

# Oltre la Maschera. Dalla Paura alla Fiducia

Seminario Residenziale di Analisi e Pratica Bioenergetica condotto da Flavio Panizza e  
Cristiana Zanette, psicologi e psicoterapeuti bioenergetici

Moncucco (Asti), 14-16 giugno 2019



Il seminario esperienziale, intende offrire l'occasione di misurarsi nel proprio viaggio con la Maschera che indossiamo da così tanto tempo, da rischiare di confonderla con il nostro viso. Sono i ripetuti "Traumi Evolutivi" che ci portano a strutturare la Maschera e quindi un insieme di difese psichiche e somatiche inscritte nel corpo attraverso contrazioni muscolari croniche che fanno venire meno la consapevolezza, mantenendoci nascosti. La maschera, oltre a proteggerci, assolve a dei criteri che ci fanno sentire più accettati e meritevoli d'amore, perché è gradevole e socialmente accettabile. Ma ci allontana dalla nostra casa e così facendo perdiamo il contatto e l'espressione gioiosa della nostra vitalità. Saper onorare la Maschera che ci ha protetti dall'essere feriti nuovamente è importante, ma molte volte il peso delle nostre difese diventa più insostenibile delle possibili ferite, dalle quali ci vorremmo proteggere. Spesso è proprio la paura a mantenere la nostra Maschera, mentre l'accettazione e la compassione del nostro bambino ferito permette di svelarci e di aprirci nuovamente alla vita e alla fiducia di essere accolti e amati.

**Per Informazioni e Prenotazioni:** Cristiana t.3478723657

**Luogo/Come Arrivare:** Centro Armonia, Cascina Valgomio , Frazione Barbaso, Moncucco Torinese (Asti) tel. 0119874917, t. 3383880176 Raffaele. [www.centroarmoniavalgomio.it](http://www.centroarmoniavalgomio.it)