

ARCHETIPI
PATERNO E MATERNO:
CHIAVI PER IL TUO
BENESSERE INTERIORE

a cura di Barbara Sottocornola

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

Guarisci gli Archetipi Paterno e Materno e Ritrova Armonia nella Tua Vita

Dentro di noi convivono due potenti energie che ci accompagnano per tutta la vita: il Paterno e il Materno. Non si tratta solo delle figure dei nostri genitori biologici, ma di veri e propri archetipi, forze interiori che guidano il nostro modo di agire, sentire e relazionarci.

Questi archetipi hanno un impatto profondo su come affrontiamo le sfide, amiamo e ci prendiamo cura di noi stessi. Quando sono feriti o squilibrati, possono generare blocchi, insicurezze e schemi di comportamento che ci tengono ancorati al passato. Possiamo sentirci persi, non meritevoli, incapaci di esprimere il nostro potenziale.

Ma c'è una buona notizia: quando gli archetipi vengono guariti e armonizzati, accade qualcosa di straordinario. Ci sentiamo più radicati, fiduciosi e capaci di costruire relazioni sane e autentiche. È come se ogni pezzo del nostro puzzle interiore trovasse finalmente il suo posto, permettendoci di vivere con più gioia, equilibrio e autenticità.

Cosa Succede Quando Gli Archetipi Sono Squilibrati?

Per una donna

- **Archetipo paterno non sano:**
difficoltà a dire “no”, a difendere i propri confini o a prendere decisioni con sicurezza. Si può cercare approvazione dagli altri, specialmente dagli uomini, sentendosi spesso inadeguate.

- **Archetipo materno non sano:**
fatica a prendersi cura di sé stessa, mettendo sempre gli altri al primo posto. Il senso di colpa diventa un compagno costante, insieme alla sensazione di non essere mai abbastanza.
- **Entrambi non sani:** la vita sembra una continua lotta, senza equilibrio tra forza interiore e capacità di accogliere e nutrire.

Per un uomo

- **Archetipo paterno non sano:**
insicurezza e paura del
fallimento, con un bisogno
continuo di dimostrare il proprio
valore attraverso il successo o il
controllo.
- **Archetipo materno non sano:**
difficoltà a esprimere emozioni e
connettersi con gli altri a un
livello più profondo, con la
sensazione di essere sempre “da
soli”.

- **Entrambi non sani:** relazioni conflittuali, difficoltà a trovare scopo e direzione nella vita, e un vuoto interiore che sembra impossibile da colmare.

Benefici della Guarigione

Guarire questi archetipi è un atto di amore verso noi stessi e la nostra vita.

Quando iniziamo questo viaggio interiore:

- Ci sentiamo più sicuri e radicati, capaci di affrontare le sfide con fiducia.
- Le nostre relazioni diventano più equilibrate e nutrienti, sia con noi stessi che con gli altri.

- Riconosciamo e onoriamo le nostre emozioni, senza esserne sopraffatti.
- Troviamo una nuova chiarezza e direzione, seguendo la nostra missione di vita con gioia.
- Scopriamo cosa significa davvero amare sé stessi, accettando ogni parte di noi, anche quelle più vulnerabili.

Una Strategia per Iniziare

Iniziare il lavoro sugli archetipi non richiede grandi stravolgimenti, ma una scelta consapevole di ascoltarsi e prendersi cura di sé. Ecco cosa ti propongo:

I. Sessione Singola di Riconoscimento degli Archetipi

In questa sessione, esploreremo insieme i tuoi archetipi paterno e materno per comprendere in che modo stanno influenzando la tua vita.

È un momento dedicato a te, per identificare eventuali ferite o blocchi e gettare le basi per il tuo percorso di guarigione.

2. Percorso di Guarigione Interiore degli Archetipi

Un cammino più profondo e personalizzato, pensato per accompagnarti nella trasformazione di questi schemi disfunzionali.

Attraverso meditazioni guidate, visualizzazioni e strumenti pratici,

lavoreremo per integrare le energie
sane del paterno e del materno,
portando equilibrio e armonia nella
tua vita.

Scopri come stanno i tuoi archetipi!

Clicca qui sotto
per iniziare **insieme**
il tuo percorso di guarigione @



Scopri i tuoi
archetipi

info@barbarasottocornola.it

www.barbarasottocornola.it