

CO-CREARE LA TUA VITA

Modulo Base

**Impara a usare
il tuo Potere Personale
per co-creare la Vita che desideri!**

**Perché conoscere e allenare
il nostro Potere Personale è un percorso di
crescita che ci può portare a realizzare
il Meglio per noi**

Cos'è il Potere Personale?

Con il termine **Potere Personale** mi riferisco alle straordinarie **risorse** legate al funzionamento **del nostro cervello e del nostro mondo fisico** – che operano in sinergia perfetta – come pure della **dimensione spirituale**, la quale si sta rivelando sempre più coerente con quella scientifica.

Questo percorso in due moduli (che possono essere seguiti anche separatamente, a seconda delle proprie conoscenze e obiettivi) è infatti basato su principi di neuroscienze, fisica subatomica, e delle tradizioni spirituali, oltre a spunti dall'ambito del coaching

**Si tratta di RISORSE delle
quali spesso non siamo
consapevoli, ma che
possiamo invece attivare e
allenare, aumentando
così l'efficacia delle nostre
intenzioni e azioni, per
smettere di vivere guidati
solo dagli automatismi e
raggiungere quindi più
facilmente gli obiettivi che ci
stanno a cuore**



**Tutto questo implica capire
anche quanto c'è di vero nella
cosiddetta "legge d'attrazione"
o "di risonanza"**

e iniziare a
relazionarci con
questo fenomeno a
nostro vantaggio. Oppure
restarne
dei fruitori ignari
e continuare a
considerarci
semplicemente delle
persone "sfortunate" (ma
cos'ha di razionale la
fortuna/sfortuna?!?)



**Senza contare che interagire in
modo serio e consapevole con la
“legge d'attrazione”
rappresenta in realtà un vero
percorso di crescita in
consapevolezza e di evoluzione
personale**

E perchè il termine Co-creare?

**Perché la nostra vita è un processo
costante di INTERRELAZIONE tra noi
stessi (e tutto ciò che accade dentro di
noi), gli altri e il tutto, perché
nulla esiste al di fuori della relazione.**

**Noi CREIAMO costantemente CON la
compartecipazione di tutto il mondo nel
quale viviamo.**

**Diventarne consapevoli
è fondamentale per vivere con sempre
maggiore lucidità e profondità. E operare
per co-creare ciò che davvero è
il Meglio per noi**

MODULO BASE

Settima edizione
26 settembre, 10 e 24 ottobre 2020

**Il potere del
nostro cervello,
tra neuroscienze,
quantistica e
spiritualità**

**UN PERCORSO DI 3
INCONTRI PER:**

- Scoprire o approfondire quanto impatto hai sulla realtà per potenziare te stesso e i tuoi risultati
- Comprendere il funzionamento della leggendaria "LEGGE D'ATTRAZIONE"
- Imparare l'arte della Focalizzazione e della Visualizzazione (mental imagery) per raggiungere i tuoi obiettivi
- Cominciare a sviluppare il tuo Potere Personale già dopo il primo incontro
- Iniziare a conoscere i 7 Passi efficaci per co-creare la tua Vita
- Sperimentare una meditazione che facilita il contatto con il tuo Potere Personale
- Apprendere una semplice tecnica, che lavora sulle emozioni, per gestire più facilmente i momenti critici
- Sviluppare la tua resilienza e una visione più ottimista della Vita, quindi la capacità di gestire lo stress
- Rendere il tuo quotidiano più facile

ECCO ALCUNI RISULTATI SPERIMENTATI DAI PARTECIPANTI

MIGLIORAMENTO DELLA SITUAZIONE PROFESSIONALE

(ritrovato lavoro o migliorato le condizioni di quello attuale anche in termini economici, avviato un'attività con l'atteggiamento giusto, aumentato clienti/collaborazioni/fatturato)

AFFRONTATO e SUPERATO SFIDE CON ATTEGGIAMENTO VINCENTE

UN QUOTIDIANO PIÙ FACILE (attraverso una gestione propositiva dei contrattempi e la giusta focalizzazione)

MIGLIORATO LE RELAZIONI, ANCHE SUL LAVORO

REALIZZATO QUELLO CHE STA A CUORE...

**E condivido anche la mia testimonianza: tra le altre cose
sono stata in grado di
comprare casa senza averne veramente i mezzi...**

PERCHÉ SCEGLIERE QUESTO CORSO

ALLA FINE DEL CORSO SAPRAI

- Come **gestire i tuoi pensieri e il tuo linguaggio** in modo da **raggiungere più facilmente i tuoi obiettivi** e desideri o superare un ostacolo o un imprevisto
- Come **usare la tua funzione immaginativa** per creare le condizioni interiori perfette **per affrontare e superare sfide** di ogni tipo (da un colloquio di lavoro, a una discussione in famiglia, a un intervento)
- Usare piccoli **accorgimenti fisici per migliorare il tuo stato d'animo** del momento
- Come funziona davvero la **Legge d'Attrazione** e **come porti interiormente per usarla a tuo vantaggio**
- Come **alzare rapidamente le tue vibrazioni** e interrompere i loop negativi (es. la giornata storta)

E ANCORA...

AVRAI

- Impostato una **Vision Board** per focalizzare la vita che **desideri**
- Ridefinito il tuo sguardo sulla realtà in modo da **uscire dalle tue visioni limitanti (paure)**
- **Rafforzato la tua capacità di FOCUS** per ottenere quello che ti sta a cuore
- Imparato l'atteggiamento utile a **sbloccare le situazioni critiche**
- Appreso un semplice **metodo per la gestione e trasformazione delle emozioni negative**

INOLTRE TI OFFRE

- **GRUPPO TRA I 6 e i 12 PARTECIPANTI massimo**
- **Ha già dato RISULTATI CONCRETI** a molte persone (<http://coach2best.com/testimonianze/>)
- **Un PROGRAMMA INTERDISCIPLINARE** adatto sia a chi ha un approccio pragmatico/razionale sia a chi lo ha maggiormente olistico
- **Un ALLENAMENTO E INTEGRAZIONE GRADUALE** di principi e strumenti, grazie alla sua distribuzione sull'arco di diverse settimane
- **SI ARRICCHISCE ED EVOLVE INSIEME A VOI PARTECIPANTI.** La condivisione nel gruppo permette di avere sempre nuove testimonianze sorprendenti di come questi principi funzionino

COME SI SVOLGE

In 3 incontri ONLINE
di mezza giornata a distanza
di alcune settimane l'uno
dall'altro per permetterti di
integrare e sperimentare
individualmente quanto
affrontiamo in aula

Il corso alterna **parti di teoria, esercizi**
individuali, semplici esercizi di gruppo e
condivisioni assolutamente volontarie

PROGRAMMA

GIORNATA 1

L'incredibile potere del nostro cervello
Il pensiero da Campione
Attività immaginativa
Interazioni tra pensieri corpo e linguaggio
Il potere del Focus

GIORNATA 2

Fisica quantistica o subatomica
e implicazioni sulla nostra Realtà
La Focalizzazione
per realizzare i propri sogni e obiettivi

GIORNATA 3

Fisica quantistica e il rapporto con il nostro Potere
Personale e i principi della "spiritualità"
Attirarsi le opportunità: la Legge di Attrazione come
fenomeno quantistico
Introduzione ai 7 Passi efficaci per Co-creare
la nostra Realtà
Primo approccio ai passi 1 e 2

IL TUO INVESTIMENTO

Per il modulo base
€240,00
ma se ti iscrivi entro il 12 SETTEMBRE
solo € 197,00

VUOI PORTARE UN'ALTRA PERSONA AL CORSO?

Avrà un ulteriore sconto del 20%

COSA INCLUDE

- **3 mezze giornate di formazione online in diretta**
in cui oltre a trasmettervi quello che conosco e farvi lavorare sulla vostra situazione specifica (attraverso gli esercizi) sarò in ascolto del gruppo e di ogni persona per quanto possibile
- **possibilità di contattarmi per mail tra un incontro e l'altro** per chiarimenti
- **presentazione Power Point di ogni incontro**
- **registrazione degli incontri**
così potrai rivederli ogni volta che vuoi o in caso tu ne perdessi uno
- **possibilità di partecipare gratuitamente alle edizioni successive dello stesso modulo**
(in caso di posti disponibili) per ripassare e ricaricarli!

Inoltre

entri a far parte dei “**Membri Co-creare**”,
la nostra piccola **community** che resta in contatto
– per chi lo desidera – con varie modalità
(es. gruppi WA, ritrovi per aperitivi di follow-up al
“quartier generale”
Coach2Best, il Grand Hotel Palace di Varese
<https://varese.ipalazzihotels.com/>)

Ai membri dedico **offerte particolari** e li tengo al
corrente di iniziative che
li possono sostenere nella co-creazione della loro vita
Ad esempio, nel periodo del lockdown ho dedicato loro
diversi incontri e webinar gratuiti

COSA DICONO DEL CORSO

"Il corso... è stato per me un agente attivatore. I contenuti argomentati in maniera chiara e coinvolgente hanno smosso a livello emotivo energie sopite. È stato davvero un boost per focalizzare e poi raggiungere obiettivi personali e professionali. Grazie!!!"

Silvia Casaluci, **International Head Hunter & HR Advisor**

"Il corso di Francesca mi è stato veramente utile....arrivavo da una situazione di lavoro difficile e Francesca è riuscita a farmi vedere la realtà sotto un diverso aspetto è riuscita a farmi trovare quella mentalità vincente che avevo smarrito e facendomi diventare molto pragmatico e risoluto nel lavoro riuscendo a pormi in maniera positiva e propositiva alla vita lavorativa e anche al di fuori di essa. Ringrazio ancora per l'occasione datami per seguire il corso Co-creare la propria vita e consiglio vivamente a tutti di prendere in considerazione l'esperienza maturata da Francesca per migliorare se stessi e vivere alla grande.

Antonio, **dottore commercialista**

"Il Corso Co-creare la propria Vita è un'esperienza che consiglio a chiunque! Potrei definirlo come una finestra che si spalanca su infiniti orizzonti ma soprattutto che permette di guardare all'infinito che abbiamo dentro e alla potenza di cui ciascuno di noi dispone sempre, gratuitamente e senza limite alcuno. Una chiave che apre le porte verso il processo di creazione della propria vita è senza ombra di dubbio una chiave d'oro che bisogna afferrare al volo e tenersi stretta. Buon processo di creazione a quanti vorranno compiere questo meraviglioso percorso!"

Simona Gasparini, **Guida e consulente turistico**

"Il corso che ho seguito in un bellissimo gruppo e guidato meravigliosamente e con grande entusiasmo dal coach è stato veramente utile e motivante sia per riflettere più a fondo sulla mia vita quotidiana sia per cercare di effettuare quei cambiamenti necessari per migliorare anche professionalmente. Attraverso lezioni ed esercizi concreti condivisi nel gruppo è stato per me possibile scorgere aspetti della vita nascosti o messi ai margini e prendere maggior iniziativa. Consiglio vivamente il corso a persone di ogni età e professione!"

Alessio Vencato

"Il corso "Co-creare la propria vita" è stato una bellissima avventura, insieme ad un gruppo meraviglioso e guidati da una coach competente, attenta, appassionata e innamorata del suo lavoro quale è Francesca. Una continua scoperta dell' immenso potere interiore e dell'energia creatrice che è in noi, di come questo possa aiutarci ad affrontare la vita con occhi diversi e senza essere dominati da pensieri auto-limitanti o false credenze. E' stato un onore poter co-creare questa esperienza con Francesca e le splendide persone con cui ho condiviso questo meraviglioso viaggio. Ed è un viaggio che consiglio di cuore a tutti."

Morena

"Sono rimasto particolarmente colpito dalla preparazione dimostrata da Francesca durante il corso. Le illustrazioni, gli esempi, le ricerche ed i collegamenti a testi scientifici sono stati di grande aiuto, oltre alla capacità innata di trasmettere serenità e portare ad una riflessione sulla propria condizione. Compatibilmente con gli impegni per l'avvio della mia attività sto cercando di mettere in pratica quanto appreso durante il corso al fine di trasmettere e ricevere quanta più energia possibile."

Paolo Spiandorello, **Fotografo**

CHI SONO

**Francesca Cellina, Coach professionista dal 2008,
membro della International Coaching Federation e
docente presso la "Roberto Rigati Coaching" di Milano**

In questo percorso assicuro
un approccio pragmatico e concreto,
insieme a una visione olistica.
In aggiunta alla modalità del coaching
classico, porto infatti nel mio
accompagnamento conoscenze delle
neuroscienze e della fisica quantistica,
oltre che dell'ambito spirituale

Quello che più amo nel coaching è la possibilità di
accompagnare le persone a realizzarsi per quello che
sono veramente, ma che a volte ancora non sanno di
essere...

CO-CREARE LA TUA VITA



**Modulo Base
Settima edizione**

SABATO 09.30 – 13.00

26 settembre, 10 e 24 ottobre 2020

**Francesca Cellina - Cell. 347.5776670
4u@coach2best.com - www.coach2best.com**