


# **Crea la Vita che Vuoi, di Lucia Giovannini**

**Crea la vita che vuoi: in questo  
libro trovi un percorso già  
sperimentato con successo!**

Crea la Vita che Vuoi: in attesa dell'uscita del libro  lascio qui di seguito una breve introduzione.

## **5 CHIAVI PER SVILUPPARE IL TUO POTENZIALE INFINITO**

Effettivamente hai un potenziale infinito, ma... Cosa ti impedisce di svilupparlo?

Nella maggior parte dei casi le uniche limitazioni per ottenere quello che vuoi sono dentro te stesso. In molte occasioni, il nostro più grande nemico che portiamo dentro. Abbiamo messo i nostri limiti, ecco perché dobbiamo accendere la luce che è dentro di noi.

Il giorno in cui accendi la tua luce, puoi iniziare a diventare ciò che vuoi essere: avere il lavoro o la compagnia dei tuoi sogni, liberarti delle vecchie abitudini, magari da comportamenti dannosi per te stesso e per gli altri, migliorare i tuoi rapporti con gli altri, essere un comunicatore migliore di sempre e la cosa più importante è che quel giorno puoi iniziare ad aiutare gli altri.

# Oggi voglio scoprire insieme a te 5 chiavi per iniziare a sviluppare il tuo potenziale infinito

E' dentro che si scopre il motivo per cui, guardarsi dentro ti porterà più vicino al tuo potenziale, la maggior parte delle persone si dedica alla ricerca della vita e del proprio potenziale al di fuori di se stessi, apprendendo nuove competenze e acquisendo nuove conoscenze, senza guardare nel nostro essere. Cerca fuori per imparare come scoprirti dentro. L'era della formazione interiore è arrivata.

Gestisci le tue emozioni, impara a riconoscere, gestire e vivere con tutte le tue emozioni quando si presentano. Tutte le emozioni sono buone, perché ti dicono che devi cambiare in qualcosa.

Impara ad essere felice, ciò che accade nella tua vita è solo il 10% della tua felicità... Solo il 10% è ciò che ci accade, il 90% è l'interpretazione che diamo noi a ciò che ci accade. Trasforma i tuoi pensieri. Inizia a lavorare con la tua mente per ottenere nuovi risultati. Se hai ansia vuol dire che stai vivendo nel futuro, se hai depressione vuol dire che sei ancorato al tuo passato. Vivi il presente ogni giorno.

Tu sei energia, più energia metti in ciò che fai, più energia prendi. L'energia è contagiosa e rigenera. Ne puoi avere sempre di più.

***Una delle massime del Coaching è "Se pensi di potere puoi, se pensi di non potere non puoi, in ogni caso avrai ragione".***

Quando la mente è allenata la creazione della Felicità diventa automatica. Chi segue una percorso formativo lo fa per migliorare l'apprendimento per poter conoscere se stessi, per trovare il massimo potenziale, a livello personale, magari nella sua carriera professionale, per intraprendere nuovi percorsi o imprese. Dobbiamo imparare a capire la nostra mente

e come funzionano i nostri processi mentali, per capire che l'infinito potenziale è dentro ognuno di noi.

**Promo video – Crea la Vita che Vuoi**

Leggi l'estratto del libro!

