



**RI
COSTRUIAMO
CI**

RECUPERANDO
QUANTO ABBIAMO
IGNORATO
DI NOI STESSI

AFFRONTIAMO IL CAMBIAMENTO

Raggiungiamo l'equilibrio in noi
e tra noi per una serena quotidianità

Tutti noi ci troviamo ad affrontare una quotidianità ed un futuro che saranno decisamente diversi da quanto abbiamo conosciuto e vissuto sino ad ora.

Ci troviamo a vivere tutto questo con obiettivo disorientamento, preoccupazione ed a volte con profonda angoscia. Emozioni disfunzionali che ci portano ad interrogarci su come potremo affrontare al meglio la quotidianità ed il futuro ricercando quell'adeguata comprensione di noi stessi e di quanto ci circonda nell'intento di metterci in equilibrio con chi amiamo e con la società.

Ci rendiamo conto che tutto questo richiede un notevole sforzo ed una lucidità interpretativa e mentale che spesso è difficile da raggiungere da soli.

Se tutto questo è vero per tanti è anche vero che un aiuto può e deve arrivarci dall'esterno e da quanti come noi, vivendo le medesime condizioni ed avendo già affrontato questo mare in tempesta, possono aiutarci a vincere questa sfida epocale.

Superare tutto questo, superare i limiti che abbiamo sempre creduto di avere, superare quelle emozioni che oggi ci deteriorano tramutandole in un potente "ricostituente" capace di permetterci di evolverci e meglio relazionarci con i nostri cari ed il mondo esterno.

Questo percorso ha l'obiettivo di aiutare a meglio comprendersi e comprendere ciò che ci aspetta con l'obiettivo



RIEM
ERGO

A woman in a white tank top and dark shorts is walking away from the camera on a sandy beach. The beach is wide and flat, with gentle waves lapping at the shore on the left. In the background, there are high, layered cliffs under a clear blue sky. A series of footprints leads from the foreground towards the woman, suggesting a path or journey. The overall mood is serene and contemplative.

Questo percorso ha l'obiettivo di esaltare quella forza che è in noi e che spesso non conosciamo perfettamente, di portare alla luce quei valori che, sino ad oggi, non abbiamo avuto necessità di far emergere e di rimetterci in moto per affrontare equilibratamente il presente ed il futuro.

Fai
il primo
passo