## מה גורם לי להיות אני?

"כשם שפרצופיהם שונים כך דעותיהם שונות", כך לימדונו חז"ל במסכת ברכות, ונראה שהשוני והגיוון הקיים בין בני האדם איננו רק במראה חיצוני או בהשקפת עולם, אלא הוא מתחיל כבר בעובדה שלכל אחד מאיתנו יש עולם פנימי משלו, עולם המעצב את היחס והמפגש שלנו עם המציאות באופן הייחודי והעצמאי רק לנו.

ייתכן ושאלת את עצמך לא פעם: למה אני כזה? מה גורם לי להיות דווקא עם עולם ומבט כזה?

לפניכם "עוגה" ועליכם לחלק אותה למרכיבים שלדעתכם משפיעים על ה"אני" שלכם. תנו לכל פרוסה את הגודל המתאים לה מבחינת השפעתה על ה"אני" שלכם.

ניתן להשתמש במרכיבים הבאים, וכמובן ניתן ואף רצוי להשתמש במרכיבים משלכם: המשפחה שלי, ההורים שלי, החברים שלי, אירועים שקרו לי, הטבע שלי, ועוד...