

Manifiesto curso Vuelve a conectar contigo – Texto completo

Hola. Soy Jess.

Y si estás aquí, no es por casualidad.
Es por decisión propia.

Algo en ti —una intuición, una incomodidad, un “necesito algo más”— te ha traído hasta este curso.
Aunque no tengas muy claro el qué.

Y eso ya es importante.
Eso ya dice que estás lista para escucharte.
De verdad.

Este no es un curso para aprender a hacer más cosas.
Ni para que te apuntes a otra lista de “pendientes espirituales”.

Esto es un espacio para ti.
Para reconectar.
Para dejar de exigirte
y empezar a entenderte.

Y no me refiero a conocerte desde la mente...
Sino desde dentro.
Desde el cuerpo.
Desde esa parte tuya que hace mucho que no tiene voz.

¿Y sabes qué?

No tienes que hacerlo perfecto.
Ni estudiarlo como si fueras a examen.

Solo has de decidir estar.
Y que, cuando lo hagas,
traigas de la mano a tu mejor amiga:
a ti misma.

Esa con la que puedes hablar
con humanidad, respeto, amor...
y por supuesto, con honestidad.



Vas a encontrar 10 módulos.
Cortos. Claros.
Paso a paso, y a tu ritmo.

Y todos ellos están pensados
para que hagas un pequeño clic interior.

Uno que te diga:
“Ey, aquí estoy.
No me pienso seguir olvidando de mí.”

¿Cómo empezar?

Busca un sitio tranquilo.
Apaga distracciones.
Ten un cuaderno cerca,
por si algo se mueve.

Y si puedes,
te sugiero que los hagas todos seguidos.
Eso te permitirá que las bombillitas que se enciendan,
se conecten mejor entre sí.

Y cuando le des al play al primer módulo...
hazlo como si te abrieras la puerta de un templo.
Con respeto.
Con intención.
Con ganas de volver a ti.

Porque eso es este curso:
Una puerta.
Una vuelta.
Un sí.

Sin máscaras.
Sin exigencias.
Sin posturo.

Yo voy a estar aquí.
Guiándote.
Acompañándote.



Pero quien tiene que dar el paso...
eres tú.
Y sé que puedes.

Así que cuando estés lista...
entra.

Nos vemos dentro.

Y por cierto...
si al final me despido como
“la rarita del yoga que cambia vidas”,
o algo por el estilo...
no te extrañes.

Si rarita es hacerse preguntas diferentes,
lo cierto es que lo soy.

Y está bien

Más información y referencias

- [TESTIMONIOS Y REFERENCIAS](#)
- [PÁGINA WEB: HTTPS://JESSVALDE.COM](https://jessvalde.com)

REDES SOCIALES

- [INSTAGRAM](#)
- [YOUTUBE](#)

