

КАРТА ЖЕЛАНИЙ

СЕКРЕТИКИ

11

Мы знаем один очень простой способ помочь твоим мечтам осуществиться. Нужно составить карту желаний!

Что это такое?

Это место, в котором собрано всё, о чём ты мечтаешь.



Как её сделать?

- 1 Раздобудь пробковую доску или лист картона.
- 2 Найди для карты место. Лучше около кровати или рядом с рабочим столом — главное, чтобы она часто оказывалась перед твоими глазами.
- 3 Сформулируй свои желания.

- 4 Найди в журналах или в интернете подходящие картинки, распечатай их и прикрепи к доске или наклей на картон.
- 5 Почаще смотри на карту и думай, как можно осуществить все эти мечты!

Как сформулировать желания?

Лучше всего разделить карту на несколько секторов. Выбери из этого списка, какие именно тебе подходят: творчество, любовь, семья, учёба, вещи, друзья, путешествия. Подумай, как можно визуализировать (показать) твои желания в каждом секторе.

Что где должно быть?

В центре карты размести свою фотографию. Важно, чтобы тебе нравилось, как ты на ней выглядишь. Чем веселее и радостнее фотография, тем лучше!

Теперь по кругу от себя размести фотографии и картинки твоих желаний. Например, в секторе «Вещи» могут оказаться новый телефон или игровая приставка.

В секторе «Любовь» — картинки счастливых пар.

В «Друзьях» — фотография детей, которые сидят над настольной игрой или, например, гуляют.

В «Учёбе» — отличные оценки в дневнике.



Главное правило: не прикрепляй изображения нереальных желаний.

Например, вряд ли у тебя прямо сейчас может появиться яхта.

А в остальном — не ограничивай себя!