



Con il Tapping si dissolvono

di Manuela Minelli

Arriva dall'America ma agisce sui meridiani della medicina cinese. Alberto Simone, psicoterapeuta e tapping therapist spiega come. Dall'11 al 13 novembre a Roma

Il **Tapping**, meglio conosciuto come EFT, Emotional Freedom Technic, è un nuovo metodo energetico, terapeutico e olistico che incide simultaneamente sull'unità Corpo-Mente-Spirito migliorando la condizione energetica generale e dissolvendo blocchi emozionali, paure, convinzioni negative autolimitanti. Si può scoprirlo ed apprenderlo a Roma, in **un corso condotto da Alberto Simone, psicologo clinico, psicoterapeuta e istruttore di Emotional Tapping, che si terrà presso la sede di Harmonia Mundi.**

Il corso è strutturato come un Week End esperienziale di formazione per operatori della salute e del benessere e per chi vuole diventarlo, ma anche semplicemente per chi volesse superare i propri problemi fisici, mentali ed emozionali e costituire una svolta potente per la vita personale e professionale. Proponendo esercitazioni pratiche individuali e di gruppo, Alberto Simone guiderà i partecipanti attraverso un'esperienza rigenerante nel corso della quale tutti potranno provare il funzionamento e l'efficacia del metodo Emotional Tapping su se stessi, per poi familiarizzare con i diversi protocolli applicativi. Insieme alla storia e all'origine del Tapping saranno illustrate le componenti fisiologiche, biochimiche ed energetiche della tecnica, le diverse validazioni scientifiche, le "case histories" esemplificative della sua efficacia. Con l'ausilio di video esperienziali saranno illustrati i diversi campi di applicazione del metodo, che comprende la risoluzione, a volte anche istantanea, di una grande quantità di sintomatologie, blocchi emozionali, convinzioni negative inconscie e autolimitanti sulle più svariate tematiche esistenziali.

Il **Tapping** si sta rivelando uno strumento rivoluzionario che milioni di persone in tutto il mondo utilizzano ormai regolarmente. Può essere usato nelle professioni d'aiuto, ma anche e soprattutto per se stessi, perché guarire se stessi e sentirsi bene è lo strumento terapeutico più efficace che si possa offrire alle persone di cui ci si prende cura, anche professionalmente. Integrando le conoscenze della moderna Psicologia occidentale con quelle della Medicina Cinese, il Tapping incarna sia il sapere scientifico sia la saggezza orientale e permette di accedere a cambiamenti rapidi e duraturi a partire dal modo in cui si pensa, si agisce e si manifesta la propria realtà.

“Ho creato l’Emotional Tapping Method” afferma **Alberto Simone, psicoterapeuta** – dopo averne apprese le componenti essenziali (EFT) negli Stati Uniti, integrandolo con le mie precedenti conoscenze e con la mia formazione professionale. In pochi mesi le richieste di trattamento che ho ricevuto da tutta Italia e dall’estero hanno superato la mia possibilità di soddisfare una domanda crescente di benessere e salute. Per questo ho deciso di formare nuovi terapisti e creare una rete nazionale di supervisione e supporto reciproco. Sono convinto che l’Emotional Tapping rappresenti il futuro nella possibilità di accedere in tempi più brevi al benessere e a una migliore qualità della salute e della vita attraverso una più efficace gestione delle emozioni e del proprio equilibrio energetico”.

Ma come funziona in pratica il Tapping? Il Tapping Therapist guida la persona nell’individuazione di temi limitanti e disturbanti di tipo somatico, psicologico o esistenziale, procedendo successivamente con affermazioni verbali contestualmente all’auto stimolazione per mezzo di semplici tamburellamenti o massaggi di punti energetici mutuati dall’agopuntura, situati sulle mani, sul viso e sul tronco” **ci spiega Alberto Simone** – Il Tapping coinvolge simultaneamente tanto la sfera energetica che quella emozionale ed è in grado di dissolvere blocchi e convinzioni negative autolimitanti.”

Possibile che senza medicinali e solo con il tamburellamento delle dita si possano risolvere problematiche quali dolore, depressione, obesità ?

Secondo Alberto Simone, ma anche a sentire le innumerevoli testimonianze di persone che si sono sottoposte a questo metodo, sembra proprio di sì.

“Tutti i trattamenti farmacologici agiscono temporaneamente e devono essere rinnovati almeno finché l’organismo non reagisce autonomamente alla patologia” **spiega Alberto Simone** “Non è nulla di magico o di paranormale, ma i risultati parlano chiaro. In uno studio condotto in Svezia, i pazienti affetti da fibromialgia a cui sono stati assegnati esercizi di Tapping hanno riscontrato un miglioramento del 29% per quanto riguarda i sintomi della depressione e una diminuzione del dolore pari al 22% in appena otto settimane, un risultato che non avrebbero potuto ottenere con un trattamento convenzionale. Uno studio condotto su 96 adulti obesi/sovrappeso presso la Facoltà di Medicina della Griffith University, in Australia, ha riscontrato che i partecipanti addestrati a utilizzare il Tapping hanno riportato una forte riduzione delle voglie legate al cibo. Uno studio di follow-up eseguito a un anno di distanza ha dimostrato risultati duraturi e una riduzione complessiva dell’Indice di Massa Corporea (o BMI) dei partecipanti.”

La psicologa americana Lori Leyden ha dato vita a un progetto fondato sul perdono e proponendo un modello di pace universale, curando proprio con l’Emotional Freedom Technic, ovvero il Tapping, i disturbi post traumatici da stress delle vittime degli orfani delle vittime del genocidio in Ruanda. Su You Tube si può trovare un reportage e l’intervista alla dottoressa Leyden. E se il Tapping è riuscito a guarire corpi e anime da situazioni così devastanti, siamo fiduciosi che potrà essere la più semplice, economica ed efficace Medicina del futuro.

Proprio perché l’intenzione del Dottor Alberto Simone è quella di formare quanti più possibili tapping therapist, il cui aiuto potrebbe essere fondamentale anche per coloro che hanno perso tutto nei recenti terremoti, il corso prevede facilitazioni per giovani e studenti.

Maggiori informazioni:

<http://www.emotionaltapping.com/dai-una-svolta-potente-alla-tua-vita-e-al-tuo-lavoro.php>

Link di Iscrizione:

http://www.harmonia-mundi.it/iscrizione_evento.php?id=2355

Dove:

Harmonia Mundi – via dei SS. Quattro 26/a 00184 Roma

Tel: 06-70476834 / 349-3400396

Quando: 11 – 12 – 13 Novembre 2016