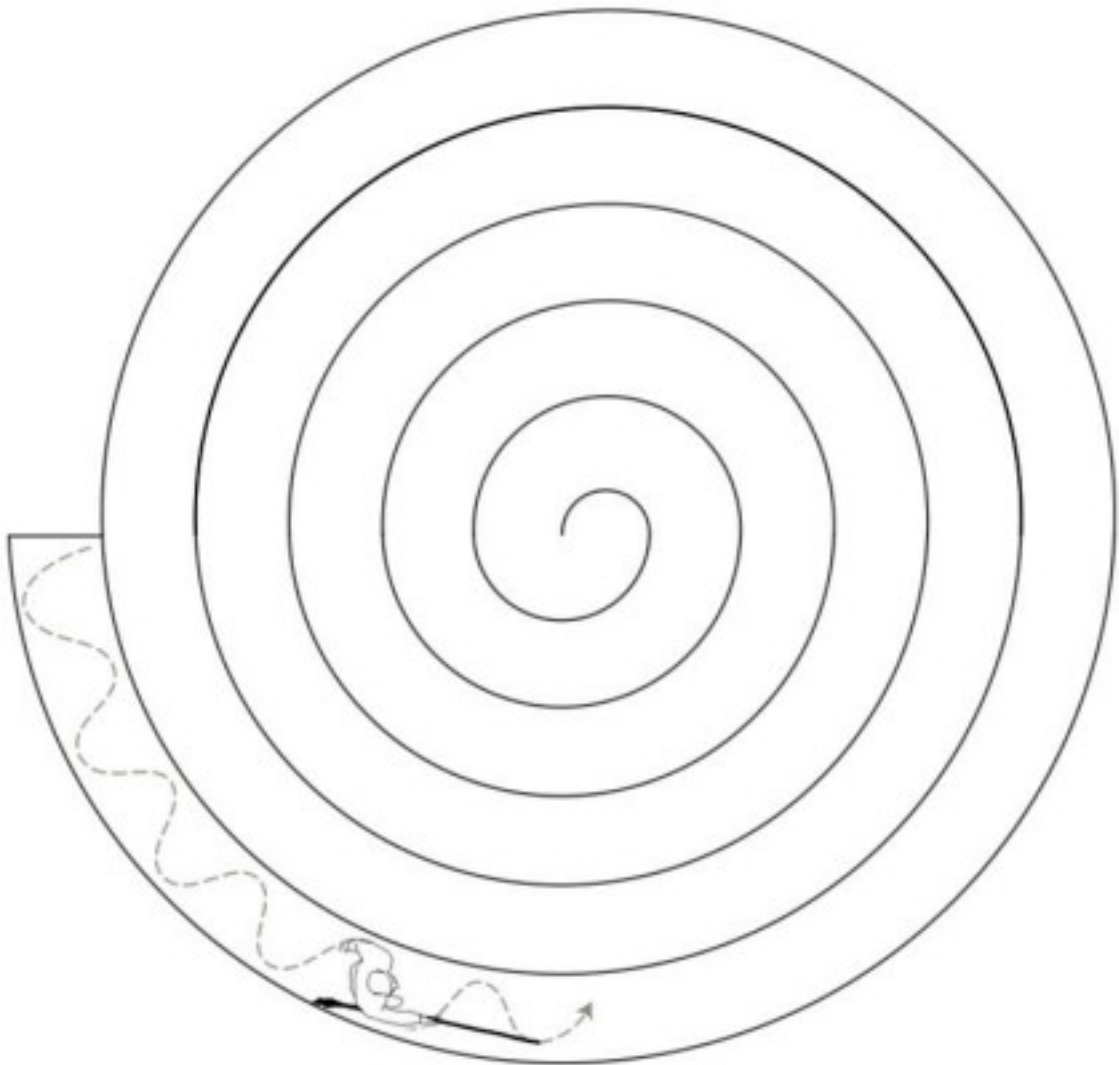




DAMANIHUR ALCHEMY SCHOOL

## LA SPIRALE DI CONCENTRAZIONE



- Ora creeremo una nostra spirale con il nostro bastone, in questo caso creeremo una spirale come figura di concentrazione. È possibile ricomporre parte dei propri corpi sottili attraverso questo sistema

- “Una spirale deve avere almeno 120 passi. Si parte dal centro e si traccia la spirale con il bastone.
- Si può tracciare anche con due mani sul bastone.
- Quando si è ultimata si chiude la porta.
- Si ritorna al centro e si inizia a “pulire”, con la porta chiusa dietro di sè. Siamo dentro la spirale. In questo modo si concentra il potenziale.
- Si ripete l’operazione partendo questa volta dal centro andando verso l’esterno.
- Ogni volta che si va e si torna (che si può fare più volte) cambiano i potenziali
- Se è una spirale personale il nostro potenziale è rappresentato dalla simmetria del nostro corpo, si percorre quindi da una parte e dall’altra

