lifeinstile

SportFashionLifeEntertaiment

Lifeinstile 3.1
anno tre numero uno
Febbraio/Marzo 2011
EURO 2,00

PILATES

ILMO
ISTITUTO LASER
MICROCHIRURGIA OCULARE

IL CARNEVALE

HAKUSHA
BRESCIA
VIVERE NATURALE

MAMME CATTIVE
di Piera Cavini

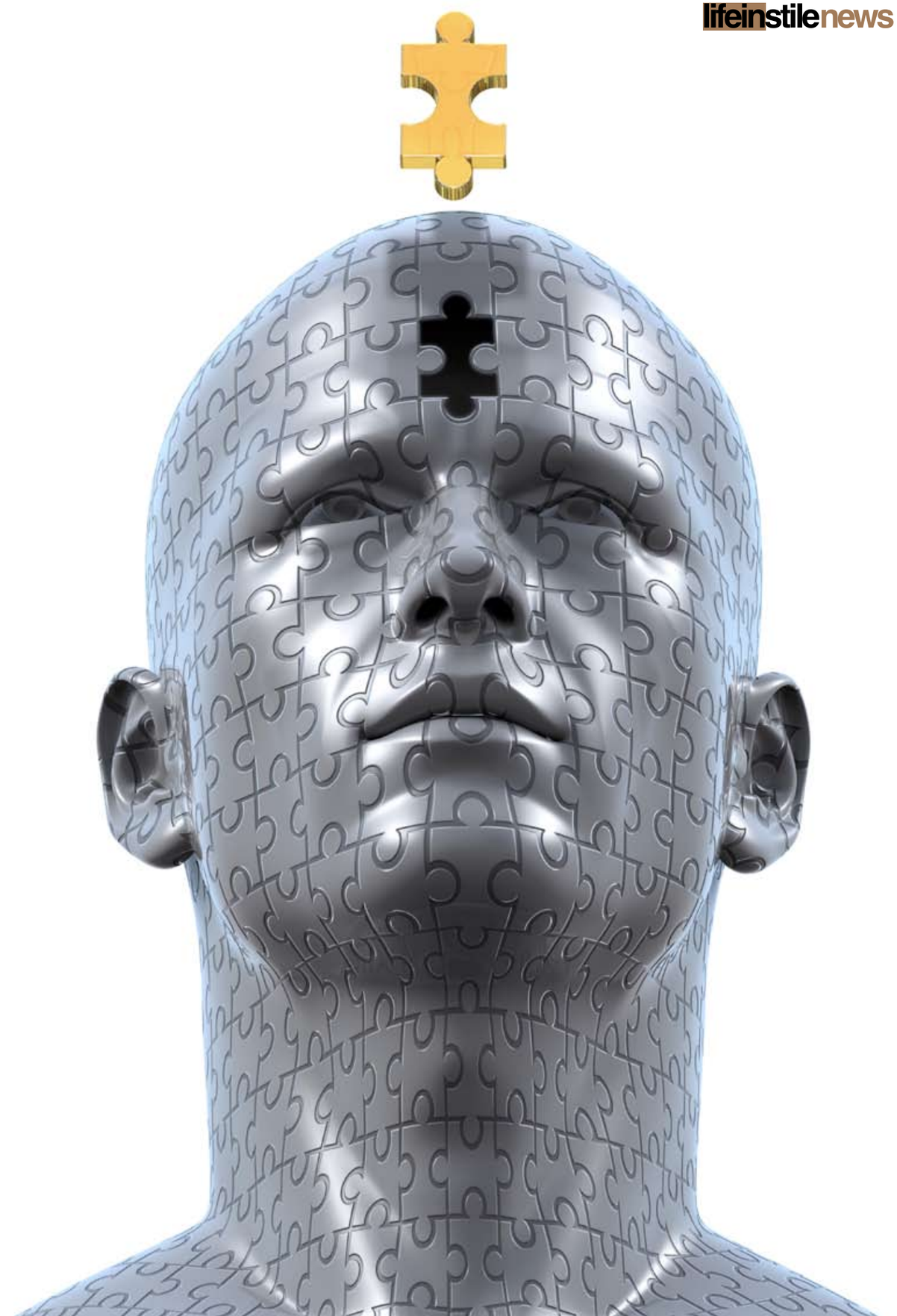
PSYCH-K
INTERVISTA AD ANTONIO PALA

INTERNATIONAL SCHOOL OF BRESCIA

DALLE NEUROSCIENZE AL METODO PSYCH-K: ANTONIO PALA ARRIVA A BRESCIA

Di Massimo Frera

GRAZIE ALLA LIBRERIA IL VELO DI MAYA,
IL 26 E 27 MARZO UN SEMINARIO A BRESCIA
DIRETTO DALLO PSICOTERAPEUTA
ANTONIO PALA E L'INNOVATIVO METODO
PSYCH-K® PER SRADICARE CATTIVE
ABITUDINI E
CREDENZE SABOTANTI CHE
CONDIZIONANO IL NOSTRO BENESSERE.



Albert Einstein ricordava come “un essere umano è una parte di un tutto, che noi chiamiamo Universo, una parte limitata nel tempo e nello spazio”, che sperimenta se stesso, i suoi pensieri e sentimenti come qualcosa di separato dal resto, che ci dà l’illusione di essere in una prigione, limitandoci.
Sentenze come questa hanno spinto molti ricercatori in tutto il mondo a trovare paradigmi e soluzioni per migliorare il nostro benessere. Tra di questi un italiano, Antonio Pala, psicologo, psicoterapeuta, già docente universitario con master in ipnosi clinica, P.N.L., e psicologia dello sport. Pala, cagliaritano ma giramondo, sarà a Brescia sabato 26 e domenica 27 marzo, grazie all’invito della Libreria di Maya (in via Rodi 73 è un punto di riferimento in città per chi vuole approfondire i temi legati al benessere). Proporrà un seminario sull’innovativa tecnica PSYCH-K®, unico psicoterapeuta italiano autorizzato a insegnare questa tecnica. Lo abbiamo raggiunto per capirne di più e conoscerlo meglio.

Dott. Pala, Lei è psicoterapeuta da oltre 30 anni ma il suo curriculum ci parla di una persona molto eclettica che ha cercato risposte anche al di fuori dello standard di studio proposto dall’università italiana- ci può riassumere il suo percorso e parlarci del suo operato?

“Studio e pratico di discipline energetico spirituali da circa 30 anni, dopo la laurea in psicologia ho completato la formazione accademica con una formazione in psicologia analitica junghiana (allievo di Aldo Carotenuto), psicologia sistemica e della comunicazione (con Paul Watzlavick) e un training in psicoterapia tranpsersonale e psicologia dello sport. Successivamente ho integrato la mia formazione con master e specializzazioni varie tra cui in ipnosi clinica (allievo di Ernest Rossi, insieme a Milton Erikson, il più famoso ipnoterapeuta del mondo), P.N.L. e psicologia quantistica.

Alle via ortodosse ho affiancato un itinerario formativo nell’ambito delle medicine tradizionali e, dopo sei anni di studio con i docenti del Beijng College, e quattro con la Colombo University, ho conseguito un dottorato in Qi-Gong e un dottorato in agopuntura. Fin dall’inizio, mi sono dedicato alo studio delle conoscenze sciamaniche, che applico anche nelle mie consulenze ufficiali a importanti istituzioni quali il C.O.N.I. e diverse Federazioni sportive italiane. Attualmente sono presidente dell’Istituto di Scienze Olistiche di Cagliari, che si occupa di ricerca, divulgazione e formazione nell’ambito delle “nuove medicine”. Da diversi anni mi occupo di medicina e psicologia quantistica e ciò mi ha permesso di accedere alle conoscenze e ai processi attualmente riconosciuti in tutto il mondo come i più efficaci in questo campo. Attualmente vivo in Sardegna e lavoro “ovunque” come psicoterapeuta, tenendo conferenze, corsi e seminari, in Italia e all’estero. In realtà queste sono “soltanto” le cose di cui mi occupo, avrei potuto rispondere semplicemente dicendo che dedico la mia vita all’evoluzione e al benessere mio e degli altri”.

Il 26 marzo sarà a Brescia per un seminario su una nuova tecnica per il benessere della persona: PSYCH-K®, cosa è e quali effetti ha?

La nostra realtà è formata dalle nostre “credenze”. Queste, di solito a livello subconscio, sono spesso il frutto di una programmazione che inizia dai primi anni della nostra vita influenzando fortemente il nostro comportamento. Le neuroscienze indicano che quasi il 95% della nostra coscienza è gestita dal nostro subconscio, che è il deposito per le nostre abitudini, i nostri valori e le nostre credenze. Tramite le nostre credenze creiamo quella che è la nostra percezione del mondo e di noi stessi, e tramite queste percezioni sviluppiamo i nostri comportamenti. Se siamo sani desideriamo di cambiare i comportamenti auto sabotanti. Il modo migliore per cambiare un comportamento è dunque cambiare le credenze a livello subconscio che lo supportano. PSYCH-K®, offre diversi metodi per identificare velocemente e trasformare le credenze sabotanti, in credenze che invece ci supportano, in ogni area della nostra vita.

PSYCH-K potrebbe essere definito come una sorta di processo spirituale con benefici sul piano psicologico. è il risultato di “una serie di intuizioni” supportate da anni di ricerca e da migliaia di sessioni individuali e di gruppo. E’ una metodologia estremamente sicura, non invasiva ed efficace per cambiare credenze e percezioni antiquate radicate a livello della nostra mente subconscia, dove tutti i comportamenti umani, sia costruttivi, che distruttivi hanno origine. Bruce Lipton, Rob Williams (fondatore di PSYCH-K) e Gregg Braden (che sarà a Montichiari il 19 marzo, n.d.r.) spiegano molto chiaramente e inconfutabilmente come le frontiere più avanzate della scienza (fisica quantistica, epigenetica e psicobiologia) ci mostrino oggi la vera natura e le reali potenzialità a disposizione del genere umano. L’obiettivo di PSYCH-K è di accelerare l’evoluzione spirituale individuale e collettiva allineando le credenze a livello subconscio con la saggezza del conscio grazie alle più grandi tradizioni intellettuali e spirituali del mondo. L’applicazione pratica di questa tecnica nella nostra vita personale e professionale, porta un senso di pace e soddisfazione mentale, emozionale, fisica e spirituale.
Gli effetti si svelano quindi in ogni parte della nostra vita, in un processo quotidiano di scoperta, dove chi utilizza PSYCH-K si può rendere immediatamente conto di essersi lasciato alle spalle determinate difficoltà relazionali, insicurezze, paure, sensi di colpa, condizionamenti sabotanti, patologie fisiche, disagi mentali, difficoltà economiche, ecc. La casistica di cui sono testimone diretto, è impressionante.

Chi può accedere al Suo corso? e Lei, a chi lo consiglierebbe?

“Il corso è aperto a chiunque voglia prendere in mano le redini della propria vita, assumendosi finalmente la responsabilità delle sue scelte e di ciò che accade, rendendosi autonomo ed efficace nella gestione funzionale della propria salute e del proprio benessere, delle proprie relazioni, del proprio lavoro, della propria carriera, della propria prosperità economica, delle

proprie condizioni di vita e della propria evoluzione spirituale".

Terminato il corso lei torna a Cagliari, ma continuerà a seguire gli iscritti?

"Il corso è strutturato in maniera da garantire la perfetta padronanza di tutte le procedure implicate in PSYCH-K. In ogni caso è assolutamente naturale che dopo un'esperienza del genere si resti in contatto, ed io sono sempre disponibile ad assistere chi mi chiede aiuto. Per far questo ho anche allestito un sito (www.psychintegration.org), attivo da fine febbraio".

Chi volesse approfondire PSYCH-K o saperne qualcosa di più?

Ormai c'è una vasta bibliografia attinente alle tematiche intorno a PSYCH-K e diversi testi li trovate proprio alla libreria Il Velo di Maya. Un libro specifico in Italiano è in fase di traduzione ("The missing piece peace in your life" di Rob Williams, fondatore di PSYCH-K e autore con Lipton del video "la biologia della percezione, la psicologia del cambiamento) Segnalo "La biologia delle credenze" di Bruce Lipton (nel 2006 premiato in USA come la migliore pubblicazione scientifica dell'anno) nel quale l'autore indica PSYCH-K come l'unico modo che lui conosca per trasformare immediatamente ed efficacemente credenze e comportamenti. Altri testi, meritevoli di lettura sono, a mio parere, sempre di Lipton "Evoluzione spontanea"," e di Gregg Braden "la Matrix divina" e "La guarigione spontanea delle credenze", "L'effetto Isaia". Mi preme segnalare anche BLEEP , di Amtz, Chasse e Vincente e come italiani , suggerirei Vittorio Marchi " La scienza dell'Uno". Tornando direttamente a PSYCH-K segnalo il sito internazionale http://dev.PSYCH-K.com e il sito www.psychintegration.org in italiano gestito da me e attivo da fine febbraio (per contatti diretti info@psychintegration.org) e anche il canale youtube http://www.youtube.com/user/DrAntonioPala".

Ringraziamo il Dott. Pala e chiudiamo ancora con le parole di Einstein che, proseguendo il ragionamento iniziale conclude così: "Il nostro obiettivo deve essere liberarci da questa prigione ampliando il nostro cerchio di compassione comprendendo tutte le creature viventi e l'intera natura nella sua bellezza. Nessuno è capace di riuscirci completamente, ma lo sforzo per tale realizzazione è di per se una parte della liberazione e una base per la sicurezza interiore".

Il corso PSYCH-K® con il dott. Pala si terrà sabato 26 e domenica 27 marzo 2011 presso l'hotel Industria di Brescia (Via Orzinuovi 58). Le iscrizioni sono già aperte rivolgendosi alla libreria Il Velo di Maya (tel 030-220352, info@ilvelodimaya.it oppure alla segreteria dei corsi di PSYCH-K®, dott.ssa Patrizia Lotta (tel. 328.8419920 info@psychintegration.org)

Gerard's
COSMETIC CULTURE