessione con lo spirito)

Introduzione: La coscienza superiore ha vari nomi: sé superiore, scintilla divina, supercoscienza, anima, la tua essenza divina e così via.

Per comprendere questo concetto basti pensare che siamo esseri immortali e pentadimensionali che però sperimentano il tempo in maniera lineare attraverso un corpo mortale e tridimensionale. Dopo questa vita, torniamo alla nostra forma originaria. Secondo la scienza quantica, la nostra coscienza vive al di fuori del tempo e dello spazio, e sperimenta contemporaneamente varie esperienze di vita in vari momenti del tempo lineare. Allo stesso tempo ogni vita ha possibilità infinite di esperienze che avvengono simultaneamente in universi paralleli. Da questa concezione deriva il termine "multiverso".

Il connettore centrale di tutte le esperienze in tutte le sequenze temporali è ciò che chiamiamo la coscienza superiore. Insieme a questa coscienza tu crei la tua esperienza di vita. La tua coscienza superiore può intervenire tramite eventi fortuiti, malattie, incontri, coincidenze e molto di più.

Più è efficace la tua connessione con la coscienza superiore, più agevole è il tuo percorso di vita.

Crei il tempo per entrare nella tua Identità Quantica

Per connetterti con la tua coscienza superiore e per allinearti meglio con la missione della tua vita, è importante che dedichi del **tempo** alla ricerca (meditare, leggere libri, partecipare a seminari ecc.) Il tempo dedicato alla ricerca è tempo dedicato alla creazione di una connessione. Lo studio teorico senza un'applicazione pratica è un bagaglio di conoscenze che non vengono applicate. L'obiettivo finale è lasciarti guidare sempre di più dalla tua coscienza superiore e sempre meno dal tuo ego (le paure e i vecchi programmi).

Scrivi quali abitudini sai di dover cambiare o eliminare. Con quali nuove abitudini le sostituirai?

Vecchie abitudini che mi impediscono di dedicare del tempo alla mia connessione:

Nuove abitudini che mi aiutano a connettermi:

Esempi dell'attitudine che integreremo nello svolgimento del corso:

"Programmo completamente il mio corpo, il cervello, la mente, il sistema nervoso autonomo e il DNA per rimuovere tutti i meccanismi di autosabotaggio che mi impediscono di dedicare del tempo alla mia connessione, per sostituirli con la consapevolezza di rendere la spiritualità una priorità nella mia vita!"

e

"Ora sono completamente congruente e programmato fino ai livelli più profondi del mio corpo, del cervello, della mente, del sistema nervoso autonomo e del DNA per eliminare tutti i meccanismi di autosabotaggio che mi impediscono di seguire il mio istinto e la mia conoscenza superiore, per sostituirli con programmi che promuovono la fiducia nel mio intuito e nella mia saggezza, permettendo alla mia coscienza superiore di guidarmi sempre di più!"

e

"Ora sono completamente congruente e pronto ad apportare cambiamenti nella mia vita per dedicare più tempo e consapevolezza alla connessione con la mia coscienza superiore, per portare a compimento la missione della mia anima e la ragione per cui sono sulla Terra, per investire e lavorare su me stesso per diventare ancora più potente, amorevole, saggio e sempre meno attratto dai bisogni del mio ego e dalle distrazioni materiali, e per esprimere sempre di più la mia autentica essenza spirituale!"

Scrivi nella pagina **"La mia Identità Quantica"**:
Mi prendo del tempo per coltivare la mia spiritualità
e per migliorare la mia capacità di fidarmi e connettermi
con il mio io superiore ogni giorno!

Per il prossimo esercizio riceverai istruzioni dettagliate nel corso

Posiziona i 2 fogli uno accanto all'altro:

- **A sinistra: Il vecchio me (V.M.)**
- **A destra: La mia Identità Quantica (M.I.Q.)**

Processo di Identità: Lascio andare il vecchio me

Passo 1: Leggi il foglio "Il vecchio me" (**V.M.**) e visualizza come sei ora: i tuoi aspetti positivi, cosa desideri cambiare, cosa vuoi lasciar andare, i comportamenti, pensieri, emozioni che intendi trasformare ecc.

"Mi amo e mi accetto esattamente così come sono anche se non sono ancora dove vorrei essere. Ora accetto completamente me stesso e tutte le mie caratteristiche!" **Passo 2: Posizionati sul V.M. e sperimenta come ci si sente a essere te.**

Protocollo di Integrazione Quantica (PIQ)

Passo 2: *"Sono pronto a passare alla prossima fase della mia vita in cui sarò più consapevole, amorevole, sicuro di me, potente, positivo, felice, una calamita per il potere personale e la prosperità, sono pronto a lasciarmi alle spalle il vecchio me che sarà un semplice ricordo di dov'ero."*

Protocollo di Integrazione Quantica (PIQ)

Passo 3: Ora allontanati dal V.M. e posizionati di fronte alla M.I.Q.

"Ora lascio che il vecchio me si dissolva fino a diventare un ricordo di chi ero che mi aiuta a ricordare quanta strada ho fatto nel mio percorso di trasformazione per diventare la versione migliore, più potente, amorevole e felice di me stesso!"

Protocollo di Integrazione Quantica (PIQ)

Processo di Identità: Integro la mia Identità Quantica (M.I.Q.)

Passo 1: Guarda "Il vecchio me" (V.M.) e visualizzalo come la tua vecchia identità. Poi immagina come sarebbe essere il nuovo te, che coltiva nuove abitudini costruttive, pensieri positivi, un'attitudine ottimista, che è il migliore amico di te stesso, più amorevole con te e con gli altri e riesce a trasformare velocemente le tue emozioni in potere personale. Hai un modo di pensare, parlare e sentire del tutto nuovo.

"Mi amo e mi accetto anche se è ancora difficile sperimentare come ci si sente a essere il nuovo me con tutte le mie nuove caratteristiche, ho il coraggio di farlo e decido di intraprendere il processo di trasformazione permanente per diventare la migliore versione di me!"

Protocollo di Integrazione Quantica (PIQ)

Passo 2: Posizionati sul V.M. e sperimenta come ci si sentiva a essere te. Pensa a cosa ti ha portato la tua vecchia identità e cosa non desideri più accettare. Ripeti mentalmente:

"Sono completamente congruente e pronto a integrarmi nella prossima fase della mia vita, in cui sarò più consapevole, amorevole, sicuro di me, potente, positivo, felice, un magnete per il potere personale e la prosperità, sono pronto a lasciarmi alle spalle il vecchio me che sarà un semplice ricordo di dov'ero."

Protocollo di Integrazione Quantica (PIQ)

Passo 3: Ora allontanati dal V.M. e posizionati di fronte alla M.I.Q.

"Sto entrando e mi sto integrando pienamente nella mia nuova identità di potere personale, amore, positività e successo a tutti i livelli e sto seguendo il processo di trasformazione permanente per diventare la migliore versione di me. Il vecchio me è ora un ricordo di com'ero e continuerà a dissolversi finché svanirà completamente!"

Protocollo di Integrazione Quantica (PIQ)

Passo 4: Ora posizionati sulla M.I.Q. Visualizza un nuovo futuro in cui vivi la vita che desideri e sei già diventato chi vuoi essere. Sperimenta questa sensazione con tutti i tuoi sensi.

"Sono entrato e mi sono integrato pienamente nella mia nuova Identità Quantica di potere personale, amore, positività e successo a tutti i livelli, sto seguendo il processo di trasformazione permanente per diventare la migliore versione di me. Il vecchio me è ora un ricordo di

com'ero e continuerà a dissolversi finché non svanirà completamente!"
Protocollo di Integrazione Quantica (PIQ)

**Ripeti questo processo
una volta al giorno per almeno 100 giorni**

You CAN do this!
I believe in you

Roy

Tu puoi farlo!

Io credo in te.

Roy