

## TRAINING ACQUARIANO

L'individuo sin dai primi giorni di vita si trova immerso in una rete di relazioni: i rapporti con i genitori, i fratelli e sorelle, i nonni, gli zii, gli amici, e poi gli educatori, gli insegnanti. Ripetendo le parole della mamma, il bambino apprende il linguaggio e la comunicazione è già impregnata di desiderio, insegna che cosa gli è concesso fare e cosa è utile desiderare. Spesso vogliamo quello che ci sia stato insegnato dagli altri, o cerchiamo di ottenere quello che desiderano gli altri.

Faremo un percorso per individuare l'immagine che abbiamo di noi stessi e scopriremo come si è creata questa immagine.

Quanto di come io vedo me stesso è autentico oppure ho imparato a guardarmi come mi vedevano gli altri? Spesso le nostre azioni e i nostri pensieri sono ripetitivi e abitudinari, noi continuiamo a ripetere lo stesso tracciato. Quanti sono i nostri gesti e le nostre abitudini programmate? Quando immettiamo il conduttore automatico, e come perpetuiamo nel tempo queste situazioni ripetitive? Quali sono i nostri pregiudizi, opinioni e credenze che determinano i nostri eventi? Esiste la possibilità di rompere le catene e aprirci a un nuovo orizzonte?

Questo è un percorso importante per aprire una nuova visuale e comprendere la nostra vera essenza.

