

# LIBERI DAI CONFLITTI ESPORANDO IL PROPRIO GIUDICE INTERIORE



Resort Dominio Bergeggi  
Dominio Mare

da venerdì 18 febbraio a domenica 20 febbraio  
2022

Associazione Insieme

Tel. 338 9173273 mail: [isabellainsieme@gmail.com](mailto:isabellainsieme@gmail.com)

Un seminario di comprensione profonda che affronta la tematica del giudizio: come nasce, come crea una realtà di separazione, confronto, svalutazione, ansia, senso di colpa.

Offre ai partecipanti diversi strumenti per riconoscere nell'auto-giudizio la causa primaria di ogni conflitto e strumenti pratici per uscirne.

Il Giudice Interiore o Super ego, è una struttura interna, mentale, emozionale per lo più inconscia, che si è creata nell'infanzia ed è tutt'ora attiva.

Possiamo riconoscere, nel nostro Giudice Interiore, tutti i modi di fare e di pensare, tutti gli atteggiamenti, le convinzioni, la mentalità che non sono scaturiti da noi, ma dal sistema emotivo di controllo in cui siamo cresciuti e che abbiamo introiettato.

La funzione principale del Giudice è quella di garantire la nostra sopravvivenza difendendoci contro il cambiamento e mantenendo lo status quo; fissando quindi costantemente limiti e restrizioni all'esperienza e facendo sì che i limiti siano rispettati attraverso il nostro senso di colpa, la vergogna, l'autopunizione ecc.

I messaggi fondamentali del Giudice sono: Dovresti essere diverso!  
Non cambi mai!

Uscendo dal conflitto e integrando le potenzialità proprie del Giudice Interiore si può ritornare a vivere da persone libere, riconduce il proprio Essere ad uno stato di libertà, di pace e di gioia.

Tre giorni insieme per permetterti di riconoscere ed entrare in contatto con il Giudice Interiore e poter vivere liberamente il Tuo valore e riuscire a farne uso con consapevolezza nella Tua vita.

Temi trattati:

- conoscere il Giudice Interiore;
- sperimentare l'energia del Giudice Interiore;
- attivare le proprie risorse interiori



Cenni organizzativi:

Il Corso ha una durata di tre giorni con inizio alle ore 17,30 del venerdì e conclusione nel pomeriggio della domenica.

Per informazioni rivolgersi a:

Trainer Dott.ssa Isabella Benzoni - 338 9173273 - [isabellainsieme@gmail.com](mailto:isabellainsieme@gmail.com)