- Workshop -

LA SPA NEL PARCO
TERME DI MONTICELLI

LIBERARSI DA GIUDIZIO E AUTOGIUDIZIO



Una giornata per riconoscere il giudice interiore e coltivare un rapporto più consapevole con sé e con gli altri.

DOMENICA 22 NOVEMBRE 2026

Dalle 9:00 alle 18:00

Hotel delle Rose · Monticelli Terme (Parma)
Via Montepelato Nord, 6



CONDUCONO

DARPAN
Counselor olistico specializzato in Giudice Interiore, Dimensioni dell'Essere e Intensivi di Consapevolezza "Who Is In?".

JAYANTA MAHARAJ
Specializzato in Mindfulness Psicosomatica, Dimensioni dell'Essere e "Who Is In?". Conduce percorsi di crescita e ritiri di consapevolezza.

IL TEMA DEL WORKSHOP: IL "GIUDICE INTERIORE"

«Non sei abbastanza.» «Avresti dovuto fare meglio.»
Il "**giudice interiore**" è quella voce che critica, confronta e svaluta.
Può condizionare le nostre scelte, frenare la spontaneità e influenzare il modo in cui viviamo le relazioni.

COME LAVOREREMO

Brevi momenti teorici si alterneranno a **meditazioni**, **esercizi corporei** e di percezione e **pratiche di indagine personale**.

QUOTA DI ISCRIZIONE

€ 95 a persona

previsto pranzo autonomo o servizio bar a prezzo convenzionato

INFORMAZIONI E ISCRIZIONI
Telefono 0521 659190
WhatsApp 351 4059190
info@laspanelparco.it