

# Esercizio 1

---

*So chi sono al di là del mio nome, del mio lavoro, del mio status sociale, del mio corpo e delle mie qualità caratteriali?*

---

---

---

---

---

---

*Sono consapevole di avere qualità e limiti, ma di non essere né quelle qualità, né quei limiti?*

---

---

---

---

---

---

*Qual è la convinzione più potenziante che ho di me stesso? Questa convinzione come influenza le mie esperienze?*

---

---

---

---

---

---

---

---

*Qual è la convinzione più limitante che ho di me stesso? Questa convinzione come influenza le mie esperienze?*

---

---

---

---

---

---

---

---