



INDISPENSABILE, PRIMA DI COMINCIARE

**** Cosa è YouLimitless ****

YouLimitless è un progetto pensato e finalizzato all'**allineamento, connessione ed espansione del proprio Sé creativo** attraverso il contatto interiore **veicolato da visualizzazioni e da forme di arte come musica e immagini, da movimenti dolci del corpo dello yoga tradizionale, da pratiche di respiro e di meditazione** mirate all'integrazione delle varie parti di sé, oltre a preziosi e indispensabili esercizi pratici di organizzazione e semplificazione mentale derivanti dalla mia esperienza in campo della scrittura e del benessere olistico.

Scopo: liberare la mente, attingere alla forza creativa, generare energia costante, ottimizzare il tempo, ritagliarsi il proprio spazio di espansione artistica, entrare in contatto profondo e continuato con il proprio flusso creativo interiore, rafforzare la FIDUCIA in se stessi, nella propria forza e creatività.

Il format di ogni percorso prevede un numero di incontri settimanali predefinito da svolgersi su piattaforma, in piccoli gruppi, con l'ausilio di materiale di supporto (uno o più workbook) **creato da me** e, ovviamente la mia e la vostra presenza on line. Una partecipazione attenta e costante, una mente aperta alla novità e al lavoro di gruppo sono ingredienti preziosi per ottenere il massimo dall'esperienza; la condivisione di pensieri e di sensazioni è gradita e utile ma non è obbligatoria, così come non vi è alcun obbligo di esternare fatti di carattere privato ai fini della buona riuscita del percorso. Sono possibili eventi in presenza.

Su richiesta è possibile valutare pacchetti individuali. **I percorsi YouLimitless sono pensanti per artisti, persone creative o in cerca della creatività, manager che desiderano esplorare il proprio lato animico e creativo.**

I percorsi YouLimitless sono rivolti a persone maggiorenni.

****Cosa non è YouLimitless****

YouLimitless non è un'esperienza a sfondo religioso, politico o di natura ipnotica (l'ipnosi è l'opposto della presenza e della consapevolezza che qui si vanno cercando). La meditazione, quando utilizzata, è un veicolo per inserire i propri propositi, senza forzature o condizionamenti.

YouLimitless non è un percorso psicologico.

I percorsi YouLimitless, così come la sottoscritta, non si sostituiscono al libero arbitrio né si rimboccano le maniche al posto tuo; per ottenere risultati è necessario un impegno sincero e accorato in prima persona, che sarò ben lieta di supportare e stimolare attraverso tecniche ed esercizi di consapevolezza mirati.

Ogni intenzione è tua; nessuno, tanto meno io, è autorizzato a importi qualcosa. Le vere Guide e i veri Maestri bramano per la tua indipendenza e per la tua libertà da qualsiasi condizionamento (v. la sezione GUIDE del prossimo paragrafo). Chiunque tenti di legarti a sé o di farti sentire incapace di muoverti nella vita con le tue proprie gambe, è da rifuggire e da tenere alla larga senza indugi.



****I nostri alleati****

Le Guide: io amo le Guide, mi hanno permesso di ambire a evolvermi e capire quanto immense siano le possibilità insite nell'essere umano. Guide e Maestri mi hanno insegnato, mi hanno motivata, supportata nel mio percorso di crescita personale senza condizionarmi o indottrinarsi; semplicemente trasmettendomi degli strumenti che mi consentissero una qualità di vita migliore e di espandermi come persona. Per me le guide sono fondamentali. Possono essere persone in vita attualmente, o maestri del passato, non importa. **Fondamentale è il loro messaggio, l'energia, la forza che sono in grado di trasmetterci e attivare in noi, in modo passionato e disinteressato. La vera guida accompagna, insegna, accoglie, senza giudicare, senza plasmare, senza indottrinare;** si affianca all'altro al solo scopo di condividere conoscenza ed esperienza, nell'ottica di un'esistenza in linea con il proprio scopo di vita.

Trarremo ispirazioni da:

Maestri del presente e del passato

La Natura

La Musica

Le Immagini

Con gioia, Valentina.