

# IL GIUDICE INTERIORE 1

LA LIBERTÀ DI ESSERE SE STESSI

Il Giudice Interiore (Superego) è quella parte della psiche che **controlla** la nostra vita quotidiana attraverso giudizi, aspettative, paragoni, minacce. Quanto tempo passiamo **svalutando** noi stessi, la nostra immagine, capacità, storia, sentendoci **colpevoli**, pieni di vergogna o combattendo contro queste emozioni?

Questo gruppo ha lo scopo di **capire** perché c'è un Superego, come si è formato e quali sono le sue funzioni. **Imparare** che IL GIUDICE NON SONO IO!, a dissolvere i meccanismi di conflitto interni ed esterni ed il ciclo di attacco-reazione.

**Riconnetterci** con il nostro Essere, la forza essenziale e il diritto di esistere come individui.

**APR 12-13-14**

**Posti limitati**

**tel 3 9 3 2 7 7 5 6 4 3**

**Kapil Nino Pileri**

Insegna Cranio-Sacrale e Dimensioni dell'Essere. Conduce gruppi sul Giudice Interiore e ritiri "Chi sono io?" e "Satori".

**MINDFULNESS SARDEGNA - VIA DANTE 85, CAGLIARI**

**[www.mindfulnesssardegna.it](http://www.mindfulnesssardegna.it)**