



DAMANHUR ALCHEMY SCHOOL

## ESERCIZIO DEI CERCHI DI STABILITA'

### FUNZIONI

- accumulare energia nel cerchio e ricaricarsi
- riordinare e stabilizzare le nostre personalità/elementi
- sviluppare la sensibilità, rispetto a quanto siamo riusciti ad accumulare in particolare usando il sensore del palato
- Tracciare un primo cerchio intorno a noi tre volte (traccio carico stabilizzo) indifferente se in senso orario o antiorario
- Questo tracciato rappresenta "noi", abbiamo portato dentro la nostra essenza, che viene rappresentata su altri piani.
- traccio il 2° cerchio (quello esterno) 1 volta, detto di compensazione questo serve ad aumentare di 4 volte il potenziale espresso all'interno.
- Lo traccio in senso opposto al 1° cerchio
- ci si "carica" e quindi si carica il cerchio per qualche minuto del proprio livello/peso iniziatici, usando la respirazione per accumulare energia; più tempo si dedica, maggiore è l'accumulo.
- si traccia una linea di divisione a metà del cerchio, rimanendo all'interno di una delle due metà (semicerchio),
- si sente con la lingua che tocca il palato l'accumulo dell'energia di questo semi cerchio che sensazione genera
- si porta la punta del bastone a terra, fuori, fino a toccare il suolo e si valuta la differenza di potenziale "con la lingua" tra il dentro e il fuori per alcuni minuti
- toccando terra il semi cerchio si scarica
- quando si scarica del tutto, si alza il bastone lo si riporta a se e ci si sposta dal lato opposto cambiando braccio e si ripete la stessa cosa con l'altro braccio.
- I due semicerchi non devono avere potenziale uguale anzi facilmente lo hanno diverso

