

La parte transpersonale del Counseling

La Scuola si pone come obiettivo l'integrazione delle parti legate al mondo della respirazione, il Counseling nel suo modello integrato, le relazioni e la spiritualità.

I Counselor della nostra scuola, così come i loro futuri clienti, possono compiere nuovi passi e imparare nuove abitudini, diventando più saggi e imparando a prendersi cura delle proprie sofferenze, delle emozioni distruttive e delle abitudini che danneggiano se stessi e gli altri. È un percorso che non ha termine perché è possibile aspirare sempre ad una maggior armonia e benessere.

Il nostro obiettivo quello di insegnare alle persone a conoscersi e accettarsi amorevolmente, vivere meglio la propria quotidianità, portare più armonia nelle relazioni, sviluppare uno stile di vita migliore, accrescere il proprio senso di integrazione, diventare il regista della propria vita, comprendendo l'importanza di impegnarsi con costanza ad un percorso di crescita imparando ad amare ciò che si è, ciò che si fa e il mondo intorno a noi.

Per sostenere questo processo, abbiamo bisogno di fortificare la parte adulta-sana, il direttore di orchestra per dirlo come Assagioli: l'insieme di consapevolezza unita alla volontà benevolente, cioè capace di portare del bene a noi e agli altri.

La parte transpersonale e/o spirituale, a cui ci dedichiamo durante il percorso della nostra scuola, consiste nel prendere contatto con quella parte profondamente saggia, positiva e connessa con qualcosa di più elevato, che ci fa sentire appartenenti ad un progetto, ad una Visione. Grazie al lavoro progressivo in questa direzione, possiamo assistere ad un cambiamento radicale di prospettiva: lo scopo della propria vita e una Visione spirituale si possono manifestare. Il fatto che questi Counselor potranno portare questo concetto nella vita di altri e aiutare così ad espandere la bellezza della vita umana, ci fa sentire fieri di quello che stiamo facendo e appartenenti noi stessi a qualcosa di più grande.

La parola transpersonale significa andare al di là, oltre, indicando così ciò che è oltre la parte personale (conosciuta). Quel contatto che molte persone avvertono mentre utilizzano la nostra respirazione durante i corsi o i colloqui individuali. Durante alcune pratiche respiratorie è possibile infatti contattare la parte più saggia e antica di noi così come l'intima natura di luce, l'anima o il Sé spirituale, per come ognuno lo intende. Non si tratta di religione ma di percorso spirituale, totalmente laico e libero da condizionamenti pregressi. Anzi il nostro lavoro ha proprio l'intenzione voluta ed esplicitata di aiutare le persone a liberarsi da dogmi, ipocrisie e obblighi cercando di liberare la coscienza per andare verso qualcosa di più sano, alto e rivitalizzante, libero da condizionamenti.

Il termine trans personale è stato introdotto da Maslow e dagli altri padri della psicologia umanistica per indicare quello che normalmente consideriamo come spirituale. Egli sostiene che la parola trans personale è più neutra, più precisa e che indica ciò che è al di là o al di sopra della personalità ordinaria.

Il nostro approccio è anche in questo caso un approccio esperienziale; partiamo cioè dalla convinzione che sia possibile fare esperienza della dimensione transpersonale. Il risultato di questo processo ha portato molti

nostri studenti a imparare a considerare i problemi della vita da un altro punto di vista, più elevato, cercando i veri valori della vita, cercando l'essenza nelle cose senza lasciarsi confondere dalle apparenze.