



Conferenza gratuita con la Dott.ssa Monica Fasoli  
psicologa psicoterapeuta



## L'appagamento interiore: chi sei tu veramente?

Ognuno di noi vive pensando di dover essere, in un modo o nell'altro,  
diverso da come è:

...più simpatico, più attraente, più brillante, più magro o più grasso,  
più gentile o più cattivo, più deciso o più riflessivo...  
e l'elenco potrebbe non avere fine...

Viviamo sforzandoci continuamente di essere in un certo modo, di  
essere migliori, di apparire o di nasconderci, e così facendo perdiamo  
noi stessi.

Questo senza che ce ne accorgiamo ci causa dubbio, insicurezza,  
irrequietezza, insoddisfazione.

E poi cerchiamo all'esterno false soluzioni, cerchiamo all'esterno  
qualcosa che ci rassicuri, qualcosa che ci riempia, qualcosa che ci  
appaghi, senza mai riuscire a trovarlo.

La via per uscire da questa trappola è diventare consapevole di chi sei  
tu veramente, sperimentare la tua vera natura, tornare al tuo Vero Sé.  
La via più diretta per questo obiettivo è l'**Intensivo di Illuminazione**.

Monica parlerà di questa opportunità unica e anche di altri weekend  
intesi a ritrovare te stesso su specifici argomenti della vita pratica.



## **EDIZIONE 2014 L'APPAGAMENTO INTERIORE:**

Queste le tematiche che verranno affrontate nei 6 weekend condotti da Monica a cui si aggiunge l'Intensivo di Illuminazione della durata di 3 giorni:

### **SUCCESSO**

È un bisogno naturale dell'individuo avere successo.

Vogliamo avere successo in quello che facciamo! Anche se spesso la mancanza di autostima e i condizionamenti che ci portiamo addosso non ci consentono di realizzarlo o peggio ci fanno negare questa naturale propensione.

Ci sono infiniti ambiti di possibile successo, non solo professionale, economico e sociale come spesso si intende. Successo nei rapporti, nella propria crescita personale, nel vivere correttamente, in ogni ruolo che ricopriamo nella vita (marito, moglie, figlio, amico, capo, ecc.).

Sarà un'opportunità per te per scoprire in quale ambito hai successo e in quale no, cosa ti limita nell'averne, dove vorresti fare progressi secondo la tua opinione e non secondo canoni esterni, e come fare per averli.

### **PIACERE**

È naturale per l'essere umano desiderare il piacere. Ma c'è così tanta confusione a riguardo! Condizionamenti opposti gli uni agli altri che ci intrappolano. Da una parte la negazione del piacere visto come negativo e il senso di colpa correlato a questa negazione, e dall'altra parte la ricerca del piacere in modo compulsivo come fine ultimo, che svuota la vita di un individuo e lo lascia inappagato sotto molti altri aspetti.

Il piacere richiede di essere nel momento presente, senza colpa e senza rincorrerlo come obiettivo, lasciando che accada quando viene.

Avrai l'opportunità di scoprire ciò che ti limita e condiziona nel lasciarti vivere il piacere e fare dei progressi a riguardo.



## **COMUNICAZIONE**

La comunicazione è il mezzo attraverso il quale ogni individuo può esprimere se stesso ed essere in relazione con gli altri. Entrambi sono elementi fondamentali per la realizzazione e l'appagamento personale.

Avrai la possibilità di scoprire cosa ti limita e condiziona nell'esprimerti, di apprendere nozioni e tecniche di comunicazione ed esercitarti nel loro utilizzo, di fare progressi concreti nel tuo modo di comunicare ed esprimerti.

## **UOMO - DONNA**

L'energia maschile e l'energia femminile sono universi diametralmente opposti (e complementari).

Questo genera difficoltà di relazione e di comunicazione con l'altro sesso. Conoscere le differenze e imparare cosa fare a riguardo permette di costruire rapporti con l'altro sesso più sereni e più appaganti. Permette di smettere di vivere gli uomini come "stupidi" e le donne come "pazze" e di smettere di sentirsi rassegnati a riguardo.

E invece scoprirne il segreto e magicamente comprendere quel mondo misterioso che ci attrae così tanto che è l'altro sesso.

## **SESSUALITÀ**

La sessualità coinvolge l'individuo nella sua totalità, sul piano relazionale, fisico, emotivo, mentale e spirituale. Quando è vissuta nella sua totalità può essere un'esperienza di profonda espressione di sé, di abbandono e di unione con l'altro, di profondo appagamento. Parimenti quando è bloccata può essere fonte di profonda frustrazione.

Avrai l'opportunità di conoscere di più te stesso rispetto alla tua energia sessuale e al tuo modo di viverla ed esprimerla e di sciogliere alcuni nodi che ti limitano.



## **COSTELLAZIONI FAMILIARI**

La Costellazione è una straordinaria opportunità per entrare in contatto con le dinamiche profonde della famiglia e trasformare le eredità che ci portiamo addosso e che ci condizionano.

In ogni famiglia si possono presentare schemi distruttivi ricorrenti. E comprenderli e spezzarli può essere indispensabile per raggiungere i propri obiettivi nella vita.

Attraverso la tua costellazione avrai la possibilità di vedere rappresentata una tua situazione di vita dove senti di essere bloccato o senti di fallire, divenendo consapevole di quegli aspetti nascosti che la irretiscono e sabotano la tua realizzazione e la tua capacità di amare. Questo crea spazio per nuove soluzioni favorendo il cambiamento.

## **INTENSIVO DI ILLUMINAZIONE**

Un'esperienza oltre le solite esperienze. Un ritiro residenziale di meditazione per scoprire chi sei tu veramente. Per sperimentare la tua vera natura. Per tornare al tuo Vero Se...

---

### **La dott.ssa Monica Fasoli**

E' una psicologa psicoterapeuta ad indirizzo cognitivo-costruttivista che si è interessata ed appassionata alla ricerca e crescita spirituale.

L'occasione fu nel 2000 l'incontro con Lawrence Noyes, uno degli allievi più vicini a Charles Berner che fu l'ideatore dell'Intensivo di Illuminazione.

Egli la introdusse a questa profonda via e da allora Monica, parallelamente alla sua attività di terapeuta cognitivista, tiene regolarmente Intensivi di Illuminazione, avendo prima di tutto personalmente e poi professionalmente sperimentato quanto profondamente il risveglio alla propria vera natura renda l'individuo più libero di esprimere sé, più capace di decidere, di avere relazioni appaganti, di rilassarsi rispetto a se stesso, agli altri, alla vita, ed in generale di approfittare di qualsiasi altro tipo di aiuto e di strumento per risolvere problemi, perseguire obiettivi, affrontare le sfide della vita.

Per informazioni:

[www.monicafasoli.it](http://www.monicafasoli.it)

[info@monicafasoli.it](mailto:info@monicafasoli.it)

+39 346 0889295

 Intensivo Di Illuminazione