

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	6
I. «ВСЕЛЕННАЯ ДЛЯ ТЕБЯ!».....	7
II. САМОЕ ГЛАВНОЕ.....	7
III. МЕТАФОРЫ КАК ПУТЬ ПОЗНАНИЯ СЕБЯ С ПОМОЩЬЮ КОЛОДЫ АССОЦИАТИВНЫХ МЕТАФОРИЧЕСКИХ КАРТ «ВСЕЛЕННАЯ ДЛЯ ТЕБЯ».....	9
IV. НАУКА ПСИХОЛОГИЯ О МЕТАФОРИЧЕСКИХ КАРТАХ.....	11
V. КАК МЕТАФОРИЧЕСКИЕ КАРТЫ СЛУЖАТ ВЗАИМОПОНИМАНИЮ МЕЖДУ ЛЮДЬМИ.....	14
VI. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТАФОРИЧЕСКИХ КАРТ «ВСЕЛЕННАЯ ДЛЯ ТЕБЯ» В РАБОТЕ КОУЧЕЙ, БИЗНЕС-ТРЕНЕРОВ, ПСИХОТЕРАПЕВТОВ, ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ПСИХОЛОГОВ.....	15
VII. РАСКЛАДЫ КАРТ.....	17
Расклад на день / как пройдет мой сегодняшний день.....	19
Расклад на ситуацию.....	21
Расклад на личные отношения.....	23
1. ЗВЕЗДА СИРИУС.....	26
2. СОЗВЕЗДИЕ ДРАКОН.....	31
3. СОЗВЕЗДИЕ ОВЕН.....	33
4. ВЕЛИКИЙ АТТРАКТОР.....	37
5. БЕЛЫЙ КАРЛИК.....	39
6. СОЗВЕЗДИЕ ТЕЛЕЦ.....	41
7. ПОЛНАЯ ЛУНА.....	45
8. СОЗВЕЗДИЕ ПЕРСЕЙ.....	47
9. СОЗВЕЗДИЕ ВЕСЫ.....	51
10. СОЗВЕЗДИЕ ТРЕУГОЛЬНИК.....	53
11. СОЗВЕЗДИЕ РАК.....	57
12. МЛЕЧНЫЙ ПУТЬ.....	59

13. ЗВЕЗДНАЯ ПЫЛЬ.....	61
14. МУЗЫКА ЗВЕЗД.....	65
15. ЧЕРНАЯ ДЫРА.....	67
16. СОЗВЕЗДИЕ КОЗЕРОГ.....	71
17. СОЗВЕЗДИЕ РАЙСКАЯ ПТИЦА.....	73
18. МАЛЕНЬКИЙ ПРИНЦ.....	77
19. СОЗВЕЗДИЕ ЛЕВ.....	79
20. СОЗВЕЗДИЕ ВОДОЛЕЙ.....	83
21. СОЗВЕЗДИЕ РЫБЫ.....	85
22. СОЗВЕЗДИЕ БЛИЗНЕЦЫ.....	89
23. СОЗВЕЗДИЕ ДЕВА.....	91
24. СОЗВЕЗДИЕ СКОРПИОН.....	95
25. СОЗВЕЗДИЕ СТРЕЛЕЦ.....	99
26. СОЗВЕЗДИЕ РЫСЬ.....	103
27. СОЗВЕЗДИЕ БОЛЬШАЯ МЕДВЕДИЦА.....	105
28. ПОЛЯРНАЯ ЗВЕЗДА.....	109
29. ЗВЕЗДА 26 АВГУСТА.....	113
30. НЕВЕСОМОСТЬ.....	115
31. ГРАВИТАЦИЯ.....	117
32. БОЛЬШОЙ ВЗРЫВ.....	121
33. ЗВЕЗДА СОЛНЦЕ. СОЛНЕЧНАЯ АКТИВНОСТЬ.....	123
34. СОЗВЕЗДИЕ КИТ.....	125
35. СОЗВЕЗДИЕ ОРЕЛ.....	129
36. ЗВЕЗДА КАНОПУС.....	131
37. СОЗВЕЗДИЕ ЦЕНТАВР.....	135
38. ВРЕМЯ.....	139
39. СОЗВЕЗДИЕ ВОЗНИЧИЙ.....	143
40. КАРТА-ФАНТАЗИЯ.....	144
41. КАРТА-ПЕРЕЗАГРУЗКА.....	147
42. ПЛАНЕТА ЗЕМЛЯ.....	149
43. СОЗВЕЗДИЕ ЗМЕЕНОСЕЦ.....	151
44. БЕСКОНЕЧНОСТЬ И МНОГООБРАЗИЕ ВСЕЛЕННОЙ.....	153
ОБ АВТОРЕ.....	156

ВВЕДЕНИЕ

Мои дорогие счастливые обладатели
колоды метафорических карт
«ВСЕЛЕННАЯ ДЛЯ ТЕБЯ»!

Вы можете прочитать интересную и полезную информацию в этой книге, а можете скачать кьюар-код и прослушать обучающий аудиокурс по работе с метафорическими ассоциативными картами в удобное для вас время.

В обучающий курс включена МЕДИТАЦИЯ, которая поможет вам настроиться на потоковое общение с картами.



Подписавшись на мой телеграм-канал ВСЕЛЕННАЯ ДЛЯ ТЕБЯ <https://t.me/THEUNIVERSEISFORYOU>, вы будете иметь доступ к медитациям и аудиокурсу «Метафорические карты» с ценной информацией от меня – профессионального психолога, члена Арт-терапевтической ассоциации России, писателя.

БОНУС:

подписчики моего телеграм-канала **ВСЕЛЕННАЯ ДЛЯ ТЕБЯ** <https://t.me/THEUNIVERSEISFORYOU> смогут первыми слушать мои новые сказки и главы из моих новых книг. А также дарить своим детям радость знакомства с аудиосказками в прочтении автора!

I.

«ВСЕЛЕННАЯ ДЛЯ ТЕБЯ»!

Метафорические ассоциативные карты «ВСЕЛЕННАЯ ДЛЯ ТЕБЯ» – уникальные. Ведь они несут в себе не только изображения созвездий и галактик, но и архетипические образы из древних сказаний и мифов, связанных со звездами, а также глубокие философские понятия, такие как Бесконечность, многообразие окружающего мира, Любовь, Притяжение – Гравитация.

II.

САМОЕ ГЛАВНОЕ

В описании каждой карты вы получите два психологических совета:

- Совет для запроса, связанного с личной сферой жизни;
- Совет для запроса, связанного с бизнес-сферой.

Почему я очень подробно прописала эту информацию?

На самом деле в виде книги с советами вы получаете увлекательную версию иллюстрированного пособия по прикладной психологии*.

Я специально сместила в колоде «ВСЕЛЕННАЯ ДЛЯ ТЕБЯ» фокус именно на психологические советы. Теперь вы – обладатель современных знаний по психологии, вооружены последними тенденциями в основных направлениях науки и готовы сами выстраивать комфортную Вселенную внутри себя и вокруг себя.

Опыт моей работы в психологии больше 30 лет.

Именно это натолкнуло меня на мысль создать новый формат передачи самых важных для человека ключевых навыков – навыков применения психологических знаний на практике.

Каждый совет, прочитанный вами в карте, я даю с точки зрения профессионального психолога. Вы можете потратить много времени и денег и пройти курсы по обретению того или иного психологического навыка, но так и не овладеете искусством применять его в своем конкретном заданном запросе.

Общаясь с метафорическими проективными картами «ВСЕЛЕННАЯ ДЛЯ ТЕБЯ», вы на собственном примере научитесь внедрять психологические подсказки в жизнь.

*Прикладная психология – общий термин, используемый для обозначения всех тех отраслей психологии, которые стремятся применить принципы, открытия и теории психологии на практике в смежных областях, таких как образование (педагогика), промышленность (эргономика), маркетинг, опрос общественного мнения, музыка (музыкальная психология), спорт (психология спорта), кадровая служба (психодиагностика), военное дело (военная психология) и т. п., и/или обнаружить базовые принципы, которые могут быть применены таким образом.

В каждой карте вы найдете тему, с которой вам, не зависимо от сегодняшней ситуации, придется столкнуться.

Я даю конкретные рекомендации, выделенные мной из собственного научного и практического опыта психолога. Также все эти советы основаны на научном подходе в современных мировых направлениях психологии.

III.

МЕТАФОРЫ КАК ПУТЬ ПОЗНАНИЯ СЕБЯ С ПОМОЩЬЮ КОЛОДЫ АССОЦИАТИВНЫХ МЕТАФОРИЧЕСКИХ КАРТ «ВСЕЛЕННАЯ ДЛЯ ТЕБЯ»

Задумайтесь, ведь сегодня мы часто употребляем в нашем языке слова из науки астрономии, но вкладываем понятия, связанные с проблемами в нашей реальной жизни.

Например, человек – черная дыра, то есть человек, который только поглощает энергию извне и не отдает ничего взамен. В колоде вы найдете карту, которая так и называется – «Черная Дыра».

Или, например, понятие бесконечности Вселенной. Мы начинаем особенно ясно это представлять по совету науки психологии, когда нам необходимо найти выход из, казалось бы, безвыходной ситуации. Но безвыходных ситуаций не существует, и это нам подтверждает бесконечность и многообразие Вселенной.

Вот еще пример: Великий Аттрактор – это то, к чему притягиваются и куда движутся все объекты вместе со всеми существующими Вселенными.

Разве вы не сталкивались с такими парадоксами в жизни, когда вас буквально несет в каком-то направлении и вы не в состоянии притормозить?

Советы для такого жизненного периода вы также обнаружите в разделе «Трактовка карт».

Вы наверняка знаете, что такое звезда белый карлик – это та звезда, в которой уже закончились термоядерные реакции, но в ее будущей судьбе есть два варианта событий – превратиться в нейтронную звезду и все-таки светить голубым нейтронным свечением или превратиться в черную мрачную дыру. Разве в отношениях у нас не случаются те же этапы их развития? Когда только в наших силах принять решение и приложить силы, чтобы любовь или эмоциональная привязанность по прошествии лет и под влиянием жизненных испытаний не превратились из «дарящих свет» в «черную дыру», которая будет поглощать всю энергию и мучить тяжелыми воспоминаниями.

Наряду с такими аллегорическими новаторскими приемами в моих метафорических картах «ВСЕЛЕННАЯ ДЛЯ ТЕБЯ» я использую (как и в предыдущих моих авторских МАК «Мечты Царевны», «Сад Царевны», «Послания мифических существ», «Gifts of the Queen») сказки, мифы и легенды, которые были придуманы нашими предками. «ВСЕЛЕННАЯ ДЛЯ ТЕБЯ» – кладезь древних историй, посвященных названиям созвездий и звездам, и даже галактикам.

В описании к каждой карте в этой книге вы прочтете древнегреческие, древнеримские, монгольские, арабские, древнеегипетские легенды и удивитесь, насколько человечество заложило жизненные истории и их мудрые смыслы в короткие литературные рассказы.

Через метафорические образы нам легче откликается ситуация, в которой мы сегодня находимся. Мы невольно подключаемся к коллективному бессознательному и проецируем жизненный опыт, собранный нашими предками и помещенный в рамки легенды или мифа, к нашей собственной жизни.

Ведь всем известна поговорка «Сказка ложь, да в ней намек, добрым молодцам урок».

Это отдельный пласт интереснейшей и познавательной информации, которую я собирала, будучи магистром истории искусства.

IV.

НАУКА ПСИХОЛОГИЯ О МЕТАФОРИЧЕСКИХ КАРТАХ

Метафорические карты – это проективный психологический метод. Метод, опирающийся на метод чернильных пятен Роршаха, изобретенный известным психотерапевтом в двадцатом веке.

Почему это научный метод в психологии?

В данном психологическом ассоциативном методе – метафорических картах – не столько важен изначально заданный смысл, сколько – душевный отклик каждого человека на увиденный им образ.

В одной и той же карте-картине разные люди обнаружат для себя совершенно различные явления, которые могут даже быть противоречивыми в интерпретации каждого человека. Поэтому метафорические карты не являются шаблонным ответом на поставленный вопрос или шаблонной интерпретацией описанной волнующей ситуации.

В ответ на визуальный раздражитель (говоря психологическим языком) работающий с картами «ВСЕЛЕННАЯ ДЛЯ ТЕБЯ» сможет осознать все свое содержание личностных переживаний, подчас скрытое в бессознательном. А дальше, опираясь на подсказки собственного бессознательного и архетипические образы на картинках и их сказочные истории, найти собственными силами выход из возникших жизненных проблем.

Подключение и коллективному бессознательному

Создавая авторские метафорические карты из серии «Моделируем будущее», я опираюсь на важное понятие психологии, описанное еще Карлом Густавом Юнгом и потом активно разработанное Роберто Ассаджиоле – подключение к коллективному бессознательному.

Считается, что коллективное бессознательное состоит из архетипов (общечеловеческих первообразов, архетипических мифов). Согласно теории Юнга, духовные ценности устойчивы и универсальны. Они обладают способностью притягивать к себе информацию и энер-

гию и служат точками кристаллизации художественных, мифологических и сновидческих образов.

Вы слышали что-нибудь об этом?

Еще в детстве, засыпая под сказки из уст любимых людей, вы, сами того не ведая, уже подключались к накопленному коллективному опыту своих предков за многие-многие тысячелетия.

Люди на протяжении своих прожитых лет подмечали жизненные модели отношений, поведения, поступков и вытекающих из этого последствий. Даже само слово «под-сказка» говорит о том, что есть некий «подсмысл», более глубокий, чем словесное изложение приключений сказочного героя, который помогает в сложной ситуации.

Из тысячи повторяющихся историй складывалась народная история – сказка, которая фиксировала законы Бытия, а именно «поступок – следствие».

Такие формы народного творчества, как пословицы, сказки, мифы, заранее готовили детей ко взрослой жизни. Они предостерегали от плохих, с точки зрения социума, поступков, наглядно демонстрируя, что «бумеранг возвращается», даже если ты этого не ждешь: «Не плюй в колодец, пригодится воды напиться». И давали четкую установку, что добро и любовь будут всегда возвращаться с победой на трон королевства Вселенная – «Доброму человеку весь мир – дом, а злomu и своя хата чужая».

На самом деле, упрощенная и яркая форма повествования ответов на главные экзистенциальные вопросы – это еще одна ловкая находка человеческого разума.

И, действительно, лучше заложить знания о принципах мироустройства с детства, чем пробивать броню невежества взрослого человека. Безусловно, двигаясь в своем развитии, как в школе, от начальных классов к средним, а потом – и к старшим, человек начинает находить эти ответы на примерах описанных событий и закономерных поведению героев их судеб в рассказах классиков, а потом и в серьезных мировых произведениях.

Но если внимательно присмотреться к сюжетам, которые, конечно, становятся более многоплановыми и распространенными, и к героям, характеры которых становятся более сложными и многогранными, мы увидим проработанные модели ответов на те же жизненно важные вопросы.

V. КАК МЕТАФОРИЧЕСКИЕ КАРТЫ СЛУЖАТ ВЗАИМОПОНИМАНИЮ МЕЖДУ ЛЮДЬМИ

Прежде всего карты помогают построить мостик от человека к человеку в тех случаях, когда людям сложно поговорить друг с другом на какую-то острую тему. Метафорические ассоциативные карты помогают выразить мысли, сформулировать их, конкретизировать сообщение, которое необходимо передать. Помимо

облегчения вербального выражения эмоций, карта как посредник между эмоциональными мирами двух людей сама несет в себе определенный эмоциональный заряд и может восприниматься как послание даже без словесного сопровождения.

Метафорические ассоциативные карты – инструмент профессионального психолога, психотерапевта и тренера, используемый в диагностике, коррекции и развитии способностей. Это инструмент бизнес-тренера и ведущих психологических групп, используемый для «разогрева» группы, установления доверительных отношений между членами группы, диагностики актуальных потребностей группы и как метод групповой работы.

В то же время метафорические ассоциативные карты – это игра, в которую можно безопасно и с удовольствием играть со своими и чужими детьми, родителями, супругами, коллегами, друзьями, знакомыми и всеми желающими – без правил, но с тысячами способов игры и возможностью придумать тысячу и один!

VI.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТАФОРИЧЕСКИХ КАРТ «ВСЕЛЕННАЯ ДЛЯ ТЕБЯ» В РАБОТЕ КОУЧЕЙ, БИЗНЕС-ТРЕНЕРОВ, ПСИХОТЕРАПЕВТОВ, ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ПСИХОЛОГОВ

При использовании в работе профессиональных психологов, психотерапевтов, коучей, ведущих тренеров

метафорические ассоциативные карты имеют следующие преимущества:

- ассоциативные карты интернациональны и могут использоваться во всех культурах, для всех возрастов;
- работая с ассоциативными картами, мы обходим рациональную часть мышления;
- метафорические карты помогают нам осознать диалог внутреннего и внешнего, вывести глубинный материал на поверхность;
- метафорические карты – это трамплин для нашей фантазии, запускающий причудливые ассоциации, ведущие нас к неожиданным открытиям;
- ассоциативные карты помогают снять защитные барьеры психики;
- метафорические карты создают условия для самопознания и саморазвития человека;
- ассоциативные карты создают безопасную и комфортную среду для самопознания в паре или группе, помогают «выйти из скорлупы» и «растопить лед» в тревожной обстановке;
- метафорические ассоциативные карты могут использоваться как заменители расстановок Хеллингера – когда терапевт работает один на один с клиентом.

Используя концепцию искусства как основы творчества, карты «Вселенная для тебя» освобождают творческий ум для решения проблем, которые

в противном случае могли бы показаться неразрешимыми. Это дает полную свободу ассоциаций с ситуацией и ответом.

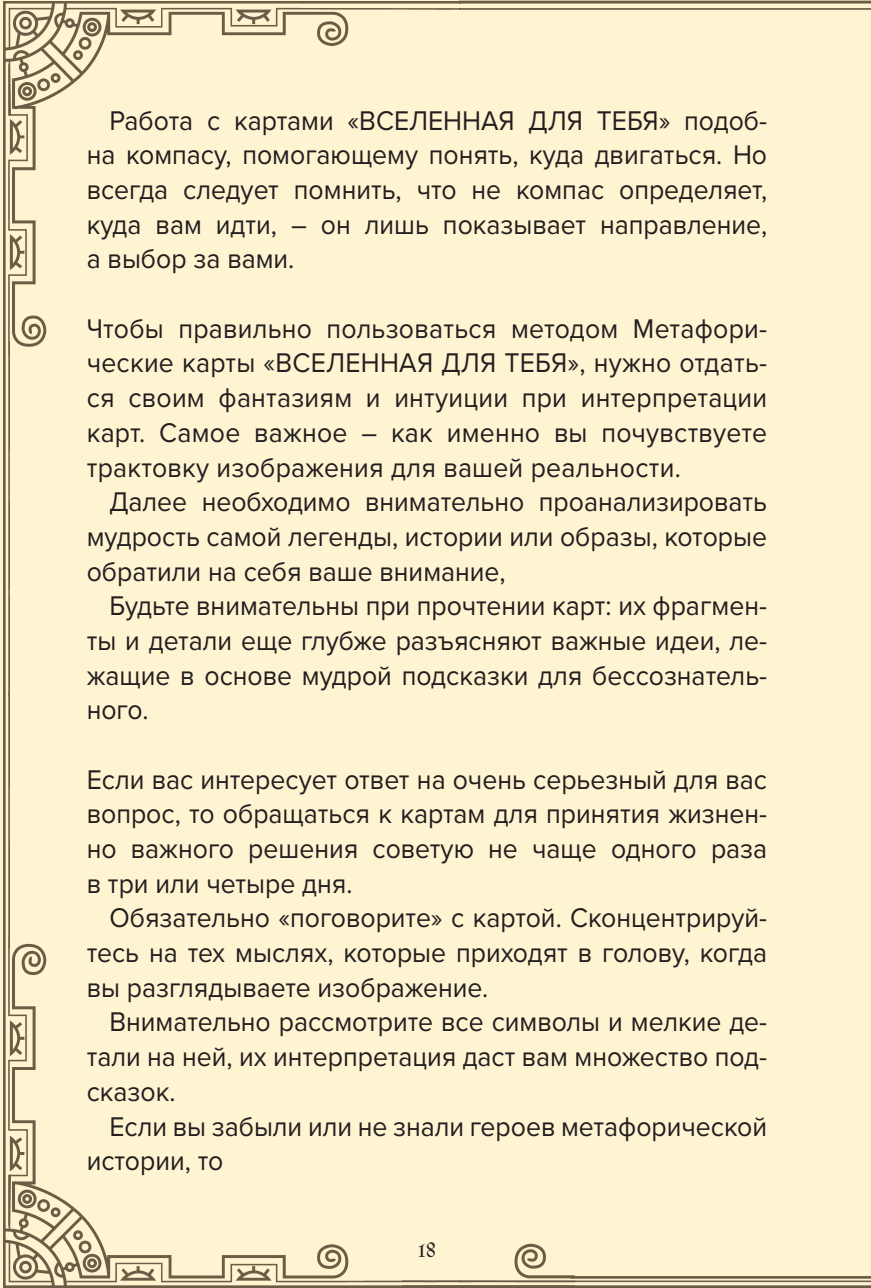
Задача коуча или психолога – задавать вопросы, которые могут стимулировать дальнейшее и более глубокое исследование того, что карта говорит клиенту. Специалист не интерпретирует и не переосмысливает то, что обнаружил клиент. Он может поделиться мыслями или дополнительными вопросами.

Когда клиент переворачивает карту лицевой стороной вверх, визуальный стимул изображения помогает ему проникнуть в свое подсознание и дать честные ответы на свои вопросы. Эти карты можно использовать как с детьми, так и со взрослыми.

Спонтанность и яркое многообразие образов карт «Голоса Вселенной» позволяют взрослым вырваться из ограничений личного опыта, развивая историю вокруг изображения, находящегося перед ними. Провоцируют использовать воображение больше, чем логику, находить ответы на волнующие вопросы благодаря активизации подсознания и собственных инсайтов.

VII. РАСКЛАДЫ КАРТ

Общение с метафорическими картами «ВСЕЛЕННАЯ ДЛЯ ТЕБЯ» – это изящный способ предвидения грядущих событий и полезный совет для удачного проживания этих событий себе во благо.



Работа с картами «ВСЕЛЕННАЯ ДЛЯ ТЕБЯ» подобна компасу, помогающему понять, куда двигаться. Но всегда следует помнить, что не компас определяет, куда вам идти, – он лишь показывает направление, а выбор за вами.

Чтобы правильно пользоваться методом Метафорические карты «ВСЕЛЕННАЯ ДЛЯ ТЕБЯ», нужно отделиться своим фантазиям и интуиции при интерпретации карт. Самое важное – как именно вы почувствуете трактовку изображения для вашей реальности.

Далее необходимо внимательно проанализировать мудрость самой легенды, истории или образы, которые обратили на себя ваше внимание,

Будьте внимательны при прочтении карт: их фрагменты и детали еще глубже разъясняют важные идеи, лежащие в основе мудрой подсказки для бессознательного.

Если вас интересует ответ на очень серьезный для вас вопрос, то обращаться к картам для принятия жизненно важного решения советую не чаще одного раза в три или четыре дня.

Обязательно «поговорите» с картой. Сконцентрируйтесь на тех мыслях, которые приходят в голову, когда вы разглядываете изображение.

Внимательно рассмотрите все символы и мелкие детали на ней, их интерпретация даст вам множество подсказок.

Если вы забыли или не знали героев метафорической истории, то

- 1) попробуйте сами воспроизвести историю по изображению и узнать в персонажах людей, которые вас окружают в реальной жизни или с которыми вы столкнетесь в ближайшем будущем;
- 2) прочитайте в книге подробное описание метафорической карты и совет, который будет ключевым для ответа на ваш вопрос;
- 3) советую найти время и прочитать легенду или научное понятие, о котором идет речь в выпавшей карте. Как в детстве, отдайтесь на волю своей фантазии и загляните в вашу историю из недр народной мудрости и научных знаний.

Не спешите пробовать еще раз вытянуть следующую карту, тем самым думая, что вам повезет больше или следующая карта даст более удобный ответ.

Ваша задача состоит в том, чтобы, как в жизни: разобраться в ситуации, выявить все бонусы и подсказки, предоставляемые картой, и осознать, как с максимальной пользой для себя так интерпретировать увиденное, чтобы прожить загаданную ситуацию на самом положительном для себя максимуме.

1) Расклад на день /как пройдет мой сегодняшний день 1 карта

Разложите карты перед собой рубашками вверх полукругом, «дорожкой» или в хаотичном порядке. Можно прикрыть глаза и подумать о том, что впереди у вас